

FOLHA DE SALA OC 26' - I Parte

01 Outra vez arroz

Coreografia Rafaela Ferreira
Intérpretes Aurélio Bizzarri | Beatriz Giménez | Diogo Medeiros | Leonor Santos | Lucas Rodrigues | Tiago Pais

Sinopse
Acordamos. Produzimos. Cumprimos. Repetimos.Movemo-nos antes de pensar. Repetimos antes de escolher.Os dias sucedem-se num ritmo hipnótico, tão fluido quanto incontestado. O automatismo instala-se devagar com a suavidade de tudo aquilo que nunca ousámos recusar.E, aos poucos, habita-se um lugar confortável onde se faz sem questionar, onde se vive sem verdadeiramente estar.Mas e se, no meio desse transe rotineiro, decidirmos parar? E se escolhermos, finalmente, viver em vez de apenas continuar? Outra vez arroz é uma jornada sobre o conforto do hábito e o risco (audacioso, mas necessário) de o interromper para encontrar verdadeiramente a vida.

Música Barbatuques | Christophe Zurluh | The Alchemist | Travis Lake
Luzes Ricardo Campos | Rafaela Ferreira
Figurinos EDCN
Duração 3'46"

02 De Pé, Juntos

Coreografia Beatriz Sousa
Intérpretes Afonso Minderico | Inês Faria | Rita Pinto

Sinopse Muitas comunidades marcadas pela falta de recursos e oportunidades, aprendem muito cedo que sobreviver é um esforço coletivo. Quando o sistema falha, são as pessoas que se amparam umas às outras. Esta peça parte da realidade das culturas e populações economicamente desfavorecidas que encontram propósito na união. Não é uma visão romantizada da pobreza, mas sim o reconhecimento de que na partilha, na fé, nas raízes culturais e no apoio mútuo, nasce uma forma concreta de felicidade.

Música Christopher Tin
Luzes Ricardo Campos
Figurinos EDCN
Duração 3'20"

03 Memórias do que serei

Coreografia Leonor Santos
Intérpretes Henrique Palma | Rúben Santos

Sinopse Inspirada na figura de Janus, o deus romano de duas faces, que olha simultaneamente para o passado e para o futuro, esta obra explora a dualidade do tempo, a identidade e a transformação. O dueto marca o ponto de encontro de um ser que já foi e que ainda está por vir. Cada passo em direção ao futuro carrega um peso do passado, de um percurso feito, não em linha reta, mas numa sucessão de falhas, próprias do ser humano que tropeça e perde o fôlego, mas que usa esse impulso para criar um movimento novo e inesperado, de recuperação e adaptação constante. A força que resulta das diferenças de tempo e dos acasos rítmicos da vida. Uma arritmia que quebra a normalidade idealizada, permitindo o crescimento e a individualidade. O momento em que o corpo deixa de ser uma máquina e passa a ser um organismo que reage, falha e se reinventa para continuar a viver.

Música Marek Hunhap | Modeselektor | Thom Yorke
Luzes Ricardo Campos | Leonor Santos
Figurinos EDCN
Duração 2'33"

04 Lá ao fundo à esquerda

Coreografia Diogo Medeiros
Intérpretes Afonso Minderico | Inês Faria | Leonor Santos | Lucas Rodrigues | Maria Eduarda Miranda | Rafaela Ferreira

Sinopse Podia ser "já aqui ao fundo", "na segunda à direita" ou mesmo "onde a rua termina". Tal não é, porque "lá ao fundo à esquerda" é onde o meu caminho não culmina. E, perante as infinitas escolhas bifurcadas que "lá ao fundo à esquerda" me sugere, tenho a oportunidade de escolher ir por acolá ou por qualquer outra ramificação.Disse-me, pausada e respeitosamente:- A dança é um processo feito de escolhas.Escolhi ouvi-lo. Percebi que todo e qualquer movimento é uma decisão que constrói o bailarino que sou. É nestes movimentos decisivos que a dança deixa de ser apenas dança - torna-se a metáfora da própria vida.Em palco, seis personalidades convictas em escolher o caminho que lhes parece acertado, rodeados de indecisões, estímulos, vontades e paixões. Seis formas de entender o certo e o errado, a decisão e a manipulação. E três conversas conversantes, que desaguam na certeza individual e coletiva da individualidade das escolhas, desafiando o público a escolher qual seguir. Assim também o público escolhe e passa a fazer parte desta criação de decisões e não decisões. No fim, não há caminho certo ou errado. Há apenas aquele que se percorre. Cada gesto é uma decisão. E cada decisão sempre escolhemos ser. Basta virar lá ao fundo à esquerda.

