

Following a star
ENG
INTERNATIONAL PERFORMING ARTS WORKSHOP
for actors, dancers and musicians.

Teatret OM, Denmark 13 – 27 August 2025

The North Star is one of the most important, used to navigate the sea, to orient oneself, and to find direction.

Practice, the daily work of the actor, builds a solid foundation through which we begin our journeys towards the unknown, working on rhythm will be the heartbeat of the adventure.

It is up to us to look for a star to follow.

Many years ago I searched for, and found a teacher. She taught me to listen to the silence inside me in order to use my voice. She taught me the dignity of those who get up after falling. She showed me my direction. This workshop is dedicated to her, to Iben Nagel Rasmussen.

- Sandra Pasini

Led by: Sandra Pasini, actress and director. Rita Superbi, actress and percussionist.

During the workshop we will explore the interaction of the performer's work with rhythm and body percussion. We will create together a short piece that will be presented in local communities and at the opening of the **UR-NAT International Performing Arts Festival** which runs from 27th – 31st August 2025.

Content of the workshop:

Physical training: exploring different qualities of energy.

Physical actions: exploring composition.

Vocal training: exploring resonators, text, vocal rhythms and collective compositions.

Work with objects: animating props

Body percussion: exploring the rhythmic dissociation and movement of hands, arms, feet and legs.

In addition to body percussion, we plan to work with everyday objects such as bins, pots, etc.

Participants:

All participants will need to know both a song and a speech by heart ahead of the workshop. Those who play instruments can bring them.

Those with existing theatre characters can bring their costumes.

The workshop is for a maximum of 16 participants aged 18 and over.

Seguendo una stella

IT

WORKSHOP INTERNAZIONALE SULLE ARTI SCENICHE
per attori, danzatori e musicisti.

Teatret OM, Danimarca 13 - 27 agosto 2025

La stella polare è una delle stelle più importanti nella navigazione sul mare, per potersi orientare e trovare la direzione.

La pratica, il lavoro quotidiano dell'attore, costruisce una base solida attraverso la quale possiamo iniziare il viaggio verso l'ignoto, il lavoro sul ritmo sarà il battito dell'avventura.

A noi cercare la stella da seguire.

Molti anni fa ho cercato e trovato una maestra che mi ha insegnato ad ascoltare il silenzio dentro di me per poter usare la voce, mi ha insegnato la dignità di chi si rialza dopo essere caduto, mi ha indicato la direzione: Iben Nagel Rasmussen, a lei dedico questo laboratorio.

- Sandra Pasini

Condotta da: Sandra Pasini, attrice e regista. Rita Superbi, attrice e percussionista. Durante il workshop si esplorerà l'interazione del lavoro dell'attore/attrice con i ritmi e la body percussion, si lavorerà su un breve montaggio che sarà presentato nelle comunità locali e all'apertura del **UR-NAT International Performing Arts Festival** che si terrà dal 27 al 31 agosto 2025.

Fasi del workshop:

Allenamento fisico: lavoro sulle diverse qualità di energia.

Azioni fisiche - composizione.

Formazione vocale: risonatori, testo, ritmi vocali e composizioni collettive.

Lavoro sull'oggetto

Body percussion:

il lavoro di base è quello sulla dissociazione ritmica e dei movimenti di mani, braccia, piedi e gambe. Oltre alla body percussion si prevede anche un lavoro sul ritmo con oggetti (bidoni, pentole, o altri oggetti di uso comune)

Ai partecipanti:

Si richiede la conoscenza di un canto a memoria e un testo.

I partecipanti possono portare strumenti musicali e figure teatrali già esistenti con costume.

Il lab

oratorio e per massimo 16 partecipanti a partire dai 18 anni.

Teatret OM

Egnsteater i Ringkøbing-Skjern Kommune
Buen 15, 6950 Ringkøbing, Danmark
Tlf.: +45 97 44 19 89 Mobil: +45 24 24 71 47
E-mail: teatretom@teatretom.dk Web: teatretom.dk

SIGUIENDO UNA ESTRELLA
SPA
SEMINARIO INTERNACIONAL SOBRE LAS ARTE ESCÉNICAS
para actores, bailarines y músicos

Teatret OM, Dinamarca 13 - 27 agosto 2025

La Estrella polar es una de las estrellas más importantes en la navegación por mar, para orientarse y encontrar el rumbo.

La práctica, el trabajo cotidiano del actor, construye una base sólida a través de la cual podemos iniciar el viaje hacia lo desconocido, el trabajo sobre el ritmo será el pulso de la aventura.

De nosotros depende encontrar la estrella a seguir.

Hace muchos años busqué y encontré una maestra que me enseñó a escuchar el silencio dentro de mí para poder usar mi voz, me enseñó la dignidad de los que se vuelven a levantar después de la caída, me indicó la dirección: Iben Nagel Rasmussen, a ella dedico este laboratorio.

- Sandra Pasini

Conducido por: Sandra Pasini, actriz y directora. Rita Superbi, actriz y percusionista. Durante el seminario se explorará la interacción del trabajo del actor/actriz con los ritmos y la percusión corporal, se trabajará también un pequeño montaje que será presentado en las comunidades locales y en la apertura del **UR-NAT International Performing Arts Festival** que se llevará a cabo del 27 al 31 de agosto 2025.

Fases del seminario:

Entrenamiento físico: trabajo sobre las diferentes cualidades de energía.

Acciones físicas: composición.

Entrenamiento vocal: resonadores, texto, ritmos vocales y composiciones colectivas.

Trabajo con objetos

Percusión corporal:

Se trabajará básicamente con la disociación rítmica y los movimientos de manos, brazos, pies y piernas. Además de la percusión corporal, también está previsto el trabajo rítmico con objetos (contenedores, cacerolas u otros objetos de uso cotidiano).

Los participantes:

Se requiere una canción que conozcan de memoria y un texto. Los participantes pueden traer instrumentos musicales y figuras de teatro que ya tienen en su haber con su respectivo vestuario.

El seminario es para un máximo de 16 participantes mayores de 18 años.