

Αταλάντη Μουζούρη

BODYWORKS

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

## ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ

Η Αταλάντη Μουζούρη είναι πιστοποιημένη Feldenkrais Practitioner Student, πιστοποιημένη δασκάλα Pilates – Performer - Δασκάλα χορού. Είναι απόφοιτος της επαγγελματικής σχολής χορού της Νίκης Κονταξάκη και της Κρατικής σχολής Χορού. Έχει συνεργαστεί ως χορεύτρια- performer με Έλληνες και ξένους καλλιτέχνες του χορού. Διδάσκει Pilates – Ορθοσωμική από το 2006.

Ερευνά και διδάσκει κίνηση σε όλες τις ηλικίες από το 1997. Ο μικρότερος μαθητής της ήταν ενός έτους και η μεγαλύτερη ογδόντα πέντε ετών. Δεν έχει σταματήσει να ενημερώνει το εκπαιδευτικό της υλικό με σεμινάρια και μετεκπαιδεύσεις. Έχει διδάξει σε ιδιωτικές σχολές χορού της Αθήνας, την δημοτική σχολή χορού Καλαμάτας, ήταν στο κλιμάκιο χορού του προγράμματος Μελίνα, στο Λύκειο Ελληνίδων (μάθημα Ορθοσωμικής για τη τρίτη ηλικία), στο κέντρο χορού της Σύρου κ.α.

Διδάσκει κινησιολογία και βιωματική ανατομία στην Oriental Medicine & shiatsu training center. Συμμετέχει στο Feldenkrais professional training programme Greece 1 και δίνει μαθήματα Awareness through movement.

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

PILATES

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

**2005 - 2006** **PILATES teaching diploma** στο Studio Pilates DanceWay υπό τη καθοδήγηση της Μαριάννας Βασιλάτου: Pilates Mat, Reformer, Cadillac, Wunda chair, Barrels, Props: Magic circle, Roller, Balancing, Αλτήρες και Βάρη ποδιών, Therabund.  
140 ώρες θεωρίας, 108 ώρες παρακολουθήσεων, 110 ώρες πρακτική εξάσκηση, 40 ώρες διδασκαλίας.

*Σεμινάρια πάνω στη μέθοδο Pilates*

**2012** CoreAlign 1 με τον **Jonathan Hoffman**  
**2009** 2<sup>nd</sup> Athens Pilates Symposium με τους  
**Elizabeth Larkam:** Mat, Roller, Allegro Reformer  
**Rael Isacowitz:** Mat, wunda chair, Barrel.  
**Tracey Mallet:** Pilates κατά την εγκυμοσύνη και μετά τον τοκετό.

Αταλάντη Μουζούρη

**BODYWORKS**

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

### *Σεμινάρια ανατομίας*

- 2013** Σεμινάριο ανατομίας με την Dr. Ephrat Heyman: Μυοσκελετικό σύστημα
- 2012** Σεμινάριο ανατομίας με την Lorna Lee Malcom(16 ώρες): Μυοσκελετικό σύστημα
- 2008** Σεμινάριο ανατομίας με τον Θεόδωρο Καβούρ(8 ώρες): Μυοσκελετικό σύστημα
- 2007** Μαθήματα ορθοσωμικής με την οστεοπαθητικό Λένα Τρυφωνοπούλου.
- 1998-1999** Μαθήματα ανατομίας, στο πλαίσιο της επαγγελματικής εκπαίδευσης, στην κρατική σχολή χορού με την Οστεοπαθητικό Μαργαρίτα Μπουλανζέ.
- 1994-1997** Μαθήματα ανατομίας, στο πλαίσιο της επαγγελματικής εκπαίδευσης, στην επαγγελματική σχολή χορού της Νίκης Κονταξάκη.

