

OVER DANCE LAB #10

LABORATORIO DI MOVIMENTO LIBERO E COSCIENTE

con **CRISTINA NEGRO**

DOMENICA 13 APRILE h. 15:30/18:30

info & book 333 7445480 • 393 9845289

YAP INTEGRAL YOGA CENTRE TERAMO www.centroyap.it

CHE COS'È

IO DANZO CON TE

Il lavoro si ispira ad elementi della Danza Sensibile® edell'improvvisazione rielaborati in maniera personale.

Una occasione per scoprire o riscoprire il benessere legato alla pratica corporea svincolato da giudizio o progettualità.

Ci soffermiamo sulle pratiche legate al respiro, alla percezione di sé, alla consapevolezza e all'espressione del nostro corpo procedendo attraverso il fare e il lasciar fare, tra il sapere e il non sapere, lasciando che l'organicità ci guidi e ci orienti.

Tutto il lavoro è pratico, lasciando spazio anche per lo scambio e il confronto.

Si lavorerà da soli, in coppia e in gruppo.

Non sono necessarie competenze particolari di movimento, ma la curiosità e il desiderio di sperimentare e sperimentarsi.



A black and white portrait of Cristina Negro, a woman with short, light-colored hair, looking slightly to the right. She is wearing a dark, long-sleeved top. The background is a simple, light-colored wall.

CON CHI

Cristina Negro, Milano 1963,
Danzatrice, performer, formatrice, laureata in
Lettere Moderne.

Formatasi in Italia e in Francia, dal 1989 segue il
lavoro del maestro Dominique Dupuy, di cui è
traduttrice e assistente per l'Italia.

Nel 2023 diviene Insegnante di Integral Yoga.

Tra i suoi maestri Dominique e Françoise Dupuy,
Carolyn Carlson, Teri Weikel, Masaki Iwana.

Dagli anni '90 si dedica all'improvvisazione
radicale con musicisti dal vivo.

Dal 1999 è Docente a Contratto presso
l'Università degli Studi di Milano-Bicocca
all'interno della Facoltà di Scienze
dell'Educazione e Scienze della Formazione
Primaria.

Direttrice artistica dell'Associazione Culturale
Takla ImprovisingGroup dal 2000 al 2015.

Fa parte del Direttivo dell'associazione nazionale
DES (Danza Educazione Società).

Dal 2000 è Docente di danza creativa presso la
Fondazione Muse all'interno delle strutture
scolastiche milanesi. Docente di laboratori di
Improvvisazione presso il Conservatorio
Giuseppe Verdi di Milano.



COME

OVER DANCE LAB è un contenitore di movimento consapevole, libero, istintivo e non performativo. A guidare di volta in volta le tratte del sublime viaggio vengono chiamati ospiti di rilievo nel mondo dell'espressione corporea.

- 01 - Aperto a tutt* e a tutte le età, nessuna competenza richiesta
- 02 - Quota di partecipazione € 30,00
(salvo quota associativa 2025***)
- 03 - Abbigliamento comodo, calzettoni e copertina
- 04 - Su prenotazione: 333 7445480 • 393 9845289

Quota associativa €15,00 con accesso gratuito alle pratiche meditative e a una lezione di benvenuto di Yoga (in presenza oppure online) o Tai Chi (in presenza presso YAP)