Música Poema "Cântico Negro" de José Régio (interpretado por João Villaret) | John Adams | Max Richter
Luzes Ricardo Campos | Diogo Medeiros
Figurinos EDCN
Duração5'00"

05 Maybe, just maybe.

Coreografia Inês Baptista
Interpretação Inês Baptista

Sinopse A peça revela a vulnerabilidade de não ter respostas imediatas, mas também a força que nasce ao aceitar o desconhecido. Talvez seja precisamente na incerteza que nasce a coragem de continuar."Maybe, just maybe." mergulha no espaço delicado entre a incerteza e a possibilidade. Através do movimento, o corpo torna-se um lugar de questionamento, onde emoções contraditórias coexistem e se transformam.

Música Marit Bergman

Luzes Ricardo Campos | Inês Baptista
Figurinos EDCN
Duração 3'00"

06 voarOstar

Coreografia Afonso Minderico | Ana Lima
Intérpretes Ana Lopes | Aurelio Bizzarri | Beatriz Sousa | Catarina Teles | Diogo Medeiros | Inês Faria | Lara Ribeiro | Tiago Pais

Sinopse 'voarOstar' nasce de uma angústia profunda: a tomada de decisão entre duas formas de vida. De um lado, uma existência simples, despreocupada e mundana; do outro, um caminho de constante mudança, risco e superação, que exige ambição e coragem para querer sempre mais. Ao longo da obra, essa escolha deixa de ser uma hipótese distante e começa a aproximar-se, tornando-se inevitável. À medida que o momento da decisão se impõe, instala-se a incerteza. Os pensamentos fragmentam-se, sobrepõem-se, entram em confronto, até a mente tornar-se campo de batalha entre a segurança do conhecido e o apelo do desconhecido.Esta peça reflete as nossas angústias enquanto jovens que são obrigados a escolher uma vida sem nunca a terem verdadeiramente vivido. Fala do peso das expectativas, da pressão do futuro e da inquietação de decidir quem ser antes de saber quem se é. Entre o simples e o complexo, entre ficar e arriscar, a obra expõe a vulnerabilidade de crescer — e a inevitabilidade de escolher.

Música Afonso Minderico
Luzes Ricardo Campos | Afonso Minderico | Ana Lima
Figurinos EDCN
Duração 5'00"

07 Entredentes

Coreografia Stefanos Patrinos
Interpretação Stefanos Patrinos

Sinopse “Entredentes” explora o conflito entre a intenção e a expressão, centrando-se numa palavra que, embora reprimida por conta da sua natureza, anseia por ser dita em voz alta. Pronunciada inicialmente de forma abafada e reprimida, quase escondida, essa palavra ganha consciência simbólica ao longo da narrativa, transformando-se numa entidade que luta pela sua própria afirmação. O solo desenrola-se como um percurso interno de tensão e resistência, onde a palavra, desprovida de controlo sobre a sua liberdade, tenta ainda assim conquistar espaço, clareza e dignidade. Entre o impulso de silenciamento e o desejo de libertação, constrói-se uma batalha invisível, mas profundamente humana.“As maiores verdades são ditas entredentes.”

Música TSVI
Luzes Ricardo Campos | Stefanos Patrinos
Figurinos EDCN
Duração 2'24"

08 Reunião de Condomínio

Coreografia Beatriz Giménez
Intérpretes Ana Lima | Aurélio Bizarri | Diogo Medeiros | Henrique Palma | Lucas Rodrigues | Madalena Pereira | Rafaela Ferreira | Rita Pinto

Sinopse “Reunião de Condomínio” mergulha na rotina absurda de uma comunidade que se reúne para decidir o que é certo e errado. Entre cortes de voz, respirações impacientes e olhares acusadores, a reunião transforma-se num ping-pong de culpas e hipocrisia: cada acusação volta para quem a lançou, cada regra esquecida é apontada ao vizinho. Uma coreografia sobre como julgamos no outro aquilo que fazemos todos os dias, e, como juntos, rimos, criticamos e nos escondemos atrás da própria moral.

