

# TALLERES PARA ADULTOS

# { TALLER DANZANDO A LOS CUATRO ELEMENTOS }

*"Tú puedes ser ave, nube, sonido, tierra, tambor."*

## DIRIGIDO A

Toda persona adulta que desee explorar mediante el movimiento.

## DESCRIPCIÓN

Cuando contemplamos la naturaleza sentimos distintos estímulos y sensaciones. Al mirar una flor, escuchar el viento, el mar o simplemente calentarnos con el fuego, cambiamos nuestra percepción y nos transformamos. Los elementos: agua, tierra, aire y fuego viven en nuestro interior.

A partir de la relación con cada elemento, este taller propone descubrir nuestros ritmos y movimientos. Creamos el puente para conectar, liberar y transmutar. El tiempo y el espacio se unen en un momento de absoluta plenitud y podemos bailar en libertad.

## OBJETIVO

Explorar y conectar el mundo exterior con el mundo interior. Encontrar un centro, punto cero, desde donde podamos expresarnos y ser libres para crear nuestra propia danza. La danza de todos.

## METODOLOGÍA

El silencio como puerta.  
Respiración y preparación corporal.  
Danzas rítmicas.  
Imagen y movimiento.  
Relajamiento.

## HORARIO

Fechas: 16 enero - 27 Febrero  
Horario: martes de 4:00pm a 6:00pm  
Duración: 7 sesiones

### FACILITADORA

Ana Zavala  
Bailarina y coreógrafa del Grupo Integro.

Ha estudiado artes marciales, danza contemporánea y danza buto, así como danzas tradicionales en India y en el Perú. Su trabajo se basa en la relación de distintas disciplinas del movimiento, performance e interculturalidad. Ha participado en seminarios de danza, encuentros de pedagogía, así como en bienales y festivales de arte internacionales y nacionales. Ha trabajado en la UNAM, Universidad Autónoma de México y ha sido Directora del Teatro de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Actualmente realiza proyectos de arte y danza, talleres y consultorías grupales e individuales.

### INVERSIÓN

S/.525.00

### FORMA DE PAGO

Transferencia o depósito a la Cuenta Corriente Soles BCP 193-1612334-0-01 a nombre de Terapia de Artes Expresivas Perú. Enviar el comprobante a [luciavasquez@taeperu.org](mailto:luciavasquez@taeperu.org) para registrar el pago.

Nota: En caso el participante decida retirarse, después de efectuado el pago y no habiéndose iniciado el taller o curso, la devolución del dinero se verá afectada por cargos administrativos por el 25 % del valor total. En caso haya iniciado el taller o curso, no habrá devolución de dinero.

TAE PERU  
Terapia de Artes Expresivas Perú  
[www.taeperu.org](http://www.taeperu.org)  
Calle Ayacucho 166 Miraflores  
[informes@taeperu.org](mailto:informes@taeperu.org)  
241 4452 - 9872 22555