

Bárbara Bañados (Concepción)

“Conciencia, Alineación y Proyección”, se centra en el desarrollo de la conciencia corporal con el objetivo de relacionar el movimiento con el autocuidado. Se toman elementos de la anatomía práctica y la biomecánica para integrarlos en fraseos técnicos de danza contemporánea. Mediante una metodología dinámica primero sensibilizar y experimentar para luego aplicar, trabajamos contenidos como centro del cuerpo, respiración, colocación de las partes cuerpo, proyección de la energía y flujo.