

# *Danza Contemporánea*



*"La danza es el lenguaje secreto del alma."*

*Martha Graham*

## DESCRIPCIÓN

El curso de Danza Contemporánea es un taller que a través de la práctica introduce a los participantes en el mundo moderno de la danza.

Nuestro objetivo será proporcionar una base a los alumnos y alumnas para que poco a poco puedan ir adquiriendo un control corporal fundamental para la danza y una forma de moverse estilizada.

Las técnicas que se deben aprender para tener una buena base en la danza contemporánea son las de las coreógrafas: Isadora Duncan, Loïe Fuller, Martha Graham y Pina Bausch entre otros/as, que se han de conocer para su aplicación directa en las coreografías.

## NIVEL

Iniciación.

## CURSO

### TÉCNICAS DE DANZA MODERNA

- Coreografías
- Aprender a improvisar
- Explorar movimientos.

### ENTRENAMIENTO

- Trabajo de suelo.
- Diagonales.
- Técnica de giros
- Caer al suelo sin lesionarnos.

- Pasos para coreografías.
- Bailar solo / en pareja / en grupo.

## ESTILOS

- Jazz
- Coreografía para musicales
- Lírico
- Neo – clásico : Fusión de danza clásica & Contemporáneo
- Técnica Graham, técnica Limón, técnica Cunningham.



## OBJETIVOS

- Proporcionar una base de la técnica de la danza contemporánea de modo que los alumnos y alumnas puedan adquirir unos conocimientos firmes tanto prácticos como teóricos.
- Trabajar la coordinación, y la disciplina física y mental que se requiere para todos los conocimientos de la danza.
- Aprender coreografías yendo de las más simples a las más complejas para que los alumnos y alumnas puedan ir asumiendo nuevos retos y profundizando en el arte de la danza.

- Dotar a los alumnos de herramientas técnicas para que puedan ser cada vez más autónomos como bailarines/as y creadores/as.
- Fomentar la búsqueda de un estilo propio y personal de cada alumna/o, ayudándoles a trabajar a través de su propia creatividad.

## ESTRUCTURACIÓN

Las clases comenzarán siempre con distintos calentamientos y estiramientos que nos ayudarán a no lesionarnos y a preparar el cuerpo. A continuación trabajaremos algunos ejercicios de técnica para acondicionar el cuerpo a un movimiento y estilo concreto. Por último, se montarán coreografías en función del momento del año y técnica que estemos trabajando. Cada vez iremos haciendo la coreografía más compleja en función del nivel de la clase. Al final de curso, cada alumna (sola o en grupo) podrá montar un fragmento de coreográfico en función de lo aprendido.

