

FORMAZIONE INSEGNANTI DANZA E ACROBATICA AEREA

METODO EQUILIBRE

DI PAOLA ZUBBANI E GIANPAOLO RONCARATI



CHI SIAMO

Paola Zubbani e Gianpaolo Roncarati, danzatori, performers, insegnanti e coreografi, dopo aver messo a punto un programma sulla danza aerea, frutto di anni di studio, esperienza e ricerca, sentono la necessità di ufficializzare questo percorso consolidato attraverso una metodologia particolare, unica e ricercata per far fronte alle continue richieste di formazione di artisti e docenti.

CHE COS'È IL METODO EQUILIBRE

Si tratta di una metodologia funzionale per l'apprendimento e lo sviluppo delle tecniche aeree con tessuti, cerchi, imbraghi e le varie strutture correlate. Il punto di forza del metodo equilibre è la fusione della danza con diverse discipline quali l'acrobatica e l'acrobatica aerea, dal cui incontro nasce un risultato spettacolare in cui interagiscono tra loro in perfetta armonia forza, eleganza, leggerezza e musicalità.

Altro elemento importante della metodologia è rappresentato dalla figura dell'insegnante: fondamentale la capacità di relazione con gli allievi (adulti o bambini), la comprensione dei vari livelli di difficoltà e l'abilità nel valorizzare le doti degli allievi; al tempo stesso l'attenzione alla sicurezza e quindi la capacità e conoscenza degli attrezzi in modo da rappresentare un supporto concreto per gli allievi nel momento in cui ci si avvicina alle figure nuove.

L'incipit del corso tratta argomenti teorici e impartisce nozioni tecniche di base sulla sicurezza e sugli attrezzi a cura di Gianpaolo Roncarati, il quale vanta anche il titolo di tecnico abilitato ai lavori in quota con certificazione europea. Sebbene queste nozioni non diano l'abilitazione come tecnici (per il quale è necessario seguire l'apposito percorso formativo), tuttavia hanno un importante ruolo nella formazione, in quanto è necessario per un insegnante di danza aerea conoscere adeguatamente le strutture e gli attrezzi aerei con i relativi rischi per consentire ai propri allievi di lavorare in estrema sicurezza. La lezione pratica parte dall'analisi della struttura della lezione che è formata dal riscaldamento motorio e dallo stretching per arrivare al potenziamento e al potenziamento funzionale con l'ausilio dell'attrezzo studiato.

Una parte fondamentale del metodo è dedicata all'anatomia di base del corpo umano e al lavoro fisico specifico mirato alla prevenzione, tenuto da Laura Biggi maestra di ginnastica posturale. Un'attenzione al corretto utilizzo dei distretti muscolari e articolari, per garantire una sana e corretta attività fisica specifica per le discipline aeree.

La parte centrale del corso affronta la sezione puramente tecnica della disciplina, con l'acquisizione di competenze tecniche sull'attrezzo, partendo da figure base fino alle chiavi più complesse.

L'ultima parte del percorso è invece finalizzata all'aspetto coreografico ovvero all'interpretazione delle parti tecniche attraverso l'utilizzo della danza, con importanti nozioni per l'ideazione e la realizzazione di performances Aeree.

SUDDIVISIONE DELL' INTERO CORSO

Il metodo AERIAL EQUILIBRE-discipline aeree si basa sul sistema di qualifiche ENDAS-SNAQ (riconosciuto dal CONI) suddiviso in tre livelli :

PRIMO LIVELLO -operatore sportivo/aiuto allenatore

ha la durata di 216 ore totali, suddivise in:

-48 ore di studio teorico-pratico (tre weekend: sabato e domenica) e prevede lo studio del tessuto a nodo, elemento base di studio fondamentale per l'apprendimento delle prime nozioni del corpo sospeso al termine del quale, con il superamento dell'esame, verrà rilasciato un Diploma Endas di primo livello-aiuto allenatore.

-144 ore modulo pratica-tirocinio e/o affiancamento, che possono essere svolte in diverse modalità sotto la supervisione e direzione di un nostro tecnico esperto.

-24 ore modulo teorico-pratico di perfezionamento (di cui 8 ore di e-learning) al termine del quale con il compimento delle ore di tirocinio verrà rilasciato tesserino tecnico Endas di primo livello-operatore tecnico/ aiuto allenatore

SECONDO LIVELLO-allenatore

ha la durata di 240 ore TOTALI di cui 144 ore MODULO PRATICA, 48 ore MODULO di TEORIA (di cui massimo 16 ore di e-learning) + 48 STUDIO

(Possedere la qualifica di primo livello della stessa disciplina sportiva da almeno un anno. Possedere i crediti relativi alle abilità, ottenuti tramite attività svolte dopo il conseguimento della qualifica di primo livello. Possedere il diploma di scuola media superiore)

Il secondo livello prevede lo studio del cerchio, si approccia quindi ad un attrezzo rigido, per il quale è richiesta una maggiore consapevolezza del proprio corpo e un maggiore controllo della forza per poter rendere armonioso il movimento su un attrezzo che, a differenza del tessuto a nodo, non asseconda lo spostamento del nostro corpo, ma anzi spesso lo contrasta.

