

Ciao Anna, volevo ringraziarti per la stupenda giornata di ieri. Peccato siano percezioni che riesci a provare così poche volte nella vita e condividendola in gruppo acquisiscono ancora più significato.

Mi hai lasciato con un forte dubbio, perchè ora non so che tipo di lavoro devo fare per riuscire a "fregarmene dell'essere giudicata da chi ascolta".

Purtroppo, come tu hai intuito, il pensiero fisso su chi mi sta ascoltando io ce l'ho sempre e mi fa paura pensare che forse la mia voce non può piacere. E' un duro scoglio da superare, mi inibisce, non riesco ad esprimermi a pieno e ne subisco io stessa le conseguenze.

Ringrazia anche Paolo che ha fatto un ottimo lavoro su tutti noi. Quindi ancora un volta abbiamo avuto la conferma che la forza della mente può comandare i movimenti del corpo. Già da oggi mi sento più alta di qualche millimetro, un buon inizio direi!!!!

Spero di rivederti presto per un'altra stupenda esperienza...

grazie **Elisa Venturin**

Reputo che la TA sia molto valida e possa aiutarci con efficacia sia nella nostra attività musicale che nella vita quotidiana. Ho molto apprezzato la competenza e professionalità di Anna e Paolo e il loro modo di approfondire naturalezza nell'approfondire gli argomenti della TA attraverso gli esercizi proposti durante il corso. La chiave delle direttive mi è sembrato un concetto congeniale all'acquisizione di un corretto assetto posturale per se e la propria personale struttura fisica, da portare con se nel proprio mondo. Sento che molto ancora deve essere metabolizzato ed approfondito e spero che ci saranno tante altre occasioni per riprendere nuovamente gli argomenti e sperimentarli. Vi ringrazio e vi porgo i miei saluti,

**Federico Modica**

Trovo sia stata una esperienza interessante, per me che non ho molta esperienza nel campo del canto è stata un "insieme" di in formazioni che dovrò sviluppare, spesso dovendo andar contro alla mia classica impostazione.

La mia attività canora è migliorata, sforzo molto meno la voce e le corde vocali, ovviamente perseguendo l'obbiettivo principale di "utilizzare al meglio il mio strumento vocale".

Sapendo che il mio problema è lo "spreco" di voce durante il canto, ma anche durante le altre attività della giornata, il corso mi ha dato una base di studio posturale che ha reso la mia voce più calda, meno "graffiante" e nettamente meno sotto sforzo.

Il corso ha avuto ripercussioni positive soprattutto durante la guida dell'auto. Passando parecchie ore in auto avevo notato una grande stanchezza del fisico, con la tecnica Alexander e il metodo dell'"allungamento corporeo verso l'alto" ho notato che le tensioni che accumulavo, soprattutto mentre sono alla guida, sono diminuite; il peso dello stare nella stessa posizione per parecchie ore al giorno è drasticamente calato.

Insegnanti con grandi capacità, molto esplicativi, hanno scelto bene come gestire le 8 ore di corso intensivo; per non appesantire la lezione hanno scelto di dividere la giornata in zone di "studio" e zone "applicative".

La scelta di offrire il corso a poche persone è giustissima, altrimenti si rischia di non rendere partecipi tutti allo stesso modo. **Guizzetti Valentina**

Un'Esperienza Positiva con contenuti utili e spiegati molto bene. L'incontro ben organizzato e gli Insegnanti molti bravi e disponibili. Gli effetti del Corso sulla mia attività canora li ho notati subito **Colombo Sonja**

L'esperienza del corso in generale, Utilissima, e in effetti la proporrò ancora agli allievi di canto dei miei corsi.

I contenuti molto efficaci per una corretta postura in generale, e in questo caso anche relativamente al canto. Gli insegnanti ottimi e chiari. Conoscevo già la tecnica Alexander, ma mi è utile rinfrescare. Ovviamente una postura corretta ha un effetto straordinario sulla voce e sull'emissione.

Gli effetti del corso nella mia vita quotidiana Ottimi e utili, e amo suggerire il corso ad altri.

**Eva Simontacchi**