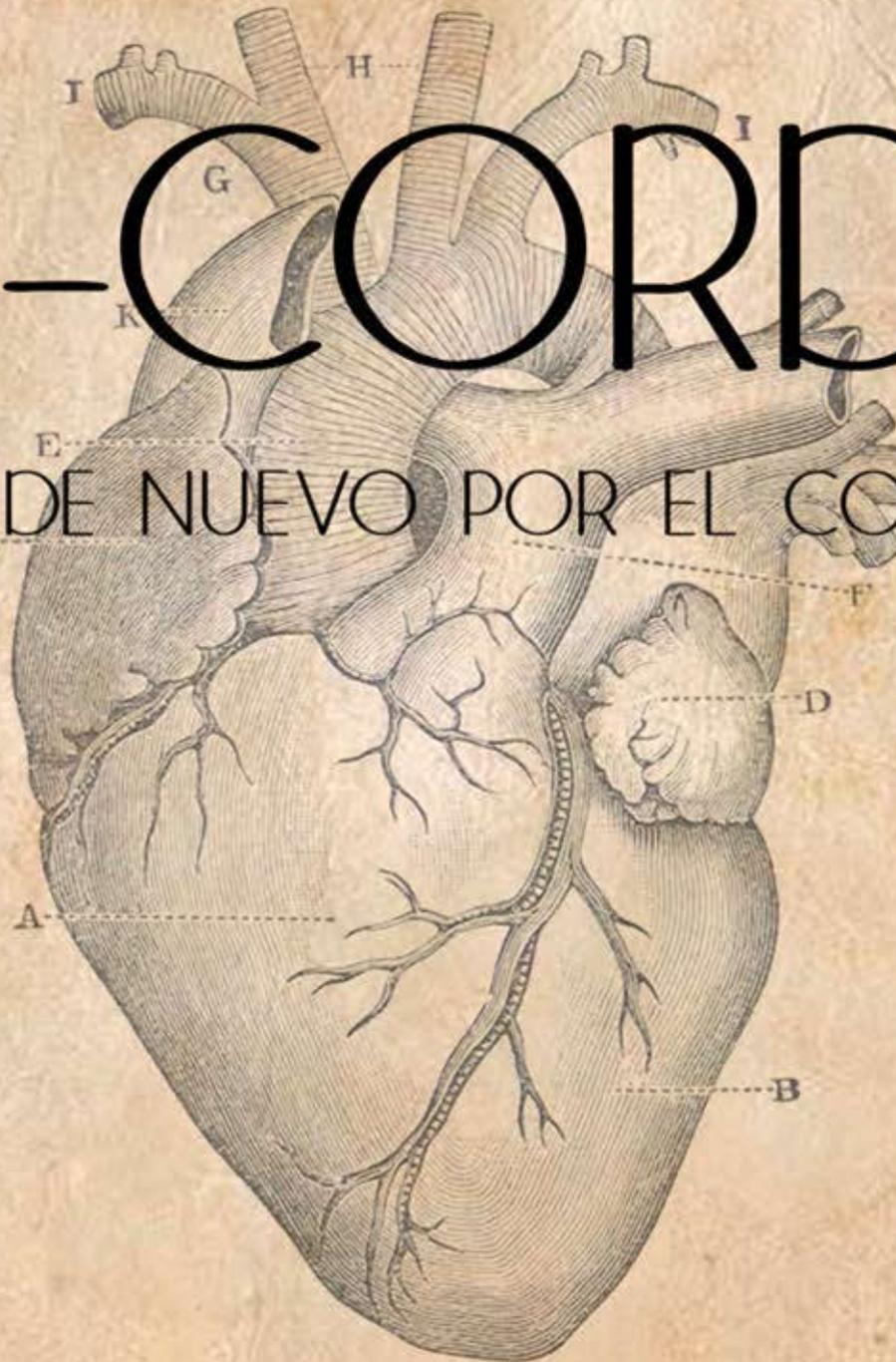


RE-CORDIS

“PASAR DE NUEVO POR EL CORAZÓN”



Un acompañamiento desde la escucha, el respeto y
la amabilidad. Un viaje hacia dentro, un viaje sensorial,
un reencuentro contigo misma...

En las maletas humor, juego, creatividad, magia y risas...

Atravesaremos los valles del sonido, las cascadas

del movimiento danzado, exploraremos

la isla de las miradas, los volcanes del tacto

y las lagunas de los abrazos.

Descenderemos hasta la cueva invisible del misterio

para sentir desde lo profundo, desde la verdad

y trepar de nuevo hacia la superficie donde

volveremos a encontrarnos todas.

Un viaje iniciático desde lo sencillo, orgánico y fácil.

Un despertar de la creatividad desde la memoria emocional

y corporal. Una aventura para explorar

la dimensión poética de la experiencia.





METODOLOGÍA

Lo más importante es generar un espacio de cuidado y respeto para que las personas se sientan muy cómodas a la hora de iniciar este viaje hacia la memoria del cuerpo.

Trabajamos en grupo y juntas vamos explorando desde el juego todos los movimientos emocionales que vayan surgiendo.

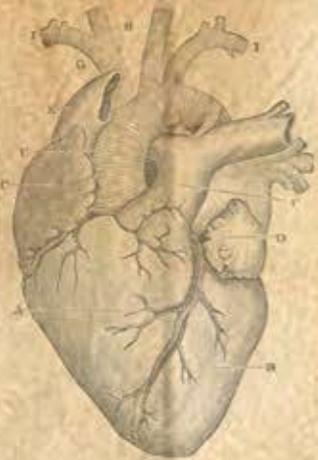
Utilizamos herramientas de juegos sensitivos que inspiran el pararse a sentir, el teatro de los sentidos, la expresión corporal, la música, el silencio, el movimiento, la respiración, la danza libre, la luz, la oscuridad, el tacto, la mirada, la respiración, la visualización...

Proponemos dinámicas relacionadas con tapping, PNL, biodanza, bioneuroemoción y neurociencia para la toma de conciencia desde un lugar muy sencillo. Es una experiencia sensorial para recordar, descubrir, aprender, crear y sorprendernos con presencia de nuestro propio universo y el de las demás.



OBJETIVOS

- Cultivar la presencia y conciencia corporal
- Potenciar el autoconocimiento y autoempoderamiento desde la indagación emocional
- Vincular las emociones al cuerpo
- Conectar con el placer y el juego
- Trabajar la memoria del cuerpo
- Dar libertad de expresión a la emoción y aprender a validar el sentir
- Devolverle el foco al sentir frente al razonamiento excesivo
- Abrir reflexiones colectivas sobre la conciencia de lo que sentimos
- Fomentar la mirada amable desde dentro hacia afuera
- Transformar la mirada hacia nuestro cuerpo y nuestras emociones
- Recuperar el cuerpo como fuente de conocimiento, memoria y expresión



CONTACTO

ELBA

652230585

info@kancaneoteatro.com

112001