TERZO LIVELLO -istruttore

ha una durata di 384 ore TOTALE di cui 288 ore MODULO PRATICA, 48 ore MODULO di TEORIA (di cui massimo 16 ore di e-learning) + 48 ore STUDIO. (Possedere la qualifica di secondo livello della stessa disciplina sportiva. Possedere i crediti relativi alle abilità ottenuti tramite attività svolte dopo il conseguimento della qualifica di secondo livello).

Il terzo livello prevede lo studio del tessuto aperto. Dall'attrezzo rigido si ritorna all' attrezzo morbido, ma la difficoltà aumenta. Il tessuto aperto richiede una particolare preparazione sia tecnica che fisica; è necessario aver sviluppato un livello di resistenza tale da poter eseguire una serie di chiavi e figure abbandonando l'ausilio del nodo(protagonista del primo livello del corso).

ESAME FINALE E RICONOSCIMENTO

Al termine di ogni livello è previsto un esame finale, durante il quale sarà richiesto al candidato di svolgere una lezione-tipo inerente al livello del corso di riferimento. Al termine del corso, con il superamento di detto esame, e la consegna del Modulo con le ore di tirocinio svolte, si ottiene un DIPLOMA nazionale rilasciato dall'Endas, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI e il tesserino tecnico con la qualifica di aiuto allenatore (primo livello), Allenatore (secondo livello), Istruttore (terzo livello)

Le qualifiche ottenute sono danze accademiche metodo Aerial equilibre - discipline aeree.

Il tirocinio previsto, inteso come pratica sportiva sul materiale appreso nelle ore di corso, si potrà svolgere presso una struttura scelta dal candidato durante il percorso formativo.

A CHI SI RIVOLGE IL CORSO

Il corso è rivolto a coloro che, con pregressa esperienza (almeno quinquennale) in una disciplina quali danza, danza aerea, ginnastica, pilates o le altre discipline inerente, vogliono intraprendere l'attività di insegnamento delle discipline aeree.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Per accedere al corso di formazione è necessario aver raggiunto la maggiore età e presentare il curriculum vitae che attesti almeno cinque anni di studio tra le seguenti discipline: danza, danza aerea, ginnastica artistica o ritmica, pilates... E tutte quelle discipline inerenti la danza.

OBIETTIVI DEL CORSO

L'obiettivo è quello di formare insegnanti di danza aerea secondo il metodo Equilibre: un lavoro profondo, teso a sviscerare le varie componenti dello studio svolto, per un risultato completo ed eclettico che si articola su diverse abilità quali conoscenza tecnica, comunicazione della didattica, assistenza tecnica e competenza artistica.

SEDE DEL CORSO

Il corso si svolge interamente presso il Centro Equilibre danza e spettacolo di Sarzana(SP).

È prevista inoltre la possibilità, a richiesta, di organizzare il corso anche in altre sedi, laddove però il centro ospitante garantisca la presenza di almeno 7/8 partecipanti.

COSTO

-Primo livello 700€ più IVA

-Secondo livello 750€ più IVA

-Terzo livello 850€ più IVA

-Aggiornamento livelli 150€ più IVA

DOCENTI PAOLA ZUBBANI

Aerial
Equilibre
DISCIPLINE AEREE

La sua formazione parte dalla ginnastica ritmica agonistica durante la quale si avvicina allo studio della danza classica, moderna e contemporanea.

Avvia gli studi professionali della danza con la Dance Arts International di Londra. Successivamente vince varie borse di studio presso Vignale Danza, l'Associazione Italiana Danzatori di Roma dove si perfeziona, continua il suo percorso di studi in vari centri professionali per la danza in tutta Italia. Consegue il diploma del corso professionale per danzatore contemporaneo presso l'Ass. Europea Danza di Livorno e a na le varie tecniche con artisti di fama internazionale, completa la sua formazione presso la Broadway Dance Center e la Steps on Broadway di New York. Il suo studio e l'approfondimento nella danza e nell'ambito dello spettacolo sono in continua ricerca

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Trasmissione televisiva "Per tutta la vita" Rai Uno condotta da Fabrizio Frizzi, coreografie di Roberto Croce.

