

Curriculum

Federica Righini, pianista, docente e ricercatrice, è una figura di riferimento nell'ambito della Scienza della Performance musicale in Italia. Ha al suo attivo migliaia di ore di formazione e a tutt'oggi circa duemila musicisti hanno frequentato i suoi corsi.

Il centro della sua ricerca riguarda l'interazione tra gli aspetti tecnico-corporei e quelli psicologici, emotivi e creativi nello studio e nella performance musicale.

Nel suo lavoro si avvale di tecniche di gestione dell'attenzione e di comunicazione efficace, di vari percorsi di consapevolezza corporea, di tecniche di gestione emozionale e di strategie motivazionali in un originalissimo approccio didattico adattabile a contesti e situazioni scolastiche anche molto diverse tra loro.

Inoltre ha elaborato un percorso di consapevolezza corporea unico nel suo genere che coniuga un particolare lavoro energetico con l'approccio fisiologico alla tecnica strumentale e che le consente di lavorare efficacemente con tutti gli strumentisti, con i cantanti e con i direttori d'orchestra e di coro.

Formazione

Diploma di Maturità Classica conseguito presso il Liceo V. Gioberti di Torino

Diploma di pianoforte presso il Conservatorio "G. Verdi" di Torino con il massimo dei voti e la lode.

Ha studiato in seguito presso l'Ecole International de Piano di Lausanne con il M° Fausto Zadra, del quale è stata assistente dal 1986 al 1992, insegnando a studenti diplomati provenienti da vari paesi europei.

Ha seguito inoltre corsi di perfezionamento e masterclass con Orazio Frugoni, Alexander Lonquich, Jorg Demus.

Formazione sulla comunicazione e sullo sviluppo del potenziale umano

Ha conseguito i titoli di **Master** e di **Master Practitioner** in *Programmazione Neuro Linguistica*, nei corsi certificati dalla NLP Society di Richard Bandler, rispettivamente a **Roma** e a **Milano**.

Dal 2001 è insegnante accreditata del *Corso Avatar®*, un percorso che esplora i meccanismi creativi della coscienza, e collabora come Master nei Corsi Avatar internazionali in **Europa** e negli **USA**.

Ha frequentato inoltre:

il Corso motivazionale *Awake the Giant Within* di Anthony Robbins a **Londra**

i Corsi di Psicodinamica all'Ispa di **Milano**

i Corsi di formazione presso il Laboratorio della Comunicazione del CIPRE (Centro Incontri Prospettiva Relazionale) di **Torino**.

Consapevolezza corporea

Ha esplorato diversi ambiti riguardo alla consapevolezza corporea

Nel suo lavoro si avvale di tecniche tratte dai seguenti percorsi:

Integrazione posturale, Yoga, Taji, Feldenkrais, Bioenergetica, Tecniche di respirazione naturale, Neurospeak.

Pubblicazioni

Insieme a Riccardo Zadra ha scritto *'Maestro di te stesso, PNL per musicisti. Guida pratica alla realizzazione artistica e personale con le strategie della Programmazione Neuro Linguistica'*. Edizioni Curci 2010 a tutt'oggi una pubblicazione di riferimento unica nel suo genere che ha riscosso vastissimi consensi.

Attività musicale

Ha iniziato gli studi musicali all'età di quattro anni e a cinque ha intrapreso una precocissima attività concertistica. E' 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, quali l'Orchestra della RAI e l'Orchestra della Radiotelevisione rumena.

Ha svolto intensa attività come pianista camerista, nelle più svariate formazioni, collaborando con affermati musicisti italiani e stranieri.

Dal 1993 al 1997 ha lavorato come pianista accompagnatore presso **l'Accademia Chigiana di Siena**.

Suona regolarmente in duo con il pianista Riccardo Zadra

Docenza Conservatori: Corsi e Masterclass

Vincitrice di quattro concorsi per titoli ed esami D.M. 18/6/'90 (Pf principale, Pf complementare, Musica da camera, Accompagnatore al pf), ha ottenuto nel 1995 il ruolo in Pianoforte principale.

Nel 2004 il suo progetto di *Psicofisiologia dell'esecuzione musicale* è stato approvato dal Ministero dell'Università e della Ricerca che lo ha inserito tra le materie dei corsi accademici nei Conservatori italiani.

Attualmente è docente di Pianoforte principale presso il Conservatorio 'A. Pedrollo' di Vicenza, dove insegna anche:

Tecniche di consapevolezza e di espressione corporea

Tecniche e Strategie per la Performance

Laboratorio di Fisiologia della Tecnica Pianistica

Laboratorio di consapevolezza corporea per gli ottoni.

Ha inoltre insegnato *Psicofisiologia dell'esecuzione musicale e Metodologia dell'insegnamento strumentale*.

Dal 2004 al 2012 ha insegnato *Psicofisiologia dell'esecuzione musicale* presso il Conservatorio di **Adria**

Dal 2004 al 2015 ha tenuto il *Laboratorio di postura, rilassamento e gestione psicofisica del musicista* (Psicofisiologia dell'esecuzione musicale) presso il Conservatorio di **Trieste**.

Ha tenuto **Masterclass** presso i Conservatori di: Aosta, Alessandria, Bolzano, Campobasso, Cuneo, Fermo, Foggia, L'Aquila, Lecce, Mantova, Matera, Messina, Parma, Pescara, Potenza, Reggio Emilia, Torino, Trento, Trieste, Verona.

Altre attività di formazione

Numerosissime le sue masterclass e seminari presso Scuole, Accademie e Associazioni musicali in tutta Italia.

In quanto esperta di comunicazione, di Pnl e di Tecniche di gestione emozionale, è stata invitata a tenere corsi di aggiornamento per tutte le tipologie di docenti delle scuole secondarie.

Ha tenuto corsi di **aggiornamento per docenti** presso: Scuola Civica di Milano, Liceo musicale 'Renier' di Belluno, Liceo musicale 'Giorgione' di Castelfranco Veneto, Istituto Comprensivo statale "Bariano" a Bariano (BG), Istituto comprensivo 'Petrarca' di Messina, Istituto comprensivo Villadose a Rovigo, Associazione musicale Polinote di Pordenone.

Dal 2013 al 2024 ha insegnato Tecniche di consapevolezza ed espressione corporea presso l'Accademia di Direzione Corale Piergiorgio Righeli (Associazione Sviluppo Attività Corali del Veneto).

Tiene **percorsi individuali di 'coaching'** per musicisti professionisti interessati a superare difficoltà o problematiche psicofisiche specifiche e personali, quali squilibri tecnico-posturali, blocchi della memoria, paura del pubblico.

Attività on line

Sito internet: <https://www.righini-zadra.it/>

Canale You Tube <https://www.youtube.com/@federicarighiniericcardoza9512>
dedicato alle attività concertistiche e alla formazione dei musicisti

<https://www.cam.tv/musicconfident/info>

Musicconfident, canale on line sulla piattaforma CamTv che contiene numerosi video e articoli dedicati al miglioramento della performance dei musicisti,

<https://www.facebook.com/RighiniZadra/>

<https://www.instagram.com/righini.zadra/>

Parla correntemente l'Inglese e il Francese.

La sottoscritta Federica Maria Righini, dichiara, ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445/2000, la veridicità di tutti i dati e le informazioni contenute nel presente documento.
federica@federicarighini.com