



**NOM DEL FORMADOR O DE L'ESPAI DE FORMACIÓ QUE PROPOSA EL PROJECTE**

LA FUSTERIA/SIROCUS CIRC

**NOM DEL PROJECTE**

CIRC a LA FUSTERIA/SIROCUS CIRC

**DADES GENERALS**

**Espai**

Casal de joves "La Fusteria" de Cardedeu, Barcelona

**Horari i durada**

-Horari extraescolar de 16 a 20h

-Activitat anual

-Trapezi iniciació 1h setmanal /Trapezi intermedi 1h setmanal/ Teles 1 h 30 min setmanals/  
Acrobàcia iniciació 1h 30 min setmanals / Acrobàcia intermedi 1h 30 min setmanals / circ  
petits 1h setmanal

**Marc :** Ubicat en un espai municipal , és un equipament que pot ser utilitzat per totes les entitat del municipi, pel que les instal·lacions poden ser obertes en horari lectiu o festius sempre que es demani.

**Edats indicades**

Circ petits de P5 a 4t

Totes les altres de 4t a 2n de batxillerat (depenent dels nivells i els horaris els agrupem per edats)

**Nombre de participants :**

Mínim 4 màxim 12

Per les activitats puntuals o activitat amb les escoles la ràtio pot variar.

## INFRAESTRUCTURA

La fusteria disposa de una sala habilitada de 10x12m aproximadament, amb terra de parquet, matalassos, quitamiedos, minitramp, 3 trapezis, 2 teles, 1 màstil, cable i malabars

Material necessari: cap, ja que el posa la instal·lació

## CONTINGUTS

- Elements d'acrobàcia a terra: tombarelles, pins, verticals, rodes, pallassos, flic-flacs, equilibris de parelles o piràmides
- Elements del trapezi i teles: figures bàsiques de trapezi, combinacions de figures, preparació de rutines.
- Circ petits: introducció a les diferents tècniques de circ, acrobàcia, malabars, trapezi i teles

### Metodologia / estructura de la sessió:

- Introducció explicativa del que es pretén amb la sessió
- Escalfament bàsic individual
- Demostració pràctica dels elements/exercicis/jocs que es portaran a terme
- Treball individual per abordar aspectes físics de l'execució dels exercicis
- Treball col·lectiu amb el grup per vèncer resistències i explicar la base de la cooperació
- Treball sobre el concepte "artístic" aplicat a la sessió
- Demostració en petits grups i observació crítica de l'execució
- Anàlisi de la sessió
- Col·laboració en el disseny d'un espectacle de petit format

### Posada en escena:

Cada juny fem una posada en escena al Centre Cultural de Cardedeu, on hi participen tots els grups que han format part de la formació anual, creant un espectacle multidisciplinari.

## PROFESSORAT

**Sonia Ganza Grunvald**

**Alison Fraser**

**Iris Mur**

### Alison Fraser:

És artista i professora de tècniques de circ, especialitzada en acrobàcia i equilibris de parella. És codirectora de la companyia 'Sirocus Circ' i actualment treballa com a professora de circ a "La Fusteria".

Té el títol de monitora de lleure a la "Fundació Pere Tarres" i és diplomada en Fitness a Victoria University of Technology, Austràlia. Nivell B de Català.

### Sonia Ganza:

Professora de tècniques de circ i de tècnica Feldenkrais. Té el títol de Tècnic Superior d'Educació de infantil i de Formadora de Tècnica de reeducació neuromotora Feldenkrais. Entre altres llocs ha donat classes a l'Institut del Teatre, Circus Oz, Women's circus, escola de circ Rogelio Rivel, així com a diferents projectes amb nens i joves.

Actualment és professora d'acrobàcia, trapezi i equilibris a "La Fusteria".

Certificat de Nivell Avançat d'anglès, EOI Maresme.  
Nivell C de Català.

**Iris Mur:**

És artista i professora de circ, especialitzada en tècniques aèries i clown. Formada a Barcelona i Mèxic, ha completat la seva formació amb cursos de Pedagogia i didàctica aplicada al circ, Seguretat en la pràctica circense, Anatomia dels aeris, Formació de formadors en circ social... Ha treballat amb Pallassos sense Fronteres ( Líban 2014) i amb companyies com La Fura Dels Baus, Cia Capicua, Barceló Produccions amb l'Espectacle "El Llibre de la Selva", Mephisto Circo, Cia Wakanu, Discipulos de Morales, Circo de los Horrores....

Des de el 2010 dona classes a l'Escola de circ Los, on treballa amb nens i adults i al Casal de joves "La Fusteria".

Ha impartit també tallers a diferents espais: Pícolo Circus, Escola de circ Quina Gràcia, taller intensiu de Trapezi en el Tercer Diplomat d'Arts del Circ a Mèxic, tallers infantils al 5º Festival de Circ a Mazunte, Mèxic...

## OBJECTIUS

- Millorar les habilitats motrius i qualitats físiques bàsiques
- Adquirir un enfocament artístic en l'execució i/o en el desenvolupament de les activitats
- Promoure la creativitat dels alumnes tot interpretant i creant una obra artística
- Potenciar la confiança en els altres i les actituds participatives
- Treballar la constància i la paciència front a la immediatesa
- Fomentar el coneixement i respecte del propi cos
- Potenciar la confiança en un mateix, treballant l'autoestima i l'autosuperació.
- Promoure el coneixement i l'interès pel circ i les arts escèniques
- Potenciar l'activitat física no competitiva

## DADES DE CONTACTE I MÉS INFORMACIÓ

Persona de contacte: Sonia Ganza Grunvald  
Mail : siroculus2@gmail.com  
Telèfon. 627544589  
Activitat de pagament

Aquesta activitat està avalada per la Comissió de Formació de l'[Associació de Professionals de Circ de Catalunya \(APCC\)](#).