Compagnia di danza "Dance time company".

Entra nella compagnia di danza "Francesca Selva" partecipando alle turnee in Italia e all'estero.

Ballerina nella fiction di Italia Uno, "Grandi domani" di Maurizio Costanzo, coreogr. di Mauro Mosconi.

Ballerina ne "Il festino di S. Rosalia" Palermo 2005-2006 coreogr. Daniel Ezralow.

Prende parte allo spettacolo "Six Murders" interpretando un ruolo come danzatrice e attrice protagonista.

"Tosca Amore Disperato" di Lucio Dalla, coreogr. Daniel Ezralow, regia Lorenzo Mariani, costumi Giorgio Armani.

Ballerina nel musical "Notre Dame De Paris" di Riccardo Cocciante, coreografie di Martino Muller.

Partecipa come danzatrice professionista allo spettacolo "Tablo" coreografie Jean Jaque Pillet coreografo de "Le Cirque Du Soleil", regia di Serge Denoncourt e Wayne Fowkes.

Ballerina per la compagnia del "Teatro Sistina" nella produzione "Geronimo Stilton supershow" regia e coreogr. Gino Landi. Compagnia di danza "PANTA REI" coreogr. Michele Oliva Ballerina ne "La Divina Commedia Opera".

Si avvicina alla Pole Dance affinando la sua tecnica con Performers e Trainers d'eccezione quali Orietta Tamantini promotrice e fondatrice della Polexgym®, Davide Zongoli e Alessandra Marchetti campionessa del mondo.

Si dedica alla danza aerea e al teatro estremo come Performer e Coreografa,

Partecipando ad eventi di rilievo nazionale ed internazionale con compagnie quali:

"KATAKLO athletic dance teathre" di Giulia Staccioli

"K-events" di Marco Balich

"Nu' art" di Gabriele Rizzi

Compagnia eventi "Studio Festi"

"Namaste-Europa" organizzazione eventi

Distinguendosi come danzatrice e elio sphere performer.

Art performer e coreografa,

attualmente gestisce il centro di formazione Equilibre e collabora con diversi centri in Italia come insegnante di danza, pole dance, contemporary pole, danza aerea .

Insieme a Gianpaolo Roncarati idea il metodo di formazione insegnanti Aerial Equilibre® discipline aeree, un metodo funzionale per l'insegnamento della danza aerea che rilascia diplomi certificati .

Cura la direzione artistica della sua organizzazione eventi Equilibre Events tra i suoi ultimi lavori spiccano le coreografie per lo spettacolo a Singapore in occasione del Gran Premio di formula 1 e lo spettacolo presentato per la Royal Opera House di Muscat "Celebrating Oman" , curati da Namaste- Europa.



PH: PODESTÀ

GIANPAOLO RONCARATI

Inizia gli studi della danza iscrivendosi al Liceo Linguistico per le Arti dello Spettacolo Le Muse, legalmente riconosciuto dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. Studia con numerosi maestri di fama internazionale con i quali approfondisce la sua preparazione di tecnica classica accademica, contemporaneo e modern jazz, parallelamente studia ginnastica artistica perfezionandosi con un corso di formazione specialistica come Danzatore/Acrobata. Successivamente si perfeziona presso la Scuola di Rosella Hightower a Cannes e presso l'Accademia Nazionale di danza di Roma. L'esperienza nel teatro e nel mondo dello spettacolo gli consentono di apprendere e perfezionarsi in nuove tecniche e discipline grazie alla collaborazione con artisti di grande fama .



ESPERIENZE PROFESSIONALI

Rugantino Dance Opera regia di Gino Landi, coreografie di Renato Greco e Maria Teresa Dal Medico, musiche del maestro Trovaioli.

Tosca compagnia i danzatori scalzi diretta da Patrizia Cerroni. Kitonb - Extreme Theatre Company.

Kataklò Athletic dance Theatre.

Rodolfo Valentino il musical, con Raffaele Paganini, regia Claudio Insegno.

Se il tempo fosse un gambero, Teatro Sistina con Roberta Lanfranchi e Max Giusti coreografie Gino Landi, regia Pietro Garinei.

Tosca amore disperato di Lucio Dalla coreografie Daniel Ezralow, costumi Giorgio Armani.

Gran varietà Brachetti produzione Arturo Brachetti.

Teatro La Fenice di Venezia-Traviata e Le Roi de Lahore di Massenet, in occasione della manifestazione mondiale per la riapertura del Teatro.

Il Trovatore, Bregenz festival - Bregenzer festspiele - Austria regia di Robert Carsen.

Mattina in Famiglia - Rai Due con Tiberio Timperi e Adriana Volpe regia Michele Guardì.

