OSSA PER VOLARE®



FORMAZIONE PROFESSIONALE PER DIVENTARE ISTRUTTORI DI DANZA ACROBATICA AEREA

Per tutti coloro che vogliono apprendere la tecnica delle discipline aeree che desiderano ampliare le proprie possibilitá espressive come performer ed a chi è interessato all'insegnamento

75 ore di formazione professionale, teorica e pratica

DATA INIZIO: FEBBRAIO 2027

DIPLOMA CSEN-CONI e tesserino tecnico
come Istruttore di Danza Aerea Acrobatica

Con Loretta Morrone - Docente Formatore

Luogocreante

San Miniato (PI) Toscana

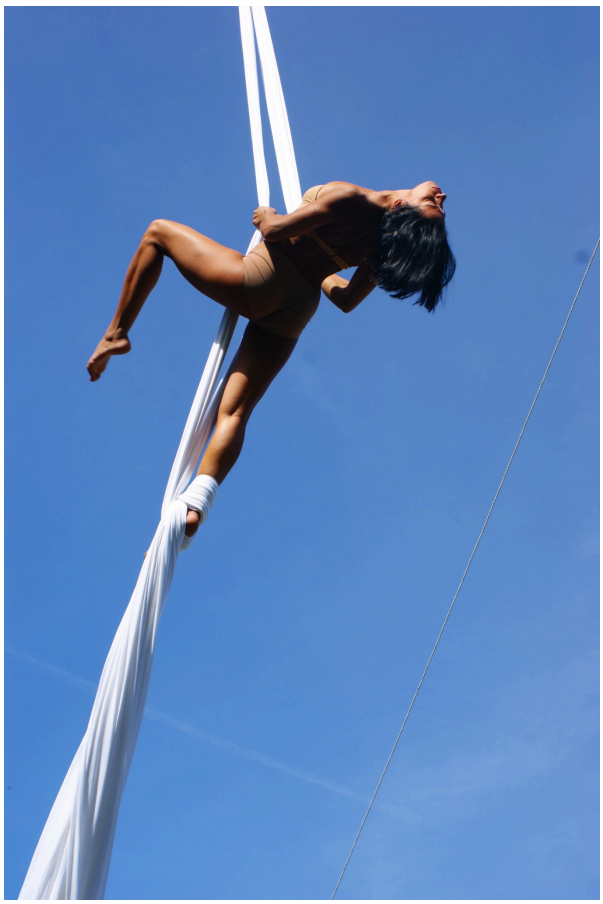
IL METODO OSSA PER VOLARE®

Che cos’è il Metodo Ossa per Volare®?

È un metodo che trae ispirazione dalla combinazione dell’Acrobatica Aerea con il Metodo Feldenkrais® e con le sequenze coreografiche delle discipline aeree del circo, che trovano fondamento nelle funzioni motorie esplorate attraverso il Feldenkrais®. Non più soltanto esercizi, quindi, ma processi motori che, come viaggi, conducono all’azione, alla figura finale e alla coreografia.

È una metodologia funzionale per l’apprendimento e lo sviluppo delle tecniche aeree con tessuti, cerchio, corda e trapezio, che passa dalla consapevolezza e dal conoscersi attraverso il movimento, a terra e in aria.

Parte centrale della metodologia è proprio la consapevolezza attraverso il lavoro sui processi di movimento che portano alle azioni e alle figure della danza acrobatica aerea. Le discipline aeree del circo diventano così mezzi per l’espressività, attraverso evoluzioni acrobatiche e coreografiche.



IL METODO OSSA PER VOLARE®

Apprendimento somatico e didattica

Il percorso è orientato su questo metodo di apprendimento somatico, che conduce gli studenti, attraverso i processi motori, a scoprire nuove modalità di azione più confortevoli ed efficaci, per recuperare funzionalità, elasticità e scioltezza nei movimenti.

