

Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 2806 del 28/09/2026

Al MUSE, mercoledì 30 settembre alle 17 e alle 21

"Allenare il limite": due appuntamenti tra pratica sportiva, scienza e arti performative

In occasione del finissage della mostra "Oltre il traguardo. La scienza che muove lo sport", mercoledì 30 settembre dalle 17, il MUSE – Museo delle scienze di Trento ospita il talk "Allenare il limite. La scienza tra canto lirico e sollevamento pesi" e la performance lirico-atletica "SomAtomica, così prendo corpo", ideata, diretta e interpretata dall'artista Laura Venturini. Due appuntamenti per esplorare il confine tra prestazione, limite e cura del corpo.

A pochi giorni dalla conclusione della mostra "Oltre il traguardo", il MUSE propone un evento di approfondimento e sperimentazione attorno ai temi della prestazione sportiva, dell'allenamento e del limite psicofisico. Il museo si trasformerà in un **punto d'incontro tra arti performative, pratica sportiva, scienze del corpo e neuroscienze** offrendo al pubblico una riflessione a tutto tondo sul rapporto tra forza, mente e benessere.

Il programma si articola in due momenti complementari: un talk scientifico-divulgativo al pomeriggio e una performance sperimentale multi-linguaggio in serata. A condurre l'incontro scientifico dal titolo "Allenare il limite" saranno **Silvia Bontempi**, psicologa, musicista e formatrice esperta in psicologia della performance, neuroscienze, mindfulness e training autogeno; **Lorenzo Fedrigotti**, personal trainer, coach e docente specializzato in natural bodybuilding e allenamento della forza; **Nicole Defant**, professionista del fitness e del benessere (Defant's Club), ex atleta professionista di bodybuilding.

Il talk esplora le affinità e le dinamiche neuroscientifiche e psicologiche che accumulano la vocalità e la preparazione atletica ad alta intensità: **concentrazione, respirazione, controllo del gesto, gestione dello stress e capacità di mantenere la prestazione sotto pressione**. Attraverso esempi pratici, il pubblico potrà scoprire come le neuroscienze e la scienza dello sport aiutino ad allenare il complesso sistema corpo-mente per gestire, conoscere e spostare i propri limiti. Ospite dell'incontro, in veste di testimonial del **Festival dello Sport di Trento**, **Valentina Cappio**, responsabile **Brand & Communication di Trentino Marketing**, che alla vigilia della nona edizione del festival si confronterà con gli interlocutori del talk sulla valenza di un festival dedicato alla funzione dello sport come leva di coesione sociale e di salute collettiva di un territorio.

La serata prosegue con la **performance lirico-atletica-rituale "SomAtomica"** che intreccia canto lirico, sollevamento pesi e arti performative per raccontare l'allenamento come pratica culturale, di trasformazione e di cura. Al centro della ricerca drammaturgica dell'**artista Laura Venturini** c'è la figura di **Salome, dall'omonima opera di Richard Strauss**, riletta come simbolo delle contraddizioni del corpo femminile: da un lato oggetto di uno sguardo che lo predilige fragile e conforme, dall'altro figura capace di potenza e autodeterminazione. Tra il progressivo caricamento del bilanciere, il canto, la drammaturgia sonora e le gestualità rituali, la scena prende la forma di una vera e propria liturgia laica, mettendo in discussione gli stereotipi culturali e biologici su bellezza, vulnerabilità e potenza.

*"Portare al MUSE un'esperienza come questa significa sperimentare anche sui confini di ciò che un museo scientifico può essere –evidenzia **Samuela Caliarì**, direttrice dell'ufficio Programmi per il pubblico MUSE–*

e un museo della scienza deve avere il coraggio di farlo, perché la scienza stessa procede così: mette alla prova ciò che sappiamo e sposta continuamente i confini del possibile. Il limite di oggi, probabilmente, non sarà quello di domani. Con “Allenare il limite” facciamo dialogare neuroscienze, sport, canto lirico e performance: è il terreno di Science & Humanities, dove linguaggi diversi generano nuove domande e nuovi sguardi. E mescolare linguaggi significa anche mescolare pubblici: intercettare chi magari non sarebbe mai entrato al MUSE e sorprenderlo abbastanza da rendere desiderabile il ritorno. Perché un museo non dovrebbe esaurirsi in una visita, ma lasciare sempre qualcosa ancora da scoprire”.

IL PROGRAMMA DELLA GIORNATA

Allenare il limite. La scienza tra canto lirico e sollevamento pesi alle 17

Talk in preparazione dello spettacolo “SomAtomica, così prendo corpo” di e con Laura Venturini. Ingresso gratuito.

Intervengono:

Silvia Bontempi – Psicologia e neuroscienze della performance. Psicologa, musicista, formatrice e divulgatrice, lavora nei contesti ad alta intensità performativa. Integra psicologia della performance, neuroscienze, mindfulness e training autogeno per promuovere il benessere e sviluppare le risorse espressive di musicisti e performer.

Lorenzo Fedrigotti – Allenamento, forza e preparazione fisica. Personal trainer, coach e docente, è specializzato in natural bodybuilding e allenamento della forza e dell'estetica. A Trento ha aperto uno studio privato nel quale segue i propri clienti e insegna, trasformando la passione per l'allenamento in un lavoro quotidiano di ricerca, pratica e condivisione.

Nicole Defant – Fitness, benessere e pratica quotidiana. Professionista del fitness e del benessere, collabora dal 2017 con Defant's Club ed è cresciuta in palestra al fianco del padre Armando, ex atleta professionista di bodybuilding. Appassionata di allenamento, arte, creatività ed espressione di sé, mette in relazione disciplina e libertà espressiva, con particolare attenzione al benessere, all'autenticità e alla crescita personale.

Valentina Cappio - Responsabile Brand & Communication di Trentino Marketing. Testimonial del Festival dello sport 2026

Modera: Carlo Maiolini, Ufficio Programmi per il pubblico MUSE

PERFORMANCE "SomAtomica, così prendo corpo" alle 21

Ideazione, regia, drammaturgia e performance Laura Venturini

Una performance lirico-atletica-rituale che intreccia **arti performative, pratica sportiva e scienze del corpo**. Attraverso il dialogo tra il sollevamento pesi e il canto lirico, **la performance esplora l'allenamento come pratica di trasformazione, riflettendo sul rapporto tra forza, limite, adattamento e cura**.

Al centro della ricerca le **contraddizioni che attraversano il corpo femminile**: da un lato oggetto di uno sguardo che lo vuole fragile, controllato e conforme a ideali estetici; dall'altro eroina capace di forza, potenza e autodeterminazione.

Pensato in stretta relazione con il MUSE, **SomAtomica** crea uno spazio di incontro tra ricerca artistica e ricerca scientifica, invitando il pubblico a ripensare l'allenamento non solo come esercizio fisico, ma come pratica culturale, rituale e relazionale.

Ingresso: € 7 intero | € 5 ridotto

Maggiori info e iscrizioni su muse.it

(us)