



# impro festival

## NON SO SE RIDERE O PIANGERE

*gabbie comportamentali e narrazione emozionale*

**GILA MANETTI**

**16 ore, livello: medium - basic**

**Lingua: italiano**

**Numero massimo di allievi 16**

**salento 2016**

*Un tuffo nel corpo emotivo.*

*Attraverso le emozioni si comunica gran parte del significato di un'azione, di un testo, di un movimento scenico.*

*Le emozioni sono significanti nella drammaturgia, nello srotolarsi di una storia. Chi si emoziona e come si emoziona restituisce un segnale di coinvolgimento, di presa di posizione, di passione.*

*L'emozione racconta.*

*Come e quanto far uscire quelle emozioni, quando è il caso, quando è più raccomandabile reprimerle e farne uscire solo accenni o sbuffi come vapore compresso da una caffettiera?*

*Andando per passi entreremo nella percezione del nostro patrimonio emotivo e della nostra capacità di esternazione, poi metteremo gli ostacoli dati dai tempi, dalle situazioni, dai personaggi e dalle relazioni.*

*Di sicuro ci sarà di che ridere e piangere.*

*Workshop per tutti quelli che hanno un cuore.*

*Gila*

**Bio: Gila Manetti** dall'età di 15 anni inizia la sua formazione teatrale, musicale, coreutica e artistica attraverso workshop intensivi con vari maestri. A 18 anni entra stabilmente a lavorare in teatro con una compagnia di teatro di ricerca, (Mascarà Teatro Popolare D'arte) come attrice e insegnante. Nel 1993 entra a far parte della Liit (lega Italiana d'improvvisazione teatrale) sviluppando le tecniche d'improvviso e la parte comica. Sempre nel 1993 apre un centro di meditazione a Firenze e sviluppa un metodo sul respiro (Self-Healing©) che trae le sue origini dal Re-birthing, tecnica che tutt'ora continua ad approfondire a della quale è Facilitatrice e conduttrice di workshop in Italia. Dal 1998 conduce un gruppo specifico per le donne: Il corpo femminile del divino. Dal 1996 al 2011 ha collaborato con Massimo Salvianti come attrice, in corsi di formazione, collaborazioni alla regia, alla messa in scena, alla scrittura e insieme hanno diretto il Teatro delle Stanze, compagnia di teatro sociale, civile, d'occasione, di prosa. Nel 1996 inizia a lavorare con il Teatro D'Impresa (Ted di Roberta Pinzauti) come attrice e formatrice, percorso che prosegue con AD- HOC. Lavora come formatrice di teatro, voce e respiro nella scuola biennale di Improvvivo (Marche), nella scuola triennale di Teatrimisti (Firenze) nei corsi di perfezionamento di Improvvisione (Match d'Improvvisione Teatrale, Comedy; Toscana, Marche, Emilia Romagna), come attrice con varie compagnie di improvvisazione: Liit- Lif- Improteatro, Improvvivo, Teatri Misti, nel Teatro di Strada con il Cantiere Ikrea, come trainer in percorsi di lavoro sul respiro e voce. Dal suo lavoro sul respiro e con le tecniche di meditazione principalmente elaborate da Osho, negli anni lavora sulla formazione teatrale integrando le varie attività artistiche e creative, e il lavoro su di Sé. Nel Breathing Theater convoglia le attività del Teatro del Sé e del Teatro dell'Eco, esperienze di training e produzione teatrale.

Partecipa con un personaggio fisso (Gina, Casalinghe di Speranze) ad una trasmissione radio settimanale in audio e web tv. Controradio (popolare network) al sabato mattina.