



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

MARCHE

# Vox Sana in corpore sano

## Corso avanzato

*Sala Riunioni Comitato Regionale CONI Marche*

*31 gennaio 2018*

L'incontro si terrà presso la Sala Riunioni **Comitato Regionale CONI Marche**, Strada  
Prov.le Cameranense- Varano di Ancona

### Programma

- Ore 15.30** Accoglienza ed accredito dei partecipanti
- Ore 16.00** Premessa teorica: respiro e voce  
studio della postura corretta  
esercizi avanzati di respirazione diaframmatica (in posizione supina, seduta, eretta)  
esercizi di vocalizzazione e allenamento vocale- **Dott.ssa L. Ferrati**
- Ore 20.00** Termine dei lavori e consegna degli attestati

**Al corso sono ammessi massimo 35 partecipanti e le iscrizioni saranno prese in ordine di arrivo.**

**Relatori:**

**Dott.ssa Lucia Ferrati**, Laureata in Lettere Moderne all'Università di Bologna, ha pubblicato numerosi saggi letterari.

E' coordinatrice e direttore artistico della Rete teatrale della provincia di Pesaro per l'Amat. È docente di laboratori di lettura ad alta voce nelle Marche e in Emilia Romagna. Dal 1994, svolge regolarmente attività di lettrice, doppiatrice e speaker. Dal 1997 al 1999 ha diretto le stagioni teatrali e concertistiche del Teatro Sociale di Novafeltria. Dal 2000 al 2003 ha lavorato come consulente artistico presso il Teatro G. Rossini di Pesaro.

Per l'Amministrazione Provinciale di Pesaro e Urbino ha ideato, progettato e diretto numerose rassegne e festival. Ha all'attivo numerosissime letture sceniche in collaborazione con musicisti di fama internazionale. Ha già prestato la Sua esperienza nel corso "Proposte didattiche innovative per l'avviamento allo sport" (Camerino, luglio 2016) suscitando molto interesse. È docente di laboratori di lettura ad alta voce nelle Marche e in Emilia Romagna. Dal 1994, svolge regolarmente attività di lettrice, doppiatrice e speaker. Ha all'attivo numerosissime letture sceniche in collaborazione con musicisti di fama internazionale.

**Finalità:**

Imparare una corretta tecnica di respirazione è fondamentale per chi usa la voce come strumento di lavoro.

Il laboratorio mira alla presa di coscienza dei propri limiti respiratori al fine di imparare, attraverso esercizi mirati, il giusto modo di respirare, potenziando le stesse capacità respiratorie e le prestazioni vocali ad esse collegate. Una corretta respirazione diaframmatica può, inoltre, migliorare le funzionalità cardiovascolare e polmonare, favorire una maggior ossigenazione dei tessuti e funzionalità del sistema linfatico, abbassare il livello di stress, infondere maggior sicurezza e lucidità nel prendere le decisioni, aumentare la capacità di autocontrollo, favorire una migliore qualità del sonno e un maggior equilibrio neurovegetativo.

**Destinatari:** L'incontro è rivolto ad educatori, tecnici, allenatori, insegnanti di scuola dell'infanzia, primaria, secondaria di primo e secondo grado, laureati e studenti in scienze motorie, diplomati ISEF, tutor di Sport di classe.

**Modalità di iscrizione:** Per iscriversi è necessario accedere al sito della Scuola Regionale dello sport del C.O.N.I. Marche registrarsi (vedi voce "Iscriviti all'area riservata") e compilare la scheda di iscrizione presente online all'interno del corso/convegno/seminario oppure iscriversi tramite mail all'indirizzo [srdsmarche@coni.it](mailto:srdsmarche@coni.it).

**Clicca qui per accedere alla pagina:** <http://marche.coni.it/marche/scuola-regionale.html>

La conferma di avvenuta iscrizione arriverà automaticamente dal sistema o dalla mail della SRdS Marche.



1506  
UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI URBINO  
CARLO BO

