

UNITRE ROMA ARVALIA A.A. 2025-2026

LEZIONI in presenza presso il

IC Piero Terracina - Plesso Giorgio Caproni

in Via Luigi Solidati Tiburzi n. 2

YOGA

Introduzione al Kundalini Yoga

Prof.ssa Giovanna Pipari

orario: martedì ore 17,00-18,45

Argomenti:

Il corso ha l'obiettivo di far assimilare i principali concetti teorici e pratici del kundalini yoga: la sua storia e particolarità e la differenza da altre forme di yoga.

Si inizia il percorso dalla comprensione della corretta respirazione diaframmatica dello yoga e le principali tecniche di controllo del respiro con i relativi benefici.

Si praticheranno poi delle sequenze predefinite adattandole alle caratteristiche del gruppo; si tratterà il significato degli elementi principali del kundalini come i mantra, i mudra, gli otto chakra, i dieci corpi, le varie forme di meditazione.

Ci saranno poi delle sessioni dedicate a tecniche di rilassamento profondo.

Numero allievi: max. 18

LEZIONI in presenza presso il

IC Piero Terracina - Plesso Giorgio Caproni

in Via Luigi Solidati Tiburzi n. 2

CERAMICA A FREDDO

Modellazione della Materia

Prof.ssa Maria Vittoria Soracco

orario: martedì ore 17,00-18,45

Essere a conoscenza dei materiali che possiamo avere a disposizione e pensare a come possono essere riutilizzati, imparando ad approcciare con praticità alla loro modellazione.

Imparare a dialogare attraverso i manufatti creati.

Mostrare come gli oggetti riciclati e riciclabili possono ridurre l'impatto ambientale e preservare le risorse naturali, promuovendo al contempo una cultura di sostenibilità che avvantaggia sia l'ambiente che la società; rendere il proprio lavoro seriale; imparare a gestire gli imprevisti derivanti dalla materia prescelta; comunicare attraverso la materia.

Argomenti:

- l'importanza del pieno e del vuoto;
- il peso dei colori e delle forme;
- conoscere le proprietà dei materiali ed approcciare alle relative tecniche derivanti;
- accenni alla storia dell'arte contemporanea in Italia.
- Bibliografia: durante il corso parleremo del pieno e del vuoto attraverso il testo di Mario Perniola, approfondiremo le forme ed i colori con Kandinsky e andremo a vedere gli artisti che hanno lavorato in Italia negli anni 60-70 attraverso il gruppo di *arte povera* con gli scritti di Germano Celant e Carla Lonzi.

Numero allievi: max. 25