### *Σεμινάρια τεχνικών πίεσης, μάλαξης και περιτοναϊκής θεραπείας*

- 2011** Thai Foot Massage, European institute of Oriental Medicine.
- 2010** Head Massage, European institute of Oriental Medicine.
- 2007** Shiatsu Therapy Technique, Εισαγωγικό σεμινάριο, European institute of Oriental Medicine.
- 2007** Εισαγωγικό σεμινάριο Σωματοψυχοπαιδαγωγικής με τον Danis Bois.

### **ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ**

- 2006 - 2014** Υπεύθυνη του τμήματος Pilates/ Feldenkrais στην Oriental Medicine.
- 2012 - 2014** Διδάσκει κινησιολογία και βιωματική ανατομία στους φοιτητές των επαγγελματικών εκπαιδεύσεων της Oriental medicine & shiatsu training center.
- 2013** Σχολή χορού Cumana: Pilates mat
- 2012-2013** Studio Pilates – Springs, της Φανής Παπαρούπα.
- 2008-2009** Χοροχώρος της Βικτώριας Νούμτα: Pilates Mat  
Χοροκίνηση της Μάγδας & Χριστίνας Γεροσίδη: Pilates Mat.
- 2007-2008** Studio Pilates - Dancing Frog, της Δώρας Δημοπούλου.

### *Διδασκαλία - Συνδιοργάνωση Σεμιναρίων Pilates & Ορθοσωμικής*

- Καλοκαίρι 2012 έως Άνοιξη 2013** Κέντρο χορού σύγχρονης έκφρασης και δημιουργίας Σύρου.
- Καλοκαίρι 2011** Στον πολυχώρο «Αμπελώνας» στην Κέρκυρα.
- Καλοκαίρι 2009 & 2010** Στο Κλειστό Γυμναστήριο της Γουμένισσας στο Κιλκίς.

Αταλάντη Μουζούρη

BODYWORKS

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

## FELDENKRAIS

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

- 2012 - 2014** Feldenkrais International Training Program "Greece 1: Ruty Bar, Petra C. Koch, Dr. Chava Shelhav, Lior Pessach, Anat Krivine, Aliza Stewart.
- 2006 - 2014** Ulricke Hassbach Doussis
- 2006** Claudia Mader στο διεθνές φεστιβάλ χορού της Βιέννης.

### ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

**Από τον Ιανουάριο 2014** είναι υπεύθυνη του τμήματος Feldenkrais της Oriental Medicine & Shiatsu training center.

**Απρίλιος - Μάιος 2014** Δίδαξε θεματικά μαθήματα Feldenkrais σε events-εκδρομές που διοργάνωσε η ομάδα Alternative tours of Athens.

**Μάιος 2014** Θεματικό μάθημα Feldenkrais για τη γιορτή της μητέρας στο Holmes Place του Συντάγματος.

## DANCE

### ΣΠΟΥΔΕΣ

Από το 1994 έως το 1997 σπουδές με υποτροφία στην επαγγελματική σχολή χορού της **Νίκης Κονταξάκη** από όπου και αποφοίτησε. Το 1999 - 2000 αποφοιτά από την **Κρατική Σχολή Χορού** μετά από κατατακτήριες εξετάσεις. Από τότε συνεργάζεται με ομάδες σύγχρονου Χορού και Χοροθεάτρου στην Ελλάδα και το εξωτερικό, παρακολουθεί σεμινάρια, διδάσκει και ερευνά την κίνηση και το σώμα.

Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια με τους: Julian Hamilton, Carlotta Ikeda, Frey Faust, Josef Fruccek, Andrew De L. Harwood, Nita Little, Ted Stoffer, David Zabran, Carol Brown, Milton Myers, Pita Lily, Tom Thayer, Jeremy Nelson, Rui Horta, Russell Muliphan, Impal Pinto, Yolande Snaith, Rachelle Caputto, Gill Clark, Deborah Saxon, Khurt Koegel, Wendy Peron, Rachelle Caputto, Lucia Marian, James Lepore.

