

## La Aventura de Ser Cuerpo

Danza Movimiento Terapia y Música Corporal

### Reseña

**La Aventura de Ser Cuerpo** es un viaje de navegación hacia y desde el territorio corporal, en búsqueda de nuevas rutas posibles de exploración del sí mismo. Cuerpo como territorio simbólico, siempre desconocido y por conocer, desde donde desalojaremos imágenes y sensaciones, dándoles vida a través del movimiento y la conexión con los ritmos de nuestra corporalidad.

Este Taller es propuesto como un espacio lúdico-expresivo, caracterizado por la promoción de la creatividad, en un espacio seguro y libre, donde el cuerpo es el instrumento principal. Explorando en sus sonidos, ritmos y posibilidades, nos iremos acercando a aquellos movimientos que nos constituyen e identifican, actualizando y ampliando los propios patrones y límites.

Entendiendo la **Danza Movimiento Terapia** (DMT) como el uso psicoterapéutico del movimiento y la danza, en pro de la integración psicofísica, emocional y social, construiremos un espacio colectivo que dé soporte a la autoexploración, facilitando la expresión emocional desde lo verbal y no verbal. Dentro de este encuadre, a través de dinámicas individuales, en dupla y grupales, centraremos la atención en los ritmos y sonidos de la Corporalidad y sus vías de expresión, para así tomar contacto con nuestra identidad sonoro-kinestésica. Con momentos de mayor estructura y dinámicas específicas de coordinación psico/corporal y otras de mayor libertad e improvisación, nos adentraremos en el mundo de la **Música Corporal**, siendo una invitación a dejarnos llevar por los sentidos, la percusión y la fluidez en movimiento.

Dirigido a adultos que quieran vivir esta experiencia de juego, contacto y conexión sonoro-corporal, en un contexto grupal. No se requiere experiencia previa.

## Reseña de los Facilitadores

**María José Sendra:** Creadora y Directora de Vaivén®, Psicóloga Clínica y Danza Movimiento Terapeuta, Diplomada en Psicodrama y Corporeidad.

**Jorge Antezana:** Director de Capacitaciones Compañía de Percusión Corporal Kumbá, Actor y Coach Ontológico.

## Fechas, horarios y lugar de realización

Sábado 14 de Marzo de 10:00 a 13:00 hrs, en General Córdova 1168, Comuna de Providencia, Santiago.

## Valores de Inscripción

**-Inscripción Regular:** 40.000 pesos.

**-Inscripción Anticipada\*:** 35.000 pesos.

**-Inscripción con Descuento Vaivén\*:** 30.000 pesos.

\*Inscripción Anticipada y con Descuento con Cupos limitados.

Descuento por inscripción anticipada válida hasta el 30 de Diciembre. Inscripción con Descuento incluye a participantes de Espacio Vaivén y Kumbá, socios ADMT Chile, estudiantes de pre-grado y personas mayores de 60 años.

## Certificación

Se entrega certificado Vaivén® por 3 horas cronológicas de participación.

\*Horas válidas de formación para quienes estén en cursando nuestro programa de Entrenamiento en Danza Movimiento Terapia y Terapias Artístico creativas.

## Inscripciones en

[movimiento@vaiven.cl](mailto:movimiento@vaiven.cl)