

**Nivel.-** No se precisa ningún conocimiento de baile.

**Vestuario.-** Ropa cómoda. No es necesario calzado profesional.

### Inscripciones:

**Asun 653 820 138**

[espacioadali@gmail.com](mailto:espacioadali@gmail.com)

Aportación: 100 €  
Reserva de plaza: 50 €

Más Información en:

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



Imparte.- **Carlos Sepúlveda.** Es psicólogo, con formación en Análisis Bioenergético. Ha recibido cursos de Técnicas Psicofísicas a través de la Danza en Río Abierto de Buenos Aires (M<sup>a</sup>. Adela Palcos) y Danza Vivencial (Víctor Orive).

Ha estudiado Baile Flamenco con Andrés Marín (padre e hijo) entre otros. Asistió a seminarios sobre Teatro (Proexdra) y Dramatización Gestáltica (La Montera).

Profesor de baile flamenco desde 1990, imparte desde 2003 el taller de "Autoestima Flamenca" a Asociaciones de Mujeres, a personas de la Tercera Edad, de barrios marginales, Mujeres Víctimas de Malos Tratos, en zonas rurales, Colectivos de Inmigrantes, personas con psicosis, profesionales de la salud y de la educación y a personas interesadas en el Flamenco y el Crecimiento Personal, en Sevilla, diferentes puntos de Andalucía, Cataluña, Alicante, República Checa, Argentina y Turquía.

Ha presentado diversas ponencias en Encuentros, Congresos y Jornadas. Es coautor del libro 'Los caminos Terapéuticos del Flamenco'. P Ha participado en numerosas entrevistas y reportajes sobre su trabajo en varios medios de comunicaciones locales, regionales, nacionales e internacionales (prensa, revistas especializadas, radio, televisión e Internet.

Artista multidisciplinar, ha bailado en Andalucía, Cataluña, Marruecos y Turquía; ha realizado multitud de presentaciones en público de sus alumnas/os , conciertos didácticos, ha dirigido un Coro Flamenco, ha actuado y colaborado con grupos de Teatro de Calle; ha escrito relatos y guiones de teatro infantil y para adultos.

# TALLER AUTOESTIMA FLAMENCA



**23 y 24 de Abril 2016**

**MADRID  
Metro Antón Martín**

## Contenidos

**El Flamenco no pertenece tan sólo a l@s artistas.**

**La gracia está dentro de todas las personas.**

**El Baile de Fiesta puede aumentar nuestra vitalidad y autoestima.**

**Regálate la oportunidad de cultivarlo.**

\* Desde el **Cuento “La mujer de los cabellos dorados”** de Clarisa Pínkola Estés, mediante juegos y dinámicas de grupo basadas en el baile flamenco, perseguimos:

- sacar a la luz lo que mantenemos escondido y que no merece ese lugar, nuestro artista interior, nuestra esencia.

- Usaremos distintas músicas flamencas, especialmente de fiesta (Tangos y Bulerías) para empoderarnos y aprender a manejar la vergüenza y el pánico escénico.

- El conocimiento de nosotras mism@s y la autoaceptación.

- La comunicación, confianza y apoyo grupal.

- La energía vital en términos de fluidez, asertividad, autocontrol y expresión.

- Nuestras condiciones de agilidad, flexibilidad y sentido del ritmo.

El Flamenco es un arte que, cuando pellizca, siempre nos llama para vivirlo más.

Su baile ofrece una inmensa variedad de posibilidades de expresión y nos aporta enormes beneficios a nivel físico, cognitivo y emocional.

Sin necesidad de ser profesionales, podemos trabajar determinados aspectos que contribuyen a nuestro desarrollo personal, lo cual influye en nuestra vida cotidiana y en una mejora de nuestra autoestima.

Aprenderemos el compás y pasos sencillos que nos permitan participar en una fiesta a través de juegos que, al mismo tiempo, nos ayudarán a superar inhibiciones dañinas en nuestra expresión y en la comunicación con otras personas.

