

Iniciació al Clown

1a Edició

Codi: 188019

Tipologia: Curs d'estiu

Crèdits: 1.00

Idioma: Català

Data d'inici: 12/07/2019

Data de finalització: 13/07/2019

Horari: Divendres de 10 a 14 h i de 16 a 20 h, i dissabte de 10 a 14 h.

Lloc de realització: Hotel Balneari Vichy Catalán (Caldes de Malavella)

Places: 22

Preus i descomptes

Preu: 90 €

Raons per fer el curs

- Transmetem informació constantment i ser conscients del missatge i imatge que compartim quan fem i diem coses, és de vital importància en un món on inevitablement ens relacionem en tot moment (amb nosaltres mateixos i amb els altres).
- El *clown* condensa les nostres potencialitats i també les nostres pors i judicis. Fer un exercici de revisió i obrir-nos a aquesta nova mirada que ens aporta el *clown* (més comprensiva i molt més amorosa), fa créixer i dotar de més tonalitats la nostra manera de viure el dia a dia, de relacionar-nos amb nosaltres mateixos i amb els altres, en definitiva: de viure la vida basant-nos en la comprensió, l'estima i el respecte.
- Donar espai al nostre nen interior per tal que es mostri del tot no ens convertirà en éssers més infantils, ans al contrari, ens dotarà de més espontaneïtat, sinceritat i honestat. Serem adults més íntegres i capacitats.
- El *clown* aporta una experiència que permet saber més d'un mateix i aquest coneixement és el primer pas que promou el canvi.
- Descobrir el propi *clown* és un viatge divertit i alliberador, adequat per a qualsevol persona que vulgui conèixer i potenciar les seves habilitats i fer front a les seves ombres. Una aventura que enriqueix i que facilita la pròpia acceptació i que desenvolupa l'amor vers l'altre i un mateix.
- A més, us endureu un nas de pallaso a la butxaca!

Els estudiants de la **Universitat de Girona** podran reconèixer 1 ECTS (crèdit de **reconeixement** acadèmic) per la participació en cada edició dels **Cursos d'Estiu** de la Xarxa Vives d'universitats, amb independència dels **cursos** en què s'inscriguin. És a dir, només es podrà reconèixer 1 ECTS per CURS ACADÈMIC.

Presentació

El curs «Iniciació al Clown» utilitza el *clown* (pallaso) com a camí d'autoconeixement i creixement personal. Gràcies a la màscara més petita del món (el nas vermell) buscarem la nostra essència, la part més *naïf*, sincera i genuïna de nosaltres mateixos. El *clown* condensa les potencialitats i també les pors i judicis; per aquest motiu, obrir-nos a aquesta nova visió més comprensiva i molt més

amorosa, ens permetrà ampliar la nostra manera d'afrontar, sentir i viure la vida. Aquest viatge el farem partint d'un enfoc divertit, alegre, respectuós, motivant complicitats, picades d'ullet, i amb l'objectiu final de sortir a escena, estimar a l'altre i sentir-se estimat.

Objectius

- Intentar ser un mateix.
- Apropar-nos a l'essència pròpia.
- Descobrir com som en realitat.
- Reconèixer les nostres potencialitats.
- Donar espai al nostre nen interior.
- Descobrir les nostres màscares.
- Afegir una nova màscara (el nas de pallaso) al repertori de màscares.
- Saber què ens fa reaccionar.
- Donar-li la benvinguda al sentiment de vergonya per tal de riure'ns de nosaltres mateixos.
- Obrir-nos al món que ens envolta.
- Estimar-nos i acceptar-nos una mica més.

A qui s' adreça

A persones que vulguin conèixer i apropar-se al món del pallaso. A tothom que vulgui iniciar un camí d'autoconeixement partint d'una mirada amorosa, divertida, oberta i respectuosa amb ell mateix i els altres.

Requisits d'admissió

Ser major d'edat. Cal dur roba i calçat còmodes, un mocador o bena per tapar els ulls, una llibreta i bolígraf i també cal afegir a la bossa roba que ens vagi ajustada o que considerem que ens fa sentir ridículs (no poden ser disfresses). Hi haurà la possibilitat de banyar-se a la piscina (portar banyador, tovallola, xancletes...).

Pla d'estudis

Iniciació al Clown

Introducció al *clown*. Origen, definició, diferents tipus de *clown* i característiques bàsiques.

Exercicis de sensibilitat I. Estovarem el cos i el cor per tal de començar a relacionar-nos amb nosaltres mateixos i amb els altres des d'un lloc més genuí. Començarem a veure quines màscares duem posades sense adonar-nos. Prendrem consciència de com ens comportem davant els altres.

Naixement del *clown*. Ens posarem el nas per primer cop i donarem vida al pallaso que tots tenim dins.

Exercicis de sensibilitat II. Continuarem amb més exercicis per tal d'apropar-nos a la nostra essència, des del joc, l'humor, el fet de compartir, i el que emergeixi.

Improvisacions amb el nas. Ja amb el nas posat donarem uns minuts de vida a aquest pallaso que hem descobert.

Tancament i comiat. Recollirem l'experiència viscuda, ens quedarem el nostre nas i tornarem a la vida (però amb un nas a la butxaca).

Titulació

Curs d'Estiu: Iniciació al Clown, per la Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

Finançament

Finançament

Fundación Estatal para la Formación en el Empleo - FUNDAE

(anteriorment Fundación Tripartita)

Els treballadors d'una empresa privada, als qui aquesta pagui la matrícula, tenen la possibilitat de bonificar-la a través de la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo – FUNDAE (abans conegut com a Fundació Tripartita).

Per gestionar aquesta bonificació us heu de posar en contacte amb el Departament de Recursos Humans de la vostra empresa.

Per a més informació feu clic [aquí](#).

Quadre docent

Direcció

Coordinació

Professorat

Rafel Sánchez Domingo

Persona des de fa 41 anys.

Iniciació al món del pallasso als 16 anys.

Pare des de fa 5 anys.

Pallasso fundador de la companyia de pallassos: Cop de Clown.

Codirector del Centre de Recursos Creatius Al Trot.

Ha estat membre de les companyies de teatre: Pallassos sense Fronteres, Xarop Clown—Pallassos d'Hospital i Germans Rebaixinc.

Ha realitzat múltiples cursos amb grans pallassos com: l'Avner, en Leo Bassi, en Les Bubb, en Toti Toronell i l'Alain Vigneau.

Ha obtingut el nivell de *practitioner* en PNL i la mestria de Reiki. Ha rebut 4 anys de teràpia Gestalt i ha ficat el nas en Bioneuroemoció, Eneagrama, Constel·lacions familiars, *Tapping*, *Coaching* i l'Amor en general.

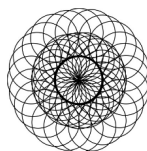
*La direcció es reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



Creativita



CREATIVITA
CREA LA TEVA VIDA

Vídeos

Vimeo: <https://vimeo.com/353563145>

Iniciació al Clown

Inici curs: 12/07/2019

Fi curs: 13/07/2019

Data tancament acta avaluació: 13/07/2019

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
12/7/2019	Hotel Balneari Vichy Catalán	10:00	14:00	16:00	20:00
13/7/2019	Hotel Balneari Vichy Catalán	10:00	14:00		