Música Franz Schubert
Luzes Ricardo Campos | Beatriz Gimenez
Figurinos EDCN
Duração 3'37"

09 FOMO

Coreografia Joana Valente Guerreiro
Interpretação Joana Valente Guerreiro

Sinopse FOMO-Fear Of Missing Out. Um corpo em alerta constante que hesita entre o impulso e a paralisia. O medo de não chegar, não ser e de ficar para trás. Uma ansiedade que pulsa no isolamento, tremendo diante da sensação de estar sempre um passo aquém, correndo contra algo que nunca desacelera.

Música Chorus | Ryoji Ikeda
Luzes Ricardo Campos | Joana Valente Guerreiro
Figurinos EDCN
Duração 2'15"

10 inSOMNUS

Coreografia Rita Pinto
Intérpretes Aurélio Bizzarri | Henrique Palma | Lucas Rodrigues | Manuel Salgado | Leonor Santos | Rafaela Ferreira | Rúben dos Santos

Sinopse A paralisia do sono (parálusis + somnus) é um fenómeno transitório caracterizado pela incapacidade temporária de mover o corpo ao adormecer ou ao despertar, apesar de a pessoa se manter consciente. Ocorre devido à persistência da atonia muscular típica do sono REM enquanto o cérebro já se encontra em estado de vigília, podendo ser acompanhada por alucinações vívidas e sensação de pressão no peito. Pode surgir de forma isolada ou associada a perturbações do sono, como a narcolepsia, sendo geralmente considerada benigna e relacionada com fatores como privação de sono e stress.

Música AGF | Graig Armstrong | Raffertie | Robert Ruth
LuzesRicardo Campos
Figurinos EDCN
Duração 4'07"

OC 26' - II Parte

11 Frigus Internum

Coreografia Lucas Rodrigues
Interpretes Rafaela Ferreira | Tomás Rodrigues

Sinopse Um corpo imobilizado sobrevive no frio, na suspensão e na negação. Uma voz, presente como força inevitável, rompe esse estado e impõe o despertar. Atualmente, fala-se muito em “abraçar quem somos”, mas esta ária lembra-nos que: tornar-se

consciente pode doer. O corpo resiste à mudança, quebra-se, tenta regressar ao silêncio que o protegeia. O movimento surge sem alívio e sem promessa: apenas como consequência de ter sido acordado. Não há libertação, há a impossibilidade de voltar atrás.
Música Henry Purcell | Interpretação: Alexandre Matta | Vicente Pinheiro (Viola) | Alice Pitta (Violoncelo) | Martim Pereira (Violino I) | Luísa Sobral (Violino II) | Tomás Rodrigues (Barítono)
Luzes Ricardo Campos | Lucas Rodrigues
Figurinos EDCN | CPBC
Duração 2'50"

12 “‘tou Só A Ver”

CoreografiaTiago Pais
IntérpretesAfonso Minderico | Beatriz Giménez | Henrique Palma

Sinopse Desde o início, o indivíduo encontra-se em estado de vigilância constante, onde “o só ver” significa ser controlado. Num ambiente de exposição continua, cada gesto é observado, interpretado e julgado, criando uma pressão silenciosa, mas persistente sobre quem existe nesse espaço.“‘tou Só A Ver” revela as respostas a esse controlo: a raiva que emerge da invasão, o orgulho que se manifesta como afirmação, a defesa de um narcisismo camuflado e a indiferença que surge como um estado de autonomia emocional e distanciamento.Entre observação, confronto e resistência, atravessam-se diferentes estados, alcançando um ponto comum entre eles.

