

Como parte de los talleres especiales que imparte Casa del Lago *Juan José Arreola*, se llevará a cabo el programa

Encuentro con la gravedad

que comprende los cursos de danza

Flying Low y Danza contacto

, a cargo de Cristina Baquerizo, a realizarse del 9 al 13 de agosto; así como

Diksha y Meditación

, a cargo de Leonardo Rey, que tendrá lugar del 16 al 20 del mismo mes.

Casa del Lago invita a un *Encuentro con la gravedad*

***Talleres especiales de danza: *Flying Low y Danza contaco*,
así como *Diksha y Meditación***

****Del 9 al 13 y del 16 al 20 de agosto**

*****Dirigido a bailarines y público en general**

******Inscripciones abiertas**

Como parte de los talleres especiales que imparte Casa del Lago *Juan José Arreola*, se llevará a cabo el programa

Encuentro con la gravedad

que comprende los cursos de danza

Flying Low y *Danza contacto*

, a cargo de Cristina Baquerizo, a realizarse del 9 al 13 de agosto; así como

Diksha y *Meditación*

, a cargo de Leonardo Rey, que tendrá lugar del 16 al 20 del mismo mes.

La finalidad del programa *Encuentro con la gravedad* es introducir a bailarines y actores a la danza de contacto y la técnica de piso (*Flying Low*). Se dirige a aquellos interesados en explorar las posibilidades infinitas de potenciar el cuerpo y exponerlo en su totalidad espacial a formas no convencionales, al rebasar las técnicas tradicionales de movimiento. Y, para llegar a una conjunción entre la relajación física y mental, se complementa con *Diksha* y *Meditación*, lo que lleva a alcanzar el pleno dominio del cuerpo por medio de la regulación de la energía.

Se explorará la técnica *Flying Low*, desarrollada principalmente en Europa y que comienza a incursionar en Latinoamérica. Tiene bases de danza contemporánea, pero se enfoca más en el contacto del piso y la gravedad del bailarín. Esta técnica se conoce poco en México y casi no hay lugares donde se pueda practicar.

De acuerdo con Priscila Hernández, coordinadora de dichos talleres, el curso de *Flying Low* se complementa con una clase de meditación, pues han descubierto que se crea un contacto con el subconsciente, el cual debe mantenerse para el mejor manejo del cuerpo. Con duración de dos horas, cada sesión dedicará una hora a la meditación. También se trabajará con los siete chakras o siete centros de energía en el cuerpo humano.

El taller de *Flying Low* se dirige principalmente a grupos dancísticos o compañías profesionales de danza. La intención del curso es que los profesionales del movimiento del cuerpo tengan más herramientas de trabajo, conozcan más la gravedad y su cuerpo para romper algunas barreras de movimiento.

Para la segunda semana, el taller de *Diksha* o *Contact improvisation* estará dirigido no sólo a los bailarines profesionales sino al público en general que disfrute del baile. También se complementa con una clase de meditación.

En este taller la meditación también es complementaria y muy importante. Puede ayudar en cuestiones profundas, como apoyo en tareas como audiciones, por la relajación y seguridad que aporta.

La instructora del curso, Cristina Baquerizo, señaló en entrevista que el trabajo con los alumnos se realiza lo más personal posible. Por ello, los grupos no serán mayores a 20 personas.

Explicó que la técnica que trabajará será a partir de la sensación para llegar desde ahí a las diferentes formas, tal y como la danza. Indicó que el taller de *Flying Low* va dirigido a profesionales que trabajan con el cuerpo, como bailarines o maestros de yoga, ya que se trata de ejercicios fuertes, aunque todo a nivel de piso.

En primera instancia, se utilizarán patrones de movimiento simples, que involucran la respiración, velocidades, suspensión y el *release* de energía desde el centro a partir de las articulaciones. Se pondrá énfasis en los diferentes apoyos que el cuerpo utiliza para entrar y salir del piso más efectivamente, e integrar de manera progresiva el vértigo de saltos acrobáticos.

Para el segundo curso no se necesita ser profesional, sólo tener algunas bases y lo puede hacer cualquier persona. En este taller, abundó, se recibirá el *Diksha*, una manera a través de la cual la divinidad puede alcanzar a la humanidad, un regalo, una bendición de gracia, una transferencia de energía que actúa en el cerebro, espina dorsal y chakras.

Baquerizo contó que en su experiencia al impartir este curso los alumnos avanzan en su técnica y su reacción es muy buena. Se mostró satisfecha por la incursión de esta técnica en Latinoamérica, pues es la vanguardia en cuanto al movimiento corporal. “Es una oportunidad de aprender una herramienta más para el trabajo cotidiano en su profesión, sobre todo a artistas escénicos”.

Detalló que la técnica *Flying Low* la desarrolló el venezolano David Zambrano en Estados Unidos y Europa, donde ya se practica en casi todas las compañías de danza.

Cristina Baquerizo estudió varias técnicas de danza contemporánea en Ecuador, Cuba y Argentina. Su inclinación es hacia el *release*, *flying low*, *contact improvisation* y *Alexander*, pero se interesa en técnicas como el *butoh* y *feldenkrais*, entre otras.

Recientemente participó con Amalgama en el Festival Internacional de Contact Improvisation en Freiburg Alemania. Actualmente da clases de *flying low*, *release* y *contact improvisation* en el Instituto ISPADE y La Fundación Humanizarte.

Las clases de Flying Low y Danza contacto estarán a cargo de Cristina Baquerizo, del 9 al 13 de agosto; y las de Diksha y Meditación, a cargo de Leonardo Rey, del 16 al 20 del mismo mes.

Las inscripciones están abiertas y el costo por cada taller es de mil pesos, o mil 800 para asistir a ambos. Para mayores informes comunicarse al teléfono 4605 9913, y al 0445510 081022, o al correo electrónico revesagency@gmail.com. Las clases se impartirán en el salón Rosario Castellanos de Casa del Lago Juan José Arreola, ubicada en el Antiguo Bosque de Chapultepec, 1ra sección.