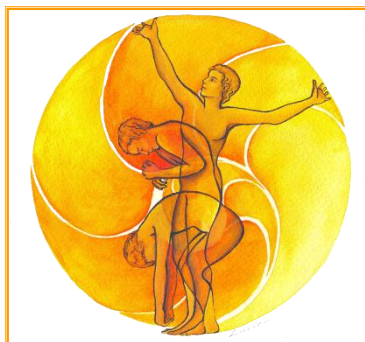


# GESTOS PARA LA UNIDAD



Este curso se centra en el uso de los “**siete enfoques esenciales**” del mapa energético corporal (los centros energéticos o *chakras* más importantes), en combinación con trabajo corporal expresivo y el poder de revelación de diferentes técnicas artísticas como la arcilla, la pintura, la fotografía, la música, la danza o el teatro.

Ahondaremos en revisar y actualizar la mirada sobre nuestro carácter, nuestros patrones y personajes conocidos, desconocidos o ignorados, así como su forma de expresarse en el cuerpo, en las relaciones y en la nuestra vida cotidiana. Esto nos permitirá *poner más luz en donde ahora hay sombra, más calor donde ahora hay más frío, más silencio donde ahora hay más ruido y más unidad donde ahora hay más división.*

En cada encuentro, habrá un tiempo dedicado al aprendizaje de herramientas básicas para conocer la anatomía física y energética de cada centro, saber cómo trabajar para su restauración y equilibrio a través de la conciencia corporal, emocional y el movimiento expresivo. Así, como su potencialidad expresada desde las distintas miradas y lenguajes artísticos.

Se realizarán ejercicios, dinámicas de seguimiento y trabajos de auto-observación entre los distintos encuentros, que permitan mantener viva la experiencia y el compromiso con el proceso.

## CALENDARIO

6-7 noviembre

Introducción: “*Gestos para la Unidad*”

18-19 diciembre

1<sup>er</sup> enfoque: “*Mi historia, mis raíces y mi lugar en el mundo*”

29-30 enero

2<sup>o</sup> enfoque: “*Mi sexualidad y mis relaciones con los demás*”

19-20 febrero

3<sup>o</sup> enfoque: “*Mis emociones en estado puro*”

5-6 marzo

4<sup>o</sup> enfoque: “*El amor como camino de expresión*”

16-17 abril

5<sup>o</sup> enfoque: “*La comunicación, la expresión y la creatividad personal*”

14-15 mayo

6° enfoque: “*La mirada interna. Camino y propósito*”

18-19 junio

7° enfoque: “*La atención plena y el centramiento*”

2-3-4 julio

Cierre residencial en lugar a determinar

“*Cerrar el círculo- Gestos para la Unidad*”

### HORARIOS

Sábados de 10-14h y de 16-20h

Domingos de 10 a 14 h

**Total horas:** 120 horas presenciales con el residencial incluido, más un variable de 100 horas de prácticas de trabajo personal y ejercicios de seguimiento supervisados no presenciales.

**Requisitos:** Llamar para solicitar esta información

## PRECIO

El curso completo se compone de un total de ocho encuentros intensivos de fin de semana, más un residencial que se realizará en la naturaleza en un lugar a determinar

Para cuidar del proceso completo se priorizará a aquellas personas interesadas en el desarrollo del ciclo completo.

**Precio de los intensivos: 150€** (alojamiento del residencial no incluido)

**Precio del curso completo: 1.350€**

\*El precio incluye los materiales de trabajo, la entrega de material didáctico, dinámicas de seguimiento personal y entrevista individual de seguimiento.

Al finalizar curso, y siempre que se haya completado la asistencia al ciclo completo, se entregará **certificado de asistencia** de “*IN CORPORE- Escuela de Formación Corporal y técnicas integrativas*”.

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

[www.centroabierto.es](http://www.centroabierto.es)

Telf: 91 561 90 07