



## **Curso de introducción a la danza consciente**

### **Para profesionales de la salud el arte y la educación**

Este curso surge a partir del deseo de algunos alumnos de incluir propuestas de movimiento consciente en sus prácticas habituales y no contar con la metodología y recursos didácticos para poder armar estas propuestas.

#### **A quienes está dirigido:**

Especialmente a profesionales de la salud y educación que quieran incluir propuestas de danza consciente en sus tareas. Este curso es un proceso en sí mismo y a la vez el primer módulo de la formación de Chakra dance Sanación en movimiento para quienes estén interesados en continuar y profundizar su formación

#### **Duración:**

La cursada de este curso comienza en agosto y finaliza a mediados de diciembre

Horarios y modalidades de la cursada:

Curso los lunes de 14.30 a 16.30 horas

Clases de Chakra dance miércoles 9.30 a 11 horas

Clases de Eutonia martes 9.30 a 11 horas. Quedan grabadas y se pueden hacer en el horario que puedas

(Estas clases se dictarán por zoom)

**La modalidad será semipresencial, incluyendo en la propuesta clases regulares online y un retiro de fin de semana con fecha y lugar a acordar.**

**Sobre los contenidos:**

Profundizaremos en el proceso personal, haciendo un trabajo de investigación sobre algunos temas de movimiento, como ser:

- Objetivos de la danza consciente
- Espacio y tiempo, formas básicas de movimiento, investigación del movimiento desde diferentes partes del cuerpo
- Introducción a conceptos de tono, energía y coraza
- Introducción al sistema energético humano
- Diferentes partes de la clase
- Elección de la música y la elaboración de las consignas

**Requisitos para participar:**

Es fundamental asistir a las clases de Chakra dance, para poder tener un espacio de práctica de base

Estas clases se pueden empezar a tomar en cualquier momento, sin embargo, se sugiere empezar a tomar clases lo antes posible, ya que esa es la base sobre la cual trabajaremos durante todo el curso.

También es requisito, tomar clases mensuales de eutonia.

Para más información comunicarse por WhatsApp al +541140729864

O por mail [alecasiraghi@gmail.com](mailto:alecasiraghi@gmail.com)