Warszawa, 1 września 2023

Informacja prasowa

**Warsztaty muzyczne i ruchowe  
*Moje miejsce, moja muzyka***

**2–17 września 2023**

**Pawilon Koncertowy Sinfonii Varsovii**

**ul. Grochowska 272, Warszawa**

**Na początku września Sinfonia Varsovia zaprasza na 14 warsztatów muzycznych i ruchowych po nazwą „Moje miejsce, moja muzyka”. Poprowadzą je perkusista Miki Wielecki oraz instruktorzy Akademii „W Gruncie Ruchu”. Podczas spotkań wystąpią gościnnie muzycy, m.in. Tomasz Torres, Pablopavo (Paweł Sołtys), Olga Stopińska, Marta Maślanka, Dominik Rosłon, Patryk Zakrocki i instrumentaliści Sinfonii Varsovii. Wszystkie wydarzenia odbywają się w Pawilonie Koncertowym Sinfonii Varsovii przy ul. Grochowskiej 272. Bilety już w sprzedaży.**

Sinfonia Varsovia przedłuża wakacyjną atmosferę z serią autorskich warsztatów. Cykl odbędzie się po raz drugi. Uczestnicy zaproszeni są w duchu swobody i relaksu do ćwiczeń ruchowych w nurcie *movement culture* oraz gry na marimbach. Proponowane przez organizatorów aktywności nie wymagają od uczestników szczególnych umiejętności muzycznych ani fizycznych.

Bilety na warsztaty w cenie 10 zł dostępne w biurze Sinfonii Varsovii (od poniedziałku do piątku, 10:00–16:00) oraz online na stronie [kicket.com](https://kicket.com/wydarzenia/w/warszawa?text=moje%20miejsce%20moja%20muzyka).

Marimbautas. Warsztaty marimbowe według Mikiego Wieleckiego **2 oraz 4–9 września (7 spotkań)**

**poniedziałek-piątek – godz. 18:00  
sobota/niedziela – godz. 11:00**

Prowadzenie: Miki Wielecki  
Goście: Tomasz Torres (4.09), Pablopavo (5.09), Olga Stopińska (6.09), Marta Maślanka (7.09), Dominik Rosłon (8.09), Patryk Zakrocki (9.09)  
Czas trwania: 1,5–2 h

*Zespołowe muzykowanie z wykorzystaniem marimb i balafonów jest tradycją w niektórych regionach Afryki i Ameryki Środkowej. Grający dzielą się na sekcje i podejmują łatwe zadania, które sumują się w efektowną całość. Miki Wielecki przygotował na potrzeby warsztatów marimby diatoniczne, czyli takie, których sztabki odpowiadają tylko białym klawiszom fortepianu. Każdy z uczestników będzie mieć do wykonania stosunkowo prostą partię, która jest ważna dla pełnego brzmienia utworu.*

*Na każdym z 7 spotkań razem tworzyć będziemy zespół marimbistów eksplorujących różne gatunki muzyczne. Sprawdzimy, jak zabrzmią na marimbie znane tematy osadzone w stylu latin jazzu, akustycznego rocka, karaibskiej beguiny, bossa novy, folku, a nawet synth-popu. Dodatkową atrakcją warsztatów będzie udział znakomitych muzyków-gości Mikiego Wieleckiego.*

Movement i muzyka

**11–17 września (7 spotkań)****poniedziałek-piątek – godz. 18:00  
sobota/niedziela – godz. 11:00**

Prowadzenie: instruktorzy „W Gruncie Ruchu”  
Goście: muzycy Sinfonii Varsovii  
Czas trwania: 1,5–2 h

*Muzyka zaczyna i kończy się w ciele. Ciało muzykę tworzy i muzyki słucha. Muzyka jest ruchem, otwiera ciało i zachęca do interakcji, do zabawy. Podczas zajęć Movement i muzyka pod okiem doświadczonych nauczycieli z kolektywu „W Gruncie Ruchu” doświadczysz praktyki ruchu w oparciu o budowanie świadomości własnego ciała, szukanie miękkości w ruchu, interakcję z drugim człowiekiem, zabawę ruchem i rytmem. Każde z siedmiu spotkań zakończy się wyciszeniem w towarzystwie muzyki na żywo w wykonaniu instrumentalistów Sinfonii Varsovii.*

*Do ćwiczeń nie są potrzebne żadne akcesoria, jedynie luźny strój i wygodne obuwie, w którym będziesz się czuć swobodnie. Nie ma też specjalnych wymagań co do wieku i sprawności fizycznej za wyjątkiem medycznych przeciwwskazań do ruchu. Przydadzą się natomiast ciekawość i otwartość na zabawę. Spotkania odbywają się w zadaszonej przestrzeni, niezależnie od warunków pogodowych. Na część wyciszenia, jeśli potrzebujesz, weź swoją matę i coś lekkiego do przykrycia. Przyjdź, wsłuchaj się we własne ciało i ciesz się lekkością w gruncie ruchu.*

Organizator: Sinfonia Varsovia  
Współorganizator: Fundacja „Muzyka jest dla wszystkich”  
Finansowanie: m.st. Warszawa

**Kontakt dla mediów:**

Jakub Strużyński

Starszy specjalista ds. PR

Sinfonia Varsovia, Dział Marketingu i Obsługi Publiczności

jakub.struzynski@sinfoniavarsovia.org, tel. 502 243 387