

ASTRODANZA :

¿Cómo movilizo mis energías? ¿Cuáles son las energías que me mueven?

Irene Mangiarotti y Valentina Prado

¿Cómo movilizar mis energías? ¿Cuáles son las energías que me mueven? El taller de astrología y danza libre, te invita a reconocer corporalmente las 12 energías de la rueda zodiacal, por medio de una práctica de auto-conocimiento en la que experimentarás la corporeidad íntegramente, desde las energías de la rueda astrológica.

CONTENIDO DEL TALLER

Cuerpo y energía han sido compañeras desde tiempos ancestrales. Se han guiado la una a la otra y juntas, se han manifestado.

Hoy, vivimos un contexto en que la corporeidad se ve fragmentada y el conocimiento energético se ve inhibido. Por ello, creamos Astrodanza. Una práctica de auto-conocimiento en la que experimentamos la corporeidad íntegramente, desde las energías de la rueda astrológica.

En la sesión reconoceremos corporalmente las 12 energías de la rueda zodiacal. La sesión tiene una duración de 3 horas cronológicas y para vuestra mayor comodidad y concentración, dividiremos la sesión en dos módulos con un descanso entre medio.

REQUISITOS

- Las ganas de embarcarte en este proceso junto a nosotras y el grupo.
- Un espacio despejado en el cual moverte. No importa que tan grande o pequeño sea, lo importante es que te sientas cómodo en él. Para eso, procura tener una atmósfera agradable para ti (cerrar ventanas para que no haga frío, ventilar, disminuir el ruido exterior, etc.)
- Queremos pedirte que tengas a mano lo siguiente: una vela (cualquiera que tengas), encendedor o fósforos, un vaso con agua, papel y lápiz para escribir, un pañuelo (el más largo y ligero que tengas).

RECOMENDACIONES

- Usar ropa cómoda para moverte (pantalón largo, polera manga corta, polerón, calcetines).
- Además de los materiales para la sesión, tener a mano lo que creas que tu cuerpo pueda llegar a necesitar (botella de agua cerca, pañuelos desechables, cuaderno de anotaciones, entre otras)
- Revisar tu conexión a internet.

- Revisar que los parlantes del dispositivo con el que te conectes estén funcionando óptimamente, si estás cómodo, que tu cámara te enfoque así podemos acompañarte en tu movimiento.

RESEÑA CURRICULAR IRENE MANGIAROTTI:

Facilitadora en Astrodanza y en talleres de astrología. Es Licenciada y Profesora en Artes Plásticas de la Universidad de Buenos Aires, Argentina. Actualmente se encuentra en la investigación de las diversas manifestaciones de las energías astrológicas en el ser social y en la producción artística. Desde el 2013 imparte talleres de Acrobacia Aérea en vínculo con la expresión corporal. Amplía su formación en la carrera de astrología en Casa XI.

RESEÑA CURRICULAR VALENTINA PRADO:

Artista y practicante somática, con experiencia en gestión y mediación de proyectos artísticos-educativos orientados al concepto de corporeización como práctica de transformación social. Entrelaza el arte performance, la danza libre y la escritura creativa como medio para conocer y expresar el cuerpo como territorio de amor, confianza y resiliencia.

Licenciada en Arte (PUC) con diplomado en Danza, Arte y Educación (U. de Chile), capacitada en NeuroArtes para impartir talleres en unidades de salud mental infanto juvenil (Fundación NeuroArtes). Actualmente cursa el programa uruguayo para ser Educadora somática del movimiento en Método Body-Mind Centering.