

# DANZA CREATIVA

“El drama bailado”

Una Celebración del Cuerpo y  
el Ser Interior

 Óscar  
Cortés  
TEATRO TERAPÉUTICO

PROGRAMA 2024-2025 | CASTELLÓN

## **BREVE INTRODUCCIÓN**

“Para que el fluido de la materia creadora pueda deslizarse por todo nuestro ser y tomar de nosotros los componentes más preciados de nuestra naturaleza total y extraerlos de lo más profundo de nuestra tierra personal, debemos primero romper las corazas que se interponen para que esta conmovedora posibilidad pueda llegar a ser.”

Fedora Aberasturi  
Sistema consciente para la técnica del movimiento

## **PRESENTACIÓN**

Danza Creativa nos invita a escuchar nuestro propio cuerpo y a ser conscientes de él. Nos anima a valorarnos, explorar nuestras capacidades y encontrar la alegría en nuestro crecimiento.

A través de esta práctica, aprendemos a sentir y percibir con nuestro cuerpo, prestando especial atención a la piel y a los sentidos. Se trata de regresar al momento presente, a estar atentos a nuestras emociones y a conectarnos con nuestro ser físico en un proceso de redescubrimiento.

Al volver al cuerpo, nos permitimos vivir plenamente, recuperando la capacidad de disfrutar y expandir el placer en todas las áreas de nuestra vida.

“El drama bailado” nos brinda la oportunidad de reconectar a través del movimiento y la expresión emocional.

Reconectar es una invitación a vivir con autenticidad y a disfrutar de la riqueza de cada experiencia, donde el cuerpo se convierte en el vehículo que nos lleva a una existencia más plena y enriquecedora.

Volver al cuerpo es volver a la vida.

## **METODOLOGÍA Y LENGUAJE ARTÍSTICO**

En Danza Creativa, encontramos un espacio sacro donde el cuerpo se convierte en pincel y el movimiento en poesía, permitiendo que las emociones y pensamientos más profundos se expresen en una danza de autenticidad y transformación.

A través de este taller, nos adentraremos en una travesía hacia el interior de cada uno/a, explorando la conexión entre el movimiento, el ser interior, la expresión corporal y la voz como poderosos medios para transformar la experiencia vital en una expresión artística vibrante y conmovedora.

El propósito primordial es brindar a los participantes un espacio seguro y enriquecedor donde puedan explorar y honrar su ser interior a través del lenguaje del cuerpo en movimiento. Mediante dinámicas, propuestas y ejercicios de creación e improvisación, nos sumergiremos en un viaje de autoexploración profunda, compartiendo con el grupo la belleza y la autenticidad de su experiencia vital interpretada a través de la danza.

A través de la danza, el movimiento se convierte en un puente hacia el ojo interior, permitiendo que las emociones, pensamientos y experiencias personales encuentren una vía de expresión única y liberadora haciendo consciente lo inconsciente, lo invisible en visible.

## **SENTIR ANTES DE COMPRENDER**

La improvisación y la creación colectiva serán prácticas fundamentales, fomentando la conexión con las propias emociones y con las de los demás, en un diálogo íntimo y sincero.

La expresión corporal y la voz se integrarán como elementos complementarios para enriquecer la experiencia creativa, permitiendo que la voz se convierta en una extensión del cuerpo y una herramienta para la exploración emocional y la expansión de la expresividad.

A través de ejercicios de exploración sonora y expresión vocal, los participantes podrán sumergirse en un viaje de descubrimiento de su propia voz interior, explorando su potencial expresivo y curativo.

Al finalizar, cada participante tendrá la oportunidad de presentar una creación artística personal, fruto de su viaje interior y de la exploración durante las sesiones.

Esta creación final será un testimonio de su autenticidad y valentía, una expresión de su ser más profundo y una celebración de la conexión entre el cuerpo, el alma y la expresión artística. A través de esta experiencia transformativa y terapéutica, los participantes podrán explorar y transformar su experiencia vital en una danza de belleza, autenticidad y plenitud, celebrando la vida a través del arte y el movimiento.

## **OBJETIVOS**

- Explorar el lenguaje del cuerpo en movimiento desde su universalidad y desde la particularidad de cada uno/a.
- Descubrir la bases del movimiento, trabajando el espacio, el tiempo, los puntos de vista escénicos y las acciones físicas.
- Experimentar el mundo de interno desde la atención plena para hacer visible lo invisible.
- Indagar desde la Danza Teatro y la Performance como estilos dramáticos y guías para nuestra expresión íntima, auténtica y personal.
- Integrar el aprendizaje y trabajo psicofísico a nuestra vida.

