

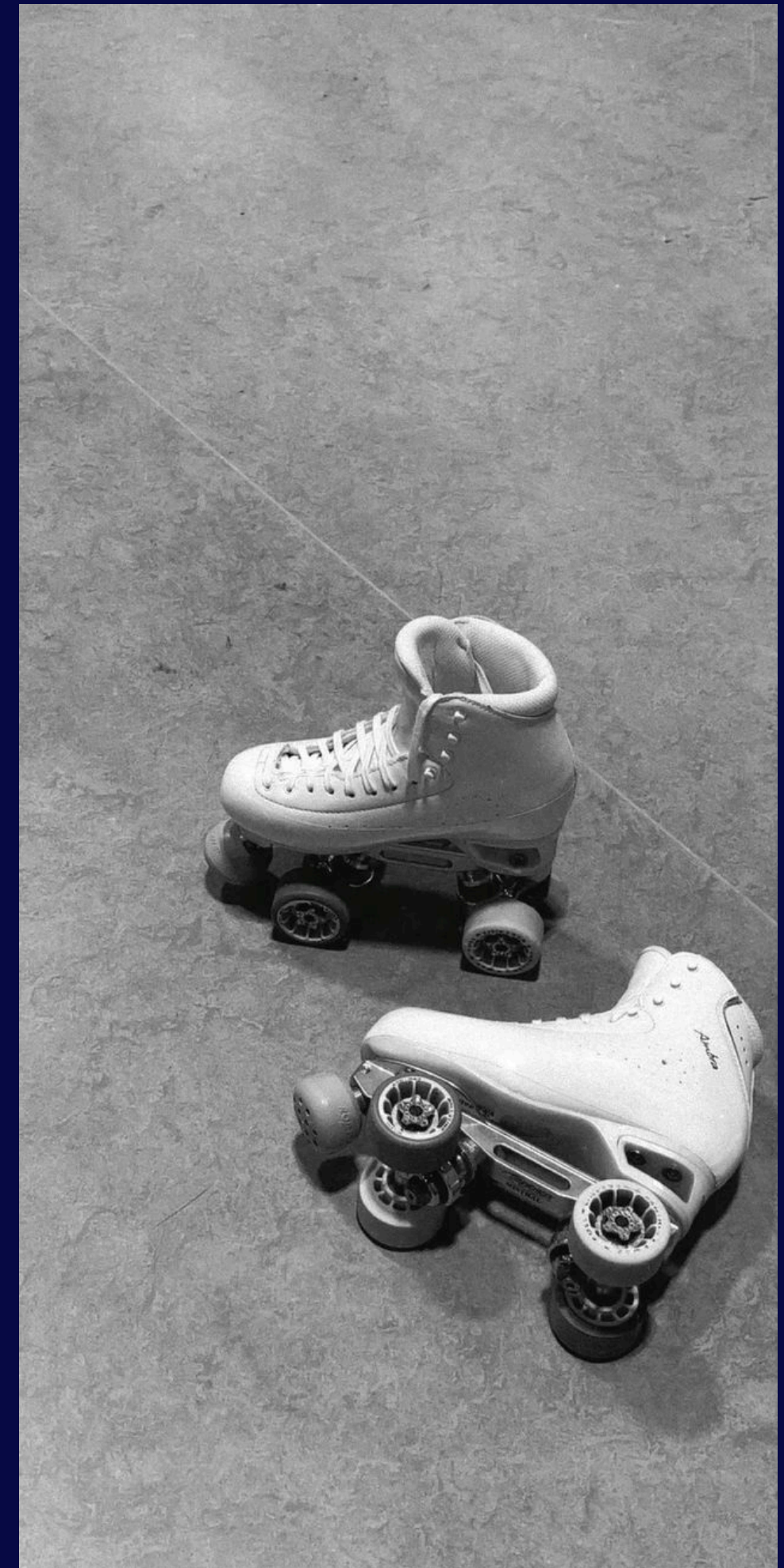


WORKSHOP DE EXPRESSÃO ARTÍSTICA APLICADA À PATINAGEM

1 DE JULHO DE 2026

OBJETIVOS GERAIS

- **APRIMORAR A CONSCIÊNCIA CORPORAL E POSTURAL, PROMOVENDO UM MAIOR CONTROLO E EFICÁCIA DO MOVIMENTO;**
- **AUMENTAR O CONHECIMENTO SOBRE ESTILOS MUSICAIS E COMO INTERPRETÁ-LOS PARA PERFORMANCE;**
- **RECONHECER RITMOS E CONTRASTES NAS MÚSICAS;**
- **APROFUNDAR CONHECIMENTO SOBRE EXPRESSÃO CORPORAL E FACIAL.**