Lavorando sull'intera organizzazione del proprio modo di muoversi, si accresce gradualmente l'apprendimento delle discipline aeree circensi e si perfeziona la prestazione artistica; soprattutto, si impara a superare le restrizioni di movimento, accrescendo l'abilità e non lo sforzo volontario.

L'obiettivo è formare insegnanti di danza aerea secondo il Metodo Ossa per Volare®: un lavoro profondo che si articola su diverse abilità, quali consapevolezza del movimento, conoscenza tecnica, comunicazione della didattica, assistenza tecnica e competenza artistica.

La ricerca coreografica e il processo creativo sono parte della formazione anche per imparare ad accompagnare gli allievi nello sviluppo di un proprio linguaggio espressivo.

PROGRAMMA FORMATIVO

6 moduli · febbraio–luglio 2027

I moduli si svolgono a cadenza mensile. Ai partecipanti è richiesto di fare pratica fra un seminario e l·altro per integrare quanto appreso. Il percorso comprende inoltre 40 ore di tirocinio, con modalità di documentazione e consegna indicate nella sezione «Tirocinio e valutazione».

Contenuti trasversali

PREPARAZIONE FISICA per la danza acrobatica aerea.

PREPARAZIONE TECNICA: figure e coreografie con tessuti aerei, cerchio aereo, trapezio statico e corda verticale.

EQUIPAGGIAMENTO, SICUREZZA E RIGGING: nozioni fondamentali, che non costituiscono abilitazione come tecnici.

METODOLOGIA E TECNICHE D'INSEGNAMENTO; struttura della lezione e assistenza.

METODO FELDENKRAIS® – Consapevolezza attraverso il Movimento®.

METODO OSSA PER VOLARE®: processi di movimento che accomunano il lavoro a terra e le coreografie in aria.

ACCOMPAGNARE NEL PROCESSO CREATIVO: trasmettere le emozioni attraverso la tecnica e guidare la ricerca espressiva degli allievi.

SUPERVISIONE DIDATTICA ONLINE · 5 ORE

Cinque ore di incontri online, distribuite durante il percorso, per analizzare le esperienze di insegnamento, progettare le lezioni, confrontarsi sulle difficoltà incontrate e integrare il Metodo Ossa per Volare® nella pratica didattica.

PROGRAMMA DEI MODULI

1° modulo · 20–21 febbraio

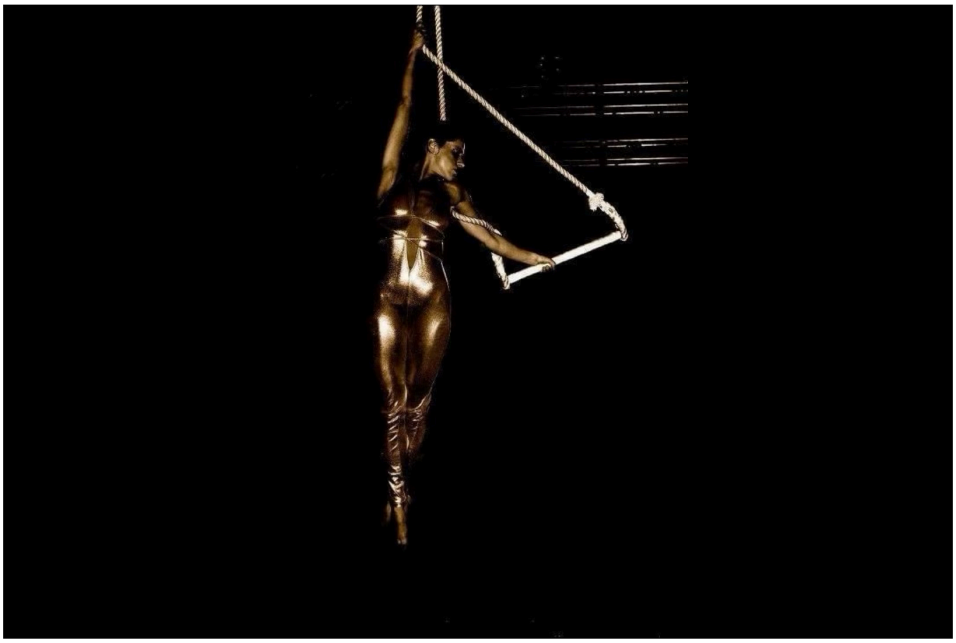
I primi due giorni prevedono lo studio del **tessuto a nodo**, elemento fondamentale per l'apprendimento delle prime nozioni del corpo sospeso: nodo installato dal basso e nodo installato dall'alto. Si affronta anche lo studio del **tessuto aperto**, con varie tipologie di salite, discese e figure per principianti e intermedi. Parallelismi fra processi di movimento, figure e coreografie del tessuto a nodo e del tessuto aperto.