## **CONTENIDOS DEL TALLER**

### **\*Lenguaje corporal y personal**

- Dinámicas de movimiento, acciones físicas y gesto íntimo
- Relajación, meditación y atención
- Expresión corporal y trabajo de elenco
- Conciencia corporal y conciencia espacial
- Expresión vocal

### **El Drama Bailado**

- Crear para sentir: nos movemos con sentimiento.
- Explorar desde el corazón para pensar con el cuerpo.
- Encontrar un lenguaje propio que nos ayude a traducir la experiencia personal en expresión artística.

### **\*Integración y creación**

Con todo lo vivido en cada sesión, aplicamos el trabajo desde una perspectiva artística y personal, con herramientas que nos ayuden a expresarnos escénicamente.

**CALENDARIO Y HORARIOS**

**DE OCTUBRE A JUNIO ( 9 meses)**

**Horario: miércoles de 19:00 h a 21:00 h.**

**Todos los talleres se imparten en:**

**ZONA 3 Calle Obispo Salinas, nº6 , CP 12003 CASTELLÓN**

## **PRECIO Y FORMA DE PAGO + POLÍTICA DE CANCELACIÓN**

\*Modalidad A: Pago mensual 85 € total programa 765 €.

Modalidad B: Pago Trimestral 240 € (80 € al mes), total programa 720 €

Modalidad C: Pago anual 700 €

En el caso de dificultades económicas exponme tu situación para valorar opciones de pagos parciales en caso de necesidad.

FORMA DE PAGO: Los pagos se realizan el día 30 de cada mes mediante transferencia bancaria al número de cuenta: **ES13 3118 2025 6728 1000 5629** . Titular, Laura Salido Naranjo

### **NOTA IMPORTANTE (COMPROMISO DEL ALUMNO/a)**

La ausencia a un taller o varios no exime del pago de la mensualidad. Los talleres no son recuperables. En el caso de dificultades o situaciones imprevistas exponme tu caso para gestionarlo de la forma más adecuada.



## **A QUIÉN VA DIRIGIDO**

- A aquellas personas con inquietudes artísticas y personales que necesiten desarrollar y potenciar esta faceta.
- A aquellas personas que sencillamente les guste profundizar en el placer del movimiento.

A todos/as las personas que desean obtener técnicas terapéuticas y teatrales para su profesión: actores, artistas de diversas disciplinas, profesionales de la salud y educación, etc...

## **REQUISITOS**

- No se requiere ninguna experiencia previa con el teatro y danza
- Solo para mayores de edad.

**Idioma:** Este programa se imparte en "Castellano".

**Compromiso de puntualidad:** Se ruega puntualidad en el horario asignado para el inicio de cada encuentro.

ALABAMA LAURA | Valencia 1986

- Título Superior de Arte Dramático correspondiente a Interpretación Gestual, perteneciente a Máster dentro del Marco Español de Cualificaciones en las Enseñanzas Artísticas por la Real Escuela Superior de Arte Dramático de Madrid.
- Diplomatura Laboratorio Internacional del Actor en Movimiento Pedagogía Jacques Lecoq con Pepa Gómez y Eduardo Caballero en Laboratorio Escénico de Valencia.
- Formación en Arte Dramático en la Escuela Off Valencia de Teatro y Cine Con Rafael Cruz.
- Método Suzuki, Viewpoints y Danza Kalaripayattu con Sol Garre y Michael Stublefield.
- Danza Kathakali con la Royal Company de Londres de Peter Brook.
- Danza Contemporánea con Eva Lara y Xenia Sevillano.
- Expresión Corporal con Martha Schinca y Helena Ferrari.
- Laboratorio de Movimiento y Antropología Teatral con el Odín Teatret.
- La Máscara en la Comedia del Arte con Antonio Fava.

DANZA CREATIVA  
2024/2025



**CASTELLÓN | VALENCIA | PALMA DE MALLORCA**

**SOLICITA TU PLAZA**

Móvil: 622 11 91 69 - ALABAMA LAURA

[E\\_mail: info@teatroterapeutico.es](mailto:info@teatroterapeutico.es)