

# **LABORATORIO DI GIOCOLERIA**

## **con Edoardo Mirabella e Elisabetta Cavana**

### **(14-17 anni)**

**Interesse per la giocoleria? Voglia di provare?**  
**Cerchi un luogo in cui allenarti in giocoleria insieme?**  
**Curiosità verso il mondo del circo?**

Per imparare le tecniche di base di alcuni attrezzi della giocoleria (veli, palline, clave, cerchi, devilstick, diablo, bolas, contact, piatti cinesi, hula hoop) oppure per trovare assistenza e insegnamento per il tuo allenamento personale, questo laboratorio potrebbe fare per te. Si svolge all'aperto o al chiuso in uno spazio sufficientemente ampio e protetto, sotto la guida di due/tre esperti. La finalità del laboratorio è guidare verso l'approccio alle tecniche di base i partecipanti.

#### **- Tecniche di giocoleria**

Esercizi base della giocoleria; conoscenza degli attrezzi; ricerca sul movimento con gli oggetti; assistenza di eventuali avanzati.

#### **- Coordinazione oculo manuale**

Esercizi finalizzati a stimolare il movimento e la manipolazione in funzione alla vista.

#### **- Consapevolezza corporea e del movimento**

Esercizi finalizzati ad accrescere conoscenza, consapevolezza e controllo del corpo attraverso la giocoleria

**Mercoledì dalle 15.30 alle 17.30**

9-16-23-30 Novembre

14-21 Dicembre

4-11-18-25 Gennaio

1-8-15-22 Febbraio

1-8 Marzo

**info@arciloco.org / +39 328 644 9497**

Programma realizzato nell'ambito dell'iniziativa "E - STATE E + INSIEME"  
promossa e finanziata da Regione Lombardia