2° modulo · 20–21 marzo

Studio del **tessuto aperto di livello tecnico intermedio**, che richiede una maggiore consapevolezza e una particolare preparazione sia tecnica sia fisica. Analisi delle figure e delle coreografie che accomunano il livello principianti e quello intermedio, riprendendo e approfondendo alcuni aspetti del modulo precedente.

3° modulo · 17–18 aprile

Studio del **cerchio, del trapezio statico e della corda**. L'approccio agli attrezzi rigidi richiede un maggior lavoro sulla consapevolezza del corpo, della forza e della flessibilità, per rendere armonioso il movimento. Si esplora come organizzare il movimento in relazione alla rigidità degli attrezzi e si affrontano i parallelismi fra processi motori, figure e coreografie dei diversi strumenti.



PROGRAMMA DEI MODULI

4° modulo · 1–2 maggio

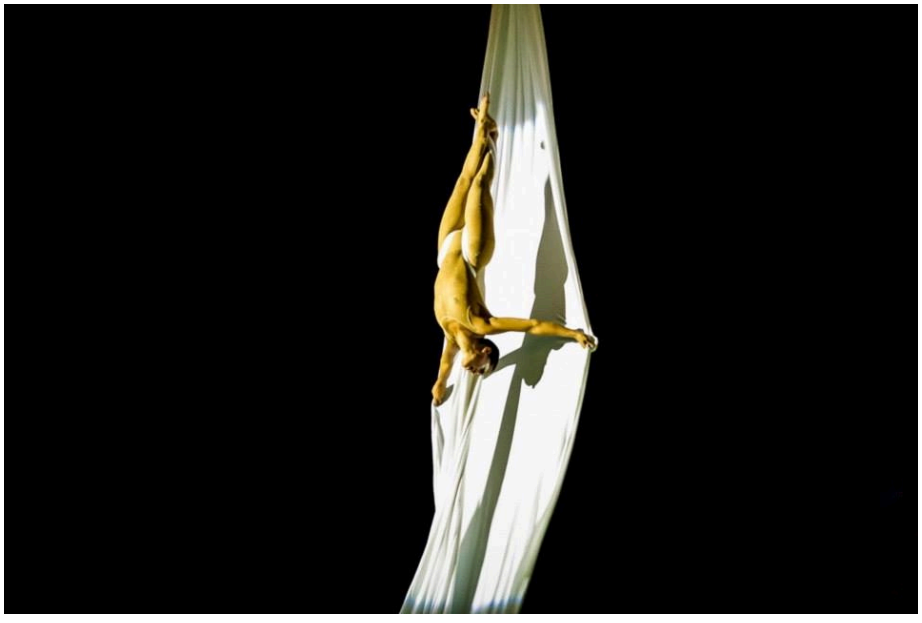
Lavoro sui diversi attrezzi, soffermandosi maggiormente su quelli preferenziali dei partecipanti: dalle figure di base fino a figure, chiavi e coreografie più complesse. Si approfondiscono i collegamenti fra tecnica, consapevolezza del movimento e ricerca espressiva.

