

ESTADA COS, DANSA I NATURA

Taller

L'eina bàsica del taller és el cos i el moviment creatiu en l'espai natural, basant-se en la tècnica d'improvisació Amerta Movement, del mestre Suprpto Suryodarmo. Com influeix l'entorn en els nostre moviment? Quines possibilitats creatives hi trobem? Com incorporar la natura com a vehicle d'expressió? Ens permetrem, doncs, descobrir la dansa en la seva vessant més lliure i creativa.

Preparem el cos per anar a treballar a l'exterior, buscant un cos permeable (entre el nostre interior i l'exterior que ens envolta), on hi confluiran aspectes de la dansa contemporània i de la DMT (teràpia a través del moviment i la dansa).

Escoltarem diversos espais naturals amb l'arbre com a principal protagonista i company de diàleg (arrels, tronc, fulles, flor i llavor) i observarem com ens ressonen, motivant diferents qualitats de moviment i diferents imaginaris i vivències. Crearem un diàleg amb la natura que ens mourà tan físicament com internament. Sempre des de la cura i el respecte.



Horaris

Dilluns:

17h. Benvinguda i acomodació

18 a 20h. Pràctica introductòria

21h. Sopar

Dimarts:

9h. Esmorzar

10h-13.30h. Pràctica 1 i 2

14h. Dinar

16.30-18.30h. Pràctica 3

19.30-21h. Pràctica 4 (la foscor)

21.30h. Sopar

Dimecres:

9-10h. Esmorzar
10-13.30h. Pràctica 5 i 6
14h. Cloenda i dinar

*L'horari pot modificar-se lleugerament en funció de la dinàmica grupal i les condicions meteorològiques.

Transport

En vehicles particulars: l'organització facilitarà i gestionarà la possibilitat de compartir cotxe.

En transport públic: autobús que parteix de l'estació del Nord de Barcelona.

El punt de trobada serà Burg.

Àpats

Estan **coberts tots els àpats** des de dilluns sopar fins el dinar de dimecres.

Oferim menjar ecològic, local i de temporada, amb opció vegetariana i altres especificitats requerides pels participants.



Acompanyants dels talleristes

Seràn benvinguts els acompanyants! Se'ls facilitaran excursions i altres propostes per a gaudir de l'estada. La Solana de la Coma de Burg és Punt d'Informació del Parc Natural de l'Alt Pirineu.

L'entorn

Som a la comarca del Pallars Sobirà, municipi de Farrera i concretament al poble de Burg (de 21 habitants al hivern però que és triplica en època de vacances).

Estem situats dins el Parc Natural de l'Alt Pirineu. Un paratge de gran bellesa on la natura n'és la principal protagonista. Vestint de blanc el fred hivern, d'espectaculars colors la tardor, de flors i vida la primavera i de calor i fruits vermells a l'estiu. Un entorn on és difícil no escoltar el ritme de la natura i deixar a un calaix el brogit de la ciutat. Un lloc de rius, prats i bestiar; d'ermites i saviesa, de muntanyes i cels immensos.

[Farrera \(Google maps\)](#)

És un poble petit que no disposa de bar ni botigues, per tant, caldrà portar tot el necessari.

Aconsellable dur en l'equipatge una llanterna o frontal i alguna roba d'abric.

Les propostes de sala es realitzaran al Espai Dansa Natura i les propostes creatives a l'entorn natural de Burg i Farrera.

Allotjament:

A cases rurals del poble de Burg, en habitacions compartides de 2 a 4 persones. A 2 minuts de l'Espai Dansa Natura a peu. (Reservem 4 places amb un allotjament més senzill i econòmic).

Preus:

Preus: Taller: 72€; Preu de tota l'estada: 180€ (inclou el taller més pensió completa de dos dies)

Informació i inscripcions: info@dansanatura.com o al tel. 652214161



www.dansanatura.com