

TTTTTTTTTTTTTTTT TTTTTTTTTT  
TTTTTTTT T T TTT TTTTTTTT  
TTTTT T TT T TTTT  
TTTTTTTTTTTTTTTTTTTT TTT  
TTTT TTTTTTTTTTTTTT TTTTT

**Conservatorio  
di musica  
Giuseppe  
Tartini**  
**Trieste**

# Masterclass

# FEDERICA RIGHINI

## Dallo Studio alla Performance

### >> 26 - 28 FEBBRAIO 2024

**LUNEDÌ 08:30 - 15:00 AULA 13**  
**MARTEDÌ 08:30 - 15:00 AULA 13**  
**MERCOLEDÌ 16:00 - 20:30 AULA 13**

Ogni partecipante avrà modo di testare il proprio atteggiamento fisico complessivo allo strumento e potrà sperimentare in tempo reale le proprie potenzialità di miglioramento e trasformazione delle principali problematiche che incontra nello studio e nella performance. Prendendo spunto da ciò che emergerà via via dalle esecuzioni dei partecipanti, la docente proporrà esercizi e strategie da utilizzare quotidianamente nello studio per imparare a: liberare il respiro e a suonare attivando tutto il corpo, per migliorare esponenzialmente la quantità e la qualità del suono. Disattivare le rigidità inappropriate che scattano in automatico, per aumentare la resa e la tenuta della performance. Potenziare l'energia di attenzione e di concentrazione per raggiungere un maggior livello di interiorizzazione e ottenere risultati più soddisfacenti nello studio. Riconoscere e gestire gli atteggiamenti che alimentano l'ansia da palcoscenico, per poter esprimere tutto il proprio potenziale anche in situazioni stressanti e competitive. Espandere l'energia di motivazione, per studiare con maggior coinvolgimento e soddisfazione.

Federica Righini, pianista, didatta, ricercatrice, e una figura di riferimento nell'ambito della Scienza della Performance Musicale in Italia, con una esperienza pluriventennale che la qualifica come una dei maggiori esperti italiani sull'argomento. La sua ricerca si rivolge agli aspetti mentali, corporei, emotivi e creativi dello studio e della performance musicale. Lo scopo è aiutare ogni tipo di musicista a superare la paura del pubblico, difficoltà di concentrazione, squilibri tecnico-posturali e al tempo stesso permettergli di sviluppare e potenziare le sue risorse creative, ritrovare le proprie motivazioni profonde, e assumere così maggiore responsabilità della propria evoluzione artistica e del proprio benessere psicofisico. Il suo originalissimo approccio didattico coniuga un particolare lavoro energetico con l'approccio fisiologico alla tecnica strumentale e le consente di lavorare efficacemente con tutti gli strumentisti, con i cantanti e con i direttori di coro e di orchestra, e musicisti jazz e pop, sotto forma di corsi collettivi e di percorsi di coaching individuali per musicisti professionisti interessati a superare difficoltà o tematiche psicofisiche specifiche. Federica Righini possiede una vastissima esperienza nel campo delle discipline di sviluppo del potenziale umano e dei principali metodi di consapevolezza corporea (Integrazione posturale, Taji, Yoga, Tecniche di respirazione naturale, Feldenkrais, Bioenergetica) che le ha consentito di applicarne i principi e le strategie all'interpretazione e alla didattica musicale. Ha conseguito il Master Practitioner in Programmazione Neuro Linguistica, certificata dalla NLP Society di Richard Bandler. Collabora regolarmente in Europa e negli Usa come insegnante riconosciuta del corso Avatar®, un percorso che esplora i meccanismi creativi della coscienza. Dal 1995 condivide la sua ricerca con il pianista Riccardo Zadra, col quale suona regolarmente in duo; insieme hanno creato un percorso sintetizzato nel loro libro 'Maestro di te stesso', edito da Curci nel 2010, a tutt'oggi una pubblicazione di successo unica nel suo genere. Ha al suo attivo diverse migliaia di ore di formazione e tiene regolarmente Masterclass e seminari presso Conservatori, Licei, Accademie e Associazioni musicali. Dal 2004 al 2015 ha tenuto il Laboratorio di Postura, Rilassamento e tecniche psicofisiche per il musicista presso il Conservatorio di Trieste. Dal 2013 insegna Tecniche di consapevolezza ed espressione corporea presso l'Accademia di direzione corale Piergiorgio Righele. In quanto esperta di comunicazione, di Pnl e di tecniche di gestione emozionale, viene spesso invitata a tenere corsi di aggiornamento per tutte le tipologie di docenti. Insegna Pianoforte, Strategie per la performance e Tecniche di consapevolezza e di espressione corporea presso il Conservatorio di Vicenza dove tiene anche un Laboratorio specifico per gli studenti delle classi di ottoni. Ha iniziato gli studi musicali all'età di quattro anni e a cinque ha intrapreso una precocissima attività concertistica. Diplomata al Conservatorio "G. Verdi" di Torino con il massimo dei voti e la lode, è stata premiata in numerosi concorsi e ha tenuto recitals in Italia e in Europa, esibendosi anche come solista con numerose orchestre sinfoniche e da camera. Ha svolto intensa attività come camerista, nelle più svariate formazioni, collaborando con affermati musicisti italiani e stranieri. Ha lavorato come pianista accompagnatore presso l'Accademia Chigiana di Siena.



Conservatorio di Musica "Giuseppe Tartini"  
Via Carlo Ghega, 12 - 34132 Trieste  
T. +39 040 6724911 - F. +39 040 6724969

[www.conts.it](http://www.conts.it)

SALVA L'EVENTO  
SUL TUO SMARTPHONE



>>REFERENTI: PIETRO MILLELA PIETRO.MILLELA@CONTS.IT GEREMIA IEZZI  
GEREMIA.IEZZI@CONTS.IT ROBERTA ZORINO ROBERTA.ZORINO@CONTS.IT