5° modulo · 19–20 giugno

Nozioni tecniche di base sulla **sicurezza, sulle strutture e sugli attrezzi**, con attenzione ai relativi rischi. Queste nozioni non abilitano come tecnici, per i quali è necessario un percorso specifico. Analisi della struttura della lezione: riscaldamento motorio, Consapevolezza attraverso il Movimento®, stretching, potenziamento e lavoro con gli attrezzi. Approfondimento di figure, chiavi, coreografie, cadute, propedeutica e assistenza.

6° modulo · 23–25 luglio

Completamento del percorso e **esame teorico, pratico e didattico**, con simulazioni di lezioni e verifica delle competenze acquisite. La ricerca coreografica viene integrata nella preparazione all'insegnamento e nell'accompagnamento dei processi creativi degli allievi. L'orario delle tre giornate, indicativamente 13:30–20:30, sarà definito in relazione alle prove finali.



DATE E ORARI

Calendario formativo 2027

MODULO / DATE	SABATO / VENERDÌ	DOMENICA	ORE
1° · 20·21 febbraio	Sab 13:30·18:30	9:30·14:00	9,5
2° · 20·21 marzo	Sab 13:30·18:30	9:30·14:00	9,5
3° · 17·18 aprile	Sab 13:30·18:30	9:30·14:00	9,5
4° · 1·2 maggio	Sab 13:30·18:30	13:30·18:30	10
5° · 19·20 giugno	Sab 13:30·18:30	13:30·18:30	10
6° · 23·25 luglio	Ven·sab 13:30·20:30	13:30·20:30	21*

Totale: circa 70 ore in presenza + 5 online = 75 ore

* Il modulo finale del 23·25 luglio prevede tre giornate con orari indicativi 13:30·20:30, da definire in funzione delle attività e delle verifiche finali. Il monte ore effettivo sarà confermato con il calendario definitivo.

Con l·arrivo del caldo, nei moduli di maggio, giugno e luglio, il lavoro in sala sarà alternato alla pratica aerea all·aperto, privilegiando le ore più fresche. Orari e programma potranno variare in relazione alle condizioni climatiche e alle esigenze didattiche.

PARTECIPAZIONE

Candidature e selezioni

Per candidarsi è richiesto l·invio di una presentazione personale con curriculum artistico-sportivo e una lettera motivazionale che descriva il proprio interesse per la formazione e per la metodologia Ossa per Volare®.

· Esperienze precedenti nelle discipline aeree, nella danza, nel teatro, nel circo o in altre pratiche corporee

· Video dimostrativo su uno o più attrezzi, facoltativo

· Eventuale colloquio conoscitivo online per approfondire aspettative e percorso personale

· Certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità, richiesto all·iscrizione

Invio candidature

ossapervolare@gmail.com

ISCRIZIONI

Quote e modalità di pagamento

La quota comprende l·intero percorso formativo, la mentorship, la valutazione conclusiva e le pratiche previste per il Diploma Ossa per Volare®, il Diploma Nazionale CSEN e il tesserino tecnico, nel rispetto dei requisiti di rilascio.

EARLY BIRD · ENTRO IL 15 GENNAIO 2027

1.500 €

UNICA SOLUZIONE · QUOTA ORDINARIA

1.650 €

PAGAMENTO IN 3 RATE · 3 × 575 € = 1.725 €

1ª rata: alla conferma dell’iscrizione

2ª rata: entro il 10 aprile 2027

3ª rata: entro il 5 giugno 2027

PAGAMENTO IN 6 RATE · 6 × 300 € = 1.800 €

1ª rata: alla conferma dell’iscrizione

2ª: 5 marzo · 3ª: 2 aprile · 4ª: 7 maggio 2027

5ª: 4 giugno · 6ª: 8 luglio 2027

EARLY BIRD

Riservato alle candidature accettate e confermate con il pagamento entro il 15 gennaio 2027. Agevolazioni non cumulabili.

CANDIDATURE E CONFERME

Candidature entro il 31 gennaio; colloqui e conferme 1–10 febbraio.

