

o mapa

Obradoiro de expresión corporal e vocal.



O corpo é un territorio.
A voz cóntanos do que nel habita.
A súa cultura, o seu imaxinario.
Perderse nel é atoparse.
Desbloqueando mapa.

O noso corpo reflexa a nosa vida. Observar os seus espazos é un camiño de autoconhecimento. Os sentidos, a respiración, a voz, o movemento e o imaxinario son os vehículos cos que percorrer este territorio que habitamos.

Por medio de exercicios de adestramento actoral buscamos estimular a nosa creatividade, expresarnos a través do xogo teatral e desenvolver a consciencia corporal.

- Respiración.
- Automasaxe.
- Anti-estiramento.
- Movemento consciente.
- Espazo sonoro.
- Consciencia postural.
- Exploración vocal.

MATERIAL

1. Roupa cómoda e manta, calcetíns e auga.
2. Caderno e bolígrafo.
3. Pelota de tenis.
4. Esterilla.

CONTACTO

Paloma Saavedra

Escola Superior de Arte Dramática de Galicia. Interpretación.

Studio Pantheatre de París. Técnica vocal e performance.

661 059 637

p.saavedra.g@hotmail.com