Música Iain Armstrong | Luciano Berio
Luzes Ricardo Campos
Figurinos EDCN
Duração 3'45"

13 Frize

Coreografia Manuel Salgado
Intérpretes Diogo Medeiros | Aurelio Bizzarri

Sinopse Dois corpos cruzam-se como se já se conhecessem antes de existirem. Há uma atração crua, quase inevitável, que os aproxima — mas também uma incapacidade silenciosa de permanecer. Cada gesto é carregado de significado, cada ausência pesa mais do que devia. Não é falta de sentimento; é excesso.Essa relação não é apenas representada — é construída diante dos olhos de quem vê, como um livro que nos é apresentado . Eles exploram o que são um para o outro com as ferramentas que têm: gestos agressivos, silêncios densos, impulsos contraditórios. Tentam compreender a força, o peso e a profundidade do que sentem, mesmo quando isso os ultrapassa.Entre aproximações e ruturas, vão experimentando formas de estar: dizem demasiado, ou não dizem nada. Porque, tantas vezes, não sabemos lidar com aquilo que sentimos — e escolhemos caminhos que nos afastam, mesmo quando tudo em nós quer ficar.Ao longo da peça, eles transformam-se. Tentam, falham, aprendem, mudam. Não há respostas definitivas, apenas o movimento contínuo de dois corpos que procuram — no outro e em si mesmos — uma forma possível de existir juntos, sem se perderem.Porque, às vezes, não é o amor que falha. Somos nós que ainda não sabemos como habitá-lo.

Música Agnes Obel
Luzes Ricardo Campos | Manuel Salgado
Figurinos EDCN
Duração 2'30'

14 Em stock

Coreografia Ariana Fechet | Rúben Santos
Intérpretes Henrique Palma | Lucas Chambel | Lucas Rodrigues | Manuel Salgado | Tiago Pais

Sinopse A masculinidade aparece como um código antigo, repetido automaticamente. Força como obrigação, silêncio como defesa, domínio como prova de existência, vulnerabilidade como falha. Mas quando se remove a promessa de propósito, tudo começa a vacilar.Talvez o jogo nunca tenha sido para ganhar.Talvez seja apenas sobre o que fazemos quando percebemos que ninguém está a contar os pontos.

Música Aloboi | Jay Ragsdale | Yair Elazar Glotman | Woodkid
Luzes Ricardo Campos | Ariana Fechet | Rúben Santos
Figurinos EDCN
Duração 4'00"

15 Insomnia

Coreografia Penélope Ratibo Marinho
Interpretação Penélope Ratibo Marinho
Sinopse Insomnia explora o estado liminar entre o cansaço físico e a atividade incessante da mente.Enquanto o corpo procura repouso, os pensamentos intensificam-se e impedem o silêncio interior, prolongando um tempo suspenso onde o descanso é desejado, mas nunca plenamente alcançado.
Música TraviLuzes Ricardo Campos | Penélope Ratibo Marinho
Figurinos EDCN
Duração 1'51"

16 MNEMA, The Art of Remembering

Coreografia Lara Ribeiro | Leonor Simões | Nao Miura
Intérpretes Ana Lima | Ana Lopes | Afonso Minderico | Aurelio Bizarri | Beatriz Sousa | Catarina Teles | Diogo Medeiros | Madalena Pereira | Maria Eduarda Miranda | Leonor Santos | Momoko Fujisaki | Inês Faria | Rita Pinto | Sebastião Quintela | Henrique Palma

Sinopse Esta peça explora a nostalgia como experiência sensorial e emocional. Através de cheiros, cores, sabores e pequenas memórias do quotidiano, revisita momentos marcantes de diferentes fases da vida. Alguns bons e leves, outros difíceis e exigentes.Questiona a ideia de que o passado se perde ou se apaga, mostrando que as versões que fomos continuam presentes dentro de nós. A nostalgia surge, assim, não apenas como saudade, mas como consciência do percurso feito e das múltiplas identidades que carregamos ao longo do tempo.Pegando nesta ideia, cada bailarino representa um tipo de memória.

Música Travis Lake
Luzes Ricardo Campos | Lara Ribeiro | Leonor Simões | Nao Miura
Figurinos EDCN
Duração 5'30"

17 Chickens are a type of dinosaurs

Coreografia Henrique Palma
Intérpretes Beatriz Giménez | Lucas Rodrigues

Sinopse “chickens are a type of dinosaurs” mergulha na génese instintiva do comportamento infantil, onde a descoberta não é um ato passivo, mas uma aprendizagem mútua. Partindo da afirmação de que as galinhas pertencem a uma linhagem ancestral, o trabalho investiga a plasticidade da crença e a forma como a verdade é construída e imposta através do outro. Deste estado dissecam-se patologias inerentes ao crescimento: a repetição obsessiva como ferramenta de aprendizagem, o mimetismo como forma de pertença e a inquietação que pulsa perante a novidade.Assim, o “descabido” deixa de ser um erro lógico para se tornar o alicerce de um mundo partilhado — um território onde a realidade é apenas aquilo que dois corpos decidem aceitar como verdade.
Música Clara Rockmore | Edvard Grieg
Luzes Ricardo Campos
Figurinos EDCN
Duração 3'57"

