

JOEL INZUNZA

FLOW

Apostando a una metodología horizontal, propone de manera vivencial algunas nociones técnicas a través de la práctica, generando un material específico para éste encuentro, y que contienen elementos de Flying Low, Release y Floor Technique.

A través de una sistematización progresiva y dinámica. El trabajo corporal esta basado en un flujo continuo, ubicando la atención en conexiones anatómicas para la sensibilización de nuestras articulaciones, en relación a la tridimensional del flujo que moviliza al cuerpo.

Se recomienda el uso de rodilleras, y ropa cómoda que cubra hombros y tobillos, como de abundante agua durante la clase.