

INFORMAZIONI PERSONALI

Lara Tovazzi



Anno di nascita: 1989
Residenza: Trento
Telefono: 344 1547444
Email: lara.tovazzi@gmail.com
Sito: www.laratovazzi.com

Sono Lara Tovazzi, danzatrice professionista e insegnante di danza con oltre 12 anni di esperienza e una formazione internazionale. Dopo aver conseguito il diploma all'Accademia di Danza SPID di Milano, ho perfezionato la mia tecnica a Berlino, dove ho vissuto per 5 anni. Successivamente ho ampliato la mia esperienza con studi a Londra, in Danimarca, in Belgio e in Polonia. Ho insegnato in scuole rinomate di Berlino come la Tanzschule Traumtänzer, il Tanzpark Constanze e la Southwest School of Dance. Nei miei corsi, rivolti a bambini, ragazzi e adulti, si esplorano vari stili di danza, utilizzando il movimento come un potente strumento per connettersi con se stessi e sviluppare fiducia e consapevolezza del proprio corpo. La danza diventa così un nuovo linguaggio, attraverso cui è possibile ascoltarsi ed esprimersi, coltivando la propria creatività.

COSA OFFRO

- 1) Insegnante di danza specializzata in vari stili coreografici e nella creazione di spettacoli, con competenze in regia, drammaturgia e coreografia
- 2) Progettazione e conduzione di percorsi di danza mirati a promuovere la consapevolezza del corpo e delle emozioni, facilitare il dialogo tra pari, stimolare la riflessione sulle esperienze personali e sviluppare il senso critico

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

2018 - 2024

Insegnante di danza classica

- presso ASD Il Pettiroso (Piné)
- Allestimento spettacoli di fine anno: coreografie e regia

2018 - 2023

Insegnante di danza classica e moderna

Presso ASD Artistico Ghiaccio Piné

- Percorso di approfondimento sulla danza e la consapevolezza di sé per giovani pattinatori artistici (vedi lettera di referenze in allegato)
- Allestimento spettacoli di fine anno: coreografie e regia

2019 - 2022

Insegnante di danza classica e moderna

Per ASD Bolzano On Ice - stage estivo

2017 - 2019 **Insegnante di danza classica**
presso ASD Sincronia Danza (Levico Terme)

2012-2016 **Insegnante di danza classica e moderna, Berlino**

- Papillon
- Tanzschule Traumtänzer
- Tanzpark Constanze
- Southwest School of Dance
- Raks Live
- Jopp & Jopp
- Azadeh
- Hard Candy Fitness Studios

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2019 - in corso **Corso di laurea triennale in lingue moderne ad indirizzo letteratura e traduzione**
Università degli studi di Trento

01/2017–03/2017 **Tirocinio in danza terapia presso scuola elementare**
Leopold Primary School, London (Inghilterra)

10/2016–03/2017 **Tirocinio di assistenza e supporto per un ragazzo nello spettro autistico**
Privato, Londra (Inghilterra)

27/09/2016–07/03/2017 **Corso in danza movimento terapia**
Università di Roehampton, Londra (Inghilterra)

2014 **Licenza "Istruttrice di Pilates"**
Aeronet Europe, Berlino (Germania)

09/2008–06/2011 **Diploma ballerina professionista e insegnante di danza**
SPID Dance Academy, Milano (Italia)

2008 **Diploma di maturità classica**
Liceo G.Prati, Trento (Italia)

SEMINARI DI AGGIORNAMENTO

02-06/2024 **Formazione continua in danza classica e moderna presso *Pineapple Studios*, Londra**

11/2022 **Corso base per facilitatori dei gruppi di auto mutuo aiuto, Associazione AMA Auto Mutuo Aiuto Trento**

Curriculum vitae

11-15/09/2017	Seminario di arteterapia con Vibeke Skov e danza movimento terapia con Joan Chodorow presso "Institut for Kunstterapi", Gadbjerg, Danimarca
01-03/09/2017	Seminario di Movimento Autentico con Marcia Plevin, Villa S. Ignazio, Trento
20/04-15/06/2017	Corso di improvvisazione teatrale presso <i>Multiverso Teatro</i> , Trento
30/05-10/06/2016	Stage di danza "Beyond Beginnings" con tecnica skipper releasing e open source forms, Berlino
26-30/10/2015	Stage di danza "Flying Low Technique" con David Zambrano, presso Compagnia di Sasha Waltz, Berlino
09-13/09/2015	Seminario di Teatro Danza "Il tocco" presso Compagnia Abbondanza/Bertoni, Rovereto
24-28/08/2015	Stage "Mindful Body in Motion" con Romain Guion, presso Compagnia les ballets C de la B, Gent - Belgio
20-24/07/2015	Stage di danza "Finding forms" con Stephanie Skura con tecnica open source forms, Lunow-Stolzenhagen, Germania
2014-2015	Formazione in clownterapia presso "Clownlabor", Berlino
07/2014	Progetto "Spiral Dynamics" con Endre Vazul Mándli, presso Lebork, Polonia
06-11/08/2012	Masterclass di danza classica presso <i>ART of</i> , repertorio Forsythe, Berlino

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	C1	C1	C1	C1	C1
tedesco	C2	C2	C2	C2	C2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
[Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue](#)