18 Kuroi Ikari

Coreografia Lucas Chambel
Interpretação Lucas Chambel

Sinopse Reza a lenda que um jovem, com a sua espada, desenvolve um vício ao longo da sua história: matar e sentir a excitação de observar a morte do seu alvo. Esta peça retrata um capítulo dessa lenda, onde ele perde a espada que tanto ama e expressa raiva e angústia por não ter o que deseja nas mãos.Música Trevor Morris
Luzes Ricardo Campos | Lucas Chambel
Figurinos EDCN
Duração 2'20"

19 Variáveis Dependentes

Coreografia Inês Lima Faria
Interpretação Aurélio Bizzarri | Henrique Palma | Leonor Santos | Lucas Rodrigues | Madalena Pereira

Sinopse Variáveis Dependentes explora a complexidade das relações humanas partindo da ideia de que cada um de nós é o resultado de uma série de interações e encontros que moldam a forma como pensamos e agimos.Essas interações moldam não só a nossa identidade, mas também a nossa percepção e reação ao mundo. Cada contacto com o outro ativa memórias, emoções e padrões internos, fazendo-nos refletir sobre quem somos e sobre como nos relacionamos.Não nos concretizamos sozinhos. Somos seres em relação: influenciamos e somos influenciados constantemente. É nesse espaço de troca que se encontra a empatia, como a capacidade de sentir e compreender o outro, reconhecendo que cada presença contribui para aquilo que nos constitui.

Música Amadeus Mozart | Ben Frost & Daniel BjarnasonLuzes Ricardo Campos | Inês Faria
Figurinos EDCN
Duração 04'00"

20 Non stop, reveal

Coreografia Bárbara Calado
Interpretação Bárbara Calado
Sinopse Corpo rompe as normas, atravessando um processo de libertação interior. Entre movimentos contidos e impulsos abruptos, revela-se uma identidade que deixa de pedir permissão para existir. Não se trata de provocar, mas de assumir, sem vergonha, sem filtros, sem limites. É a recusa de se encolher, e a afirmação crua de presença. Um corpo que se expande, que se arrisca e ocupa o seu espaço sem hesitação. É energia em estado bruto. É liberdade em movimento. Um corpo solto, intenso e imparável.
Música The Prodigy
Luzes Ricardo Campos | Bárbara Calado
Figurinos EDCN
Duração 1'55"

21 War Zone

Coreografia Madalena da Silva Pereira
Intérpretes Afonso Minderico | Ana Lima | Ana Lopes | Ariana Fechet | Aurélio Bizzarri | Beatriz Giménez | Beatriz Sousa | Catarina Teles | Diogo Medeiros | Maria Eduarda Miranda | Henrique Palma | Inês Faria | Lara Ribeiro | Leonor Santos | Lucas Ribeiro | Manuel Salgado | Maria Leonor Simões | Momoko Fujisaki | Nao Miura | Rafaela Ferreira | Rita Pinto | Rúben Santos | Sebastião Quintela | Tiago PaisSinopse Carregados pela marcha incessante da guerra, no ritmo seco e repetitivo dos corpos que avançam, sob o peso do conflito, cada passo, cada gesto, cada olhar carrega fadiga, urgência e tensão. A violência e a monotonia do campo de batalha revelam a fragilidade humana, o desgaste físico e psicológico, e a impossibilidade de encontrar descanso ou uma escapatória. Entre os embates secos e irregulares e o arrastar pesado dos corpos exaustos, emerge a intensidade do presente vivido, onde o corpo e a mente são atravessados pela guerra, sem alívio.Música Romain Rachline Borgeaud | RB Dance Company | Rihanna | OdeszaLuzes Ricardo Campos | Madalena de Silva PereiraFigurinosEDCN | Mariana PereiraDuração 4'03"

