

Taller de Clown “Dejarte SER”



Módulo 1 y 2

Primer trimestre:

Octubre a Diciembre

Módulo 1: Miércoles de 17h a 19:30h

Módulo 2: Jueves de 19h a 21:30h

Sala Kontainer

c/ Jon Arróspide, 11

Deusto (Bilbao)

Info y reservas: 699050901 (Cristina)

Dirige el taller: Cristina Calvo
Actriz, Payasa y Arteterapeuta Gestalt
www.heyokaclown.com

HEYOKA
CLOWN

Sobre el