O WORKSHOP TERÁ UMA FORTE COMPONENTE PRÁTICA, INCLUINDO:

- **CONSCIÊNCIA CORPORAL E POSTURAL:**
TRABALHO CORPORAL, CONTROLO DOS SEGMENTOS CORPORAIS, RECONHECIMENTO E QUALIDADE DE MOVIMENTO E PRESENÇA EM PISTA;
- **EXPLORAÇÃO DE GÊNEROS MUSICAIS:**
APRESENTAÇÃO DE DIFERENTES ESTILOS MUSICAIS, DESAFIANDO AS ATLETAS A ADAPTAR OS SEUS MOVIMENTOS A CADA UM. NO FINAL, SERÁ PROMOVIDO UM MOMENTO DE REFLEXÃO SOBRE AS SENSações E DIFICULDADES SENTIDAS.
- **EXPRESSIVIDADE FACIAL E CORPORAL:**
DINÂMICAS DE REPRESENTAÇÃO DE EMOÇÕES E MOVIMENTOS, COM ATENÇÃO AOS DETALHES E PERCEÇÃO DA MENSAGEM TRANSMITIDA AO PÚBLICO E JÚRI.
- **TRABALHO DE CONTRASTE:**
EXERCÍCIOS FOCADOS NA TRANSIÇÃO ENTRE DIFERENTES MÚSICAS E EMOÇÕES, PROMOVENDO A CAPACIDADE DE ADAPTAÇÃO E PROGRESSÃO INTERPRETATIVA.
- **RITMO E MUSICALIDADE:**
EXERCÍCIOS DE CONTAGEM RÍTMICA, COM O OBJETIVO DE REFORÇAR A CONSISTÊNCIA NA EXECUÇÃO.



PRÁTICA

FORMADORAS

O WORKSHOP SERÁ DINAMIZADO PELAS FUNDADORAS DO PROJETO CORYA:

ANA FERREIRA

PERFORMER DE ARTES CIRCENSES HÁ 13 ANOS, COM EXPERIÊNCIA EM TRAPÉZIO, LIRA AÉREA E FORÇAS COMBINADAS, FOI FINALISTA DO GOT TALENT PORTUGAL. PROFESSORA DE GINÁSTICA HÁ 6 ANOS E COREÓGRAFA DE PATINAGEM ARTÍSTICA, COMPLEMENTOU O SEU PERCURSO ARTÍSTICO COM AULAS DE TEATRO, BALLET, HIP-HOP E DANÇAS DE SALÃO. DESTACA-SE PELO TRABALHO NA EXPRESSÃO CORPORAL, INTERPRETAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE PERSONAGEM.

RAQUEL LEITÃO

ATLETA DE GINÁSTICA E DE CIRCO HÁ 20 ANOS, COM EXPERIÊNCIA TELEVISIVA EM PROGRAMAS COMO O GOT TALENT PORTUGAL, COORDENADORA E PROFESSORA DE AULAS DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA. COM EXPERIÊNCIA NO DESENVOLVIMENTO DA COMPONENTE TÉCNICA E ARTÍSTICA, COM ESPECIAL FOCO NA EXPRESSÃO, INTERPRETAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE PERFORMANCE.

INFORMAÇÕES GERAIS

DIA: 1 DE JULHO

HORÁRIO: 10H ÀS 19H (COM 1 HORA DE ALMOÇO) *

ROUPA: ROUPA DESPORTIVA

***CADA ATLETA DEVE TRAZER O SEU PRÓPRIO ALMOÇO, SNACKS PARA PAUSAS AO LONGO DO DIA E GARRAFA DE ÁGUA.**

CONTACTOS:

CORYACIRCUSARTS@GMAIL.COM

INSTAGRAM: @CORYA.CO FACEBOOK: [HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/CORYACIRCUSARTS](https://www.facebook.com/coryacircusarts)