Oscar TV- Rai Uno Teatro Ariston di Sanremo con Milli Carlucci e Max Giusti

Pia come la canto io - Gianna Nannini in concerto - Zard Group production.

Cerimonia di apertura Giochi del mediterraneo 2009, coreografie di Ivan Manzoni.

Mondiali di nuoto 2009, coreografie di Nikos Laugosakos per Studio Festi.

Convention internazionale Unipol per la K-EVENTS.

Collabora come danzatore Performer e coreografo con Namaste-Europa in svariati eventi tra cui spicca il Gran Premio di Formula 1 di Singapore.

Si specializza come tecnico per la danza aerea ottenendo l'abilitazione europea come lavoratore addetto ai sistemi di accesso e posizionamento mediante funi.

Collabora con numerosi centri artistici come insegnante, danzatore e coreografo.

Insieme a Paola Zubiani idea il metodo di formazione insegnante Aerial Equilibre® discipline aeree, un metodo funzionale per l'insegnamento della danza aerea che rilascia diplomi certificati .

Direttore artistico del centro di formazione Equilibre, parallelamente organizza eventi artistici con Equilibre Events, tra i suoi ultimi lavori spiccano le coreografie per lo spettacolo a Singapore in occasione del Gran Premio di formula 1 e lo spettacolo presentato per la Royal Opera House di Muscat "Celebrating Oman" , curati da Namaste- Europa.

Laura Biggi



Si avvicina allo studio della danza all'età di 8 anni presso la scuola Arte in Movimento di Carrara, prosegue gli studi per circa 25 anni frequentando numerosi stages e corsi di formazione con insegnanti di fama internazionale. Successivamente si affaccia anche alle discipline aeree frequentando il corso per insegnanti di primo livello presso il Centro Equilibre di Sarzana, dove si diploma nel 2016.

Parallelamente inizia gli studi presso la facoltà di Scienze Motorie, Università degli studi di Pisa, per approdare poi nel 2011 all'Istituto Duchenne di Firenze, Scuola Nazionale di Educazione Fisica, dove trova la sua vera dimensione: la Ginnastica Correttiva e la Ginnastica Medica. Frequenta il corso per Maestri di Ginnastica presso lo stesso istituto e si diploma nel 2015. Da allora frequenta mensilmente convegni e corsi di aggiornamento.

CORSI DI AGGIORNAMENTO CONVEGNI E CONGRESSI SEGUITI

“Ginocchio e Ginnastica” 2015,2018, Istituto Duchenne Firenze

“Spalla e Ginnastica” 2011,2015,2017,2019 Istituto Duchenne Firenze

“Anca e Ginnastica” 2011, 2013, 2015, 2016,2018,2019 Istituto Duchenne Firenze

“Radiologia Osteoarticolare” 2011, 2013 Istituto Duchenne Firenze

“Ginnastica per Anziani” 2011,2015,Istituto Duchenne Firenze

“La Ginnastica dall'infanzia all'adolescenza”2011,2014,2015,2016 Istituto Duchenne Firenze

“La Ginnastica per Adulti” 2011, 2014,2015,2017 Istituto Duchenne Firenze

“Ginnastica secondo le tecniche I.D” dal 7 al 10 luglio 2011,2014 Istituto Duchenne Firenze

“Ginnastica Pre-Post Parto” 2012,2015 Istituto Duchenne Firenze

“Ginnastica e mal di schiena” 2011, 2014,2016, 2017,2018,2019 Istituto Duchenne Firenze

“Scoliosi e Ginnastica” 2011, 2014, 2015, 2016,2017,2018,2019 Istituto Duchenne Firenze

“Dorso Curvo e Ginnastica” 2011,2012,2013,2014,2015,2016,2018,2019 Istituto Duchenne Firenze

“Piede Piatto e Ginnastica” 2011, 2014, 2015,2016,2017,2018,2019 Istituto Duchenne Firenze

“La Ginnastica militare e la Ginnastica educativa nella costruzione dell'Italia unita” Congresso S.I.E.F (Società Italiana di educazione fisica) Torino 2011

“La salute del piede” Congresso S.I.E.F 2013

“La normalità motoria del giovane adulto. Dorso curvo e ginnastica” Congresso S.I.E.F 2015

“L'educazione Fisica tra passato e futuro. Omaggio ad Emilio Bumann nel centenario della sua morte.” Congresso S.I.E.F 2017

“La Ginnastica è per tutti e per tutta la vita. Un progetto per la qualità della vita” Congresso S.I.E.F 2018.

Attualmente lavora presso la palestra Arte in Movimento di Carrara come Maestra di Ginnastica Correttiva e Medica.