

Mercoledì 15 settembre 2004

Anno 18 - N. 30
Sped. Abb. Post. Comma 26 Art. 2
Legge 549/95 - Milano
Non può essere distribuito
separatamente
dal Corriere della Sera
vivimilano.it

RCS

CORRIERE DELLA SERA

Vivimilano

METAPHYSICAL DANCE

Se le emozioni tonificano

Ogni cosa che accade nel corpo produce una sottile vibrazione nella mente e ogni cosa che succede nella mente raggiunge il corpo: facendo propria questa massima, la ballerina e coreografa Deepti Canfora, dopo aver studiato danza in Italia, Francia e Gran Bretagna, ha compiuto un percorso di ricerca esoterica e spirituale in India che l'ha condotta alla creazione, nel 1996, di un nuovo tipo di danza. Si tratta della Metaphysical Dance: un mix di ballo, yoga e tecniche di respirazione, che lavora con e sul cosiddetto «corpomente», finalizzata alla ricerca di una totalità espressiva e volta alla scoperta della propria unicità. E comunque funzionale alla **tonicità** del corpo e alla perdita di peso se fatta con costanza.

Un approccio alla danza non convenzionale, in cui il movimento, con la sua forma, il suo ritmo, la sua **velocità**, la sua vibrazione, viene considerato espressione di uno stato d'animo, l'energia cinetica del corpo viene coniugata all'**esperienza emotiva**, e la danza stessa diventa metafora dell'inconscio, della vita interiore, assumendo così anche una funzione catartica. Chi volesse saperne di più può recarsi il 22 settembre alle 20 al centro Moovie di via Ascanio Sforza 37, dove si terrà un evento dedicato proprio alla presentazione di questa disciplina. L'ingresso è gratuito, ma dato che i posti sono limitati, è necessario prenotarsi. Bisogna portare, oltre a un cuscino e a un plaid, dei colori e dei **fogli da disegno**: strumenti che spesso gli allievi di Deepti Canfora sono invitati a usare per comunicare ciò che hanno dentro. ●

INFORMAZIONI

Metaphysical Dance c/o Moovie via Ascanio Sforza 37, tel. 335.81.85.620, www.metaphysicaldance.it.

Prezzi: il corso annuale con due lezioni a settimana costa 1.000 euro, con una lezione a settimana 500.

Orari: il corso annuale comincerà il 4 ottobre per concludersi a fine giugno e prevede due lezioni alla settimana: il lunedì e il mercoledì dalle 20 alle 22.30. Sarà, inoltre, attivato un corso base, per i neofiti, con frequenza settimanale il martedì dalle 20 alle 22.30.