Αταλάντη Μουζούρη

BODYWORKS

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

### Συνεργασίες στο θέατρο

- 2014** **Διαβολιάδα** σε σκηνοθεσία Ελεάνας Τσιχλή, ομάδα Ubuntu  
**2004** **Όνειρο Θερινής Νυκτός** με το Θεατρικό Εργαστήρι Πετρούπολης  
**2004** **ΟΛΕΑΝΑ** σε σκηνοθεσία Δημήτρη Τάρλου στο θέατρο Πορεία.

### ΠΑΡΑΣΤΑΣΕΙΣ

- 2010** **Ομάδα Griffon** της Ιωάννας Πορτόλου. **Έργο: Viewmaster**  
**2010** Παράσταση Αυτοσχεδιασμού στα πλαίσια των εκδηλώσεων για την ημέρα της Μουσικής στον Βόλο: **Bjorking Project** σε συνεργασία με τον Μπασίστα Γιώργο Παλαμιώτη και την τραγουδίστρια Αθηνά Ρούτση.  
**2007 - 2008** **Ομάδα Δαγίπολη**, (Ομάδα που αποτελείται από άτομα με κινητική αναπηρία). **Έργο: 'Crash'**.  
**2007** **Ομάδα Ύψιλον** της Αγγελικής Στελλατού. **Έργο: 'Φαίδρα'**  
**2006** 'Τι κρίμα' project σε χορογραφία της **Maxine Heppner**  
**2004-2006** Ομάδα χορού **Όνειρο της Alessandra Maioleti**:  
**Έργα:** 2006 **'Πριν το χτες μετά το σήμερα'**  
2005 **'Ταραγμένες ψυχικές καταστάσεις**  
2004 **'Υπερηχογράφημα'**  
**2005-2006** **Ομάδα Χορού Εννιάμορφο** της Τέτης Νικολοπούλου,  
**Έργα:** 2006 **'ΛΑΒ' solo performance**  
2005 **'Duet' η υλικότητα της αγάπης**.  
**2005** **HERTOPIA Dance Project** σε χορογραφία της **Carol Brown**.  
**2004** **Ομάδα χορού Δραπέτες** της **Κατερίνας Κασιούμη** σε συνεργασία με την Ορχήστρα των χρωμάτων. **Έργο: 'Χάριν Παιδείας'**.  
**2004** **Ομάδα χορού Griffon:** 'Μονοτονία 2', χορογραφία Σεσίλ Μικρούτσικου.  
**2004** Video Dance Μονοτονία 1, χορογραφία Σεσίλ Μικρούτσικου, Μέγαρο Μουσικής Αθηνών.  
**2003** Ανήκε στην ομάδα που δημιούργησε το κινητικό υλικό με την καθοδήγηση της Αγγελικής Στελλατού, για την τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων.  
**2003** Συμμετοχή στη σειρά παραστάσεων «Βαλκανικά Ποδήλατα» του Διονύση Σαββόπουλου.  
**2002** **'Ο Διγενής Ακρίτας και η Αρχηγός των Αμαζόνων'** σε σκηνοθεσία Νίκου Κούνδουρου και χορογραφία Σοφίας Σπυράτου στο θέατρο Ηρώδου του Αττικού.  
**2002** Επελέγη να συμμετάσχει στη διεθνή συμπαραγωγή «Πενθεσύλεια» σε σκηνοθεσία του **Peter Stein**, που έκανε πρεμιέρα τον Ιούνιο του 2002 στην Επίδαυρο και περιόδευσε σε Ελλάδα, Ιταλία, Ισπανία.  
**2002** Παράσταση του σωματείου χορού και ρυθμικής για νέους Χορογράφους. Έργο: **'Κάπωςπρέπει'** σε Χορογραφία : Σεσίλ Μικρούτσικου

