



[Residui Teatro](#) y [Regula contra Regulam Teatro](#) presentan ["El Astillero"](#), laboratorio permanente de entrenamiento del Arte del Actor dirigido por Raul laiza, director, pedagogo y entrenador de actores.

21 y 22 de Marzo: 15:00 a 19:00 horas

“El Astillero” es un espacio de entrenamiento, práctica y exploración permanente, que se concentra regularmente un fin de semana al mes. Pueden participar al laboratorio actores, bailarines y personas interesadas en un trabajo sobre sí mismos a través del entrenamiento teatral. “El Astillero” es un espacio donde se cultiva una práctica directamente conectada con el arte teatral y al mismo tiempo relacionada con ese desafío sutil, personal, profundo de cada uno de nosotros: una cita con nosotros mismos y con el cuerpo como territorio misterioso y concreto.

Pinchando [aquí](#) podréis ver un video sobre ["El Astillero"](#)

El Laboratorio se divide en 3 horas de trabajo práctico y una última hora final en la que Raúl laiza trabaja con los más veteranos de "El Astillero" con los que, con el tiempo, ha desarrollado un trabajo más complejo. Los asistentes pueden participar como oyentes a esta última parte.

Entrenamiento Físico:

- Plástica: segmentación (articulaciones y órganos), coordinación y disociación, ejercicios de composición (escultura clásica, composición línea-volumen, ‘dramaturgia’ de la segmentación).
- Ejercicios de dinámica-impulso-relación: a cuerpo libre, con obstáculos fijos y móviles.
- Rítmica corpórea: rítmica en segmentación, acentos, contrapunto, relación voz-rítmica corpórea, coreografía de grupo y espacial.
- Pre-acrobática y ejercicios de gramática corpórea: estiramientos posturales y dinámicos, bajadas/subidas, llaves, saltos y caídas, composición.
- Acrobáticas de Actor: de piso, dinámica y en parejas. Ejercicios posturales y dinámicos.

Composición e improvisación.

-Ejercicios de sincronización y composición en el espacio. Caminatas, cargas, secuencias geométricas y secuencias coreográficas.

-Ejercicios con accesorios: silla, bastón, foulard, cuerdas, mesas. Saltos, relaciones plásticas y relaciones acrobáticas con objetos y accesorios escénicos.

Entrenamiento Vocal: el canto, la palabra, las acciones vocales

-Técnicas de respiración y de emisión vocal.

-Ortofónica, acentos y silabación, prosodia aplicada, dinámicas palabra-movimiento.

-Registros, timbres y dinámicas localizadas: 'resonadores físicos'.

-Vocalización, dinámica y agógica, cantos "de trabajo".

-Relación palabra-entrenamiento físico.

-Melodías de diversas cunas culturales y musicales, útiles a la práctica del entrenamiento y al trabajo de grupo: cantos monódicos y canto coral, armonización a tres y cuatro partes.

-Técnicas de "Kironomía".

-Entonación y dinámica de las octavas, técnicas de transporte y modulación.

-Técnicas de arreglo vocal-instrumental.

-Canto y espacio en la dinámica de grupo.

"¿Sabes, al menos, si ardiendo eres más libre  
o si aceleras el desastre de todo lo que fue tuyo?"

[Cyprian Norwid]

**Raul laiza.** Director y pedagogo, desde el 2000 hasta el 2011 es asistente de dirección de Eugenio Barba (Odin Teatret) en las producciones : "Sal" (2002), "El Sueño de Andersen" (2004), "Don Juan en el infierno" (2006) y "La Vida Crónica" (2011). Desde el 2007, es responsable de Regula contra Regulam, agrupación que colabora establemente con el Grotowski Institute (Polonia).

## **CUANDO**

21 y 22 de Marzo de 15:00 a 19:00 horas

## **DONDE:**

[Centro de Artesanía de las Artes Escénicas](#)

c/ Ercilla, 48, Madrid.

Metro: Embajadores-Delicias

## **DONACIÓN:**

50 euros (6 horas)

40 euros para alumnos de Residui Teatro

Para aquellos alumnos que continúen en el Astillero de manera regular se aplicarán los siguientes descuentos abonando las mensualidades pro adelantado:

3 sesiones de "El Astillero": 130 Euros (110 para alumnos de Residui Teatro)

6 sesiones de "El Astillero": 250 (220 para alumnos de Residui Teatro)

9 sesiones de "El Astillero" (ciclo completo 2014/2015): 400 euros (320 para alumnos de Residui Teatro)

#### **REQUISITOS:**

Seleccionar y aprender un **soneto de Lope de Vega**.

Seleccionar un artista (escultor o pintor) que trabaje la figura humana y traer en formato impreso alguna de sus obras (puede tratarse de una impresión en papel, lo importante es poder tenerla de referente)

Traer rodilleras

**\*ACTIVIDAD SOLO PARA SOCIOS.**

El Carnet asociativo cuesta 3 euros y se renueva al comienzo de cada año.

(Pincha [AQUÍ](#) para conocer las oportunidades para socios que ofrece la asociación Residui Teatro)

\* Para participar en los cursos y actividades que se desarrollen en el Centro de Artesanía de las Artes Escénicas es necesario adquirir el carnet de socio de Residui Teatro. **El coste es de 3 euros** y se renueva al comienzo de cada año. ¡Ayúdanos a sostener el proyecto!

info@residuiteatro.it

Tlf: 648665194

www.residuiteatro.com

{morfeo 44}

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)