

# SESIONES ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL/GRUPO

*Grupo de mínimo 5 personas*

Cia Monica Arroyo

Madrid

# CONTENIDOS



1. Herramientas de improvisación
2. Técnica de suelo y acrobacia
3. Composición y dramaturgia
4. Sesiones personalizadas

# HERRAMIENTAS DE IMPROVISACION

Trabajaremos con diferentes pautas que estarán dirigidas a un objetivo concreto. Se buscará la investigación de las posibilidades del cuerpo y la mente, la conciencia y control del movimiento, el uso del espacio, diferentes dinámicas y formas de abordar el movimiento.

Bajo mi guía y supervisión, el objetivo de estas sesiones es crear un lugar seguro donde poder experimentar las posibilidades del cuerpo, la imaginación, la creatividad. Y el objetivo final es ayudar a los asistentes a integrar esta información en su propia danza de manera que las posibilidades corporales y creativas sean infinitas.



# TÉCNICA DE SUELO Y ACROBACIA

En estas sesiones se darán las herramientas necesarias para abordar el trabajo del suelo y acrobacia desde un lugar independiente y creativo. El objetivo es estimular al participante, invitarle a explorar las posibilidades de su propio cuerpo en relación al suelo y en acrobacias, de manera que cada persona pueda adaptar y encontrar caminos que le resulten interesantes.

Así mismo, durante todo este trabajo se propondrán ejercicios y experiencias técnicas que cada cuerpo pueda abordar de la manera más honesta.



# COMPOSICIÓN Y DRAMATURGIA

El objetivo de estas clases es introducir distintas herramientas de composición y dramaturgia en paralelo a una investigación personal, de manera que se estimule la creación y se potencie la motivación de dar vida a una idea. Se abordarán distintos aspectos del proceso creativo de manera que el alumno pueda familiarizarse con él, y dar vida a proyectos propios.

Además otro de los objetivos de estas sesiones es poder debatir sobre procesos creativos y aspectos relacionados, de tal manera que se de voz a los asistentes y se permita el establecimiento de diálogos interesantes con esta idea.

# SESIONES PERSONALIZADAS

(Solo para individual)

Estas sesiones se adaptarán a las necesidades e inquietudes del participante, pudiendo combinar conceptos y herramientas de las diferentes disciplinas e incluso valorando cada situación específica. Para ello se tendrá una reunión previa al comienzo de las sesiones (totalmente gratuita) que permita estructurar y desarrollar el plan específico para el participante, con sus objetivos específicos.

En todo momento, estas sesiones pueden variar e irse ajustando según cada participante, para ello será posible realizar reuniones en cualquier momento del periodo formativo con el fin de dar la mejor experiencia docente posible



## PRECIOS

GRUPO (mínimo 5 personas)

1 actividad/semana (1'5h): 15€

2 actividades/semana (3h): 25€

3 actividades/semana (4'5h): 35€

INDIVIDUAL

1 actividad/semana (1'5h): 20€

2 actividades/semana (3h): 30€

3 actividades/semana (4'5h): 40€

## CONTACTO

*Mónica Arroyo Escribano*

+34 608122254

cia.monicaarroyo@gmail.com

@cia.monicaarroyo y @monicarroyoescribano

<https://cia-monica-arroyo4.webnode.es/>