Αταλάντη Μουζούρη

BODYWORKS

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

- 2001- 2002** Χοροθέατρο ΡΟΕΣ της Σοφίας Σπυράτου.  
**Έργα:** **‘Ταυροκαθάψια’**  
**‘Δον Κιχώτες’** : Με την Μαρία Δημητριάδη και τον Παρασκευά Καρασούλο  
**‘Play...όπως επιπλέει’:** Μουσικοχορευτική παράσταση με τους: Μελίνα Τανάγρη, Γιώτη Κιουρτσόγλου, Μιλτιάδη Παπαστάμου και Γιώργο Καλούδη.  
**‘Σαφφώ, Τα ρόδα της Πιερίας’** σε μουσική Νίκου Ξυδάκη.
- 2000** Ομάδα χορού RHESUS OMICRON του Κυριάκου Κοσμίδη.  
**Έργο:** *‘Largo el Camino’*.
- 1998** Ομάδα Σύγχρονου Χορού ‘ΙΑΣΗΣ’ της Ρεγγίνας Αλεξοπούλου  
**Έργο:** *‘Έλα και πες μου πως περνάς’*.
- 1995 - 1997** Ομάδα Κλασικού Χορού ‘Νίκης Κονταξάκη’  
**Έργα:** Serenade  
Les Sylphides  
Le Kursaires

#### ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΧΟΡΟΥ

- 2009** Σύγχρονος χορός για παιδιά, Χοροκίνηση
- 2004 & 2006** Θεατρικό εργαστήρι Δήμου Πετρούπολης, Σύγχρονος Χορός, Αυτοσχεδιασμός.
- 2001** Γενίκευση του προγράμματος Μελίνα, σεμινάρια Δημιουργικού χορού σε εκπαιδευτικούς.
- 2000 - 2001** Πρόγραμμα ΜΕΛΙΝΑ<sup>1</sup> – Κλιμάκιο Δημιουργικού χορού
- 1999** Δημοτική Σχολή Χορού Καλαμάτας. **Μαθήματα:** Κλασικός Χορός επιπέδου Grade 1 - Grade 3, Σύγχρονος Χορός για ενήλικες.
- 1997 - 2000** Σχολή χορού Ελένης Σουγιουλντζή, Χριστίνας Σουγιουλντζή  
Κλασικός Χορός- σύστημα RAD, Σύγχρονος Χορός, Δημιουργικό Παιχνίδι.

<sup>1</sup> ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΛΙΝΑ : Πιλοτικό πρόγραμμα του Υπουργείου Πολιτισμού, του Υπουργείου Παιδείας και της Γενικής Γραμματείας Νέας Γενιάς για την χρονική περίοδο 1995 – 2001 το οποίο είχε σαν στόχο την προώθηση των τεχνών (Θεατρικό παιχνίδι – Μουσική – Χορό – Εικαστικά – Οπτικοακουστικά μέσα) στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση και ειδικότερα στον τρόπο διδασκαλίας των εκπαιδευτικών. Για αυτό το λόγο συστάθηκαν κλιμάκια, ανάλογα με το αντικείμενο. Συμμετείχα στο κλιμάκιο χορού με το οποίο επισκεφθήκαμε δημοτικά σχολεία σε όλη την Ελλάδα. Ασχοληθήκαμε με τα παιδιά της Γ’ δημοτικού μέσα από ένα μάθημα μουσικοκινητικής αγωγής και μία παράσταση (ένα μικρό χορευτικό παραμύθι).



Αταλάντη Μουζούρη

**BODYWORKS**

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Photo: Βασιλική Σβόλου

## ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

**email**            [atalanding@gmail.com](mailto:atalanding@gmail.com)  
**mobile**         +30 6977 454773  
**website**        [www.atalantimouzouri.gr](http://www.atalantimouzouri.gr)  
**facebook /**    [AtalantiMouzouriBodyworks](https://www.facebook.com/AtalantiMouzouriBodyworks)