Inizio formazione: 20 febbraio 2027.

La prima rata conferma l’iscrizione dopo l’accettazione.

Tutte le rate devono essere saldate prima dell’esame finale.

TIROCINIO E VALUTAZIONE

40 ore di tirocinio

Durante il percorso formativo sono previste **almeno 40 ore di tirocinio**, come pratica e approfondimento del materiale appreso.

Il tirocinio può essere svolto presso **qualsiasi struttura scelta dal partecipante** in cui si pratichino discipline aeree, comprese scuole di circo, associazioni sportive e Luogocreante.

È **preferibile consegnare prima dell'esame finale** la certificazione delle ore di tirocinio effettuate oppure, per chi già insegna discipline aeree, un'**autocertificazione dell'esperienza didattica maturata**.

Esame finale e rilascio dei titoli

L'esame comprende verifiche teoriche, pratiche e didattiche, con simulazioni di insegnamento e integrazione del lavoro di ricerca creativa.

Se il tirocinio è già in corso ma non può essere completato in tempo, sarà comunque possibile sostenere l'esame. La certificazione dovrà essere presentata **entro 12 mesi dall'esame**.

Il **livello tecnico del Diploma Nazionale CSEN e del relativo tesserino tecnico** sarà determinato in base alla modalità di partecipazione al percorso, alle competenze acquisite, all'esperienza pregressa nelle discipline aeree e alle certificazioni o autocertificazioni presentate, nel rispetto dei requisiti previsti dall'ente.

Il Diploma Nazionale CSEN e il tesserino tecnico saranno rilasciati **una volta completati e verificati tutti i requisiti previsti**.

LA DOCENTE

Loretta Morrone



Artista, performer, educatrice somatica e insegnante del Metodo Feldenkrais®, formatasi nel percorso quadriennale diretto da Ruthy Alon, allieva di Moshé Feldenkrais. Diplomata come attrice di prosa e artista di circo contemporaneo presso l’Accademia A. Galante Garrone.

Si è specializzata nelle discipline aeree del circo studiando con Akemi Yamauchi del Cirque Baroque, Nicole Kehrberger, Samuel Jornot, coreografo del Cirque du Soleil, presso la Scuola di Circo Picolino a Salvador, in Brasile, e a Madrid con Roberto Gasca.

Ha lavorato come performer, individualmente e in gruppo, collaborando con compagnie di teatro e danza, registi e coreografi. Ha organizzato stage e percorsi di formazione dedicati al movimento somatico e all’acrobatica aerea.

È inoltre operatrice olistica e Somatic Experiencing® Practitioner in formazione. Da 26 anni opera nell’ambito del movimento, delle espressioni corporee e delle pratiche somatiche, integrando consapevolezza corporea, didattica ed espressività artistica attraverso lezioni, trattamenti, sessioni individuali e percorsi di gruppo.

LA SEDE

Luogocreante · San Miniato

La formazione si svolge a Luogocreante, nella campagna vicina al centro storico di San Miniato, in Toscana, tra Pisa e Firenze.

Gli spazi di lavoro

Il Circo Aereo è uno spazio all·aperto nella valle di Pancole, con quattro strutture autoportanti di circa 6 e 8 metri. Lo Studio Creante è lo spazio al chiuso, alto circa 4 metri, attrezzato con tessuti, trapezi statici, cerchi e corda verticale. Gli spazi saranno utilizzati in funzione del meteo e delle esigenze didattiche.

Alloggio e informazioni

San Miniato offre diverse soluzioni di ospitalità. I partecipanti potranno organizzare autonomamente il soggiorno e richiedere indicazioni sulle strutture disponibili nei dintorni.

Luogocreante · Valle di Pancole 1, 56028 San Miniato (PI)

ossapervolare@gmail.com · +39 333 6159550

www.lorettamorrone.com

·Rendere l·impossibile possibile, il possibile facile e il facile elegante.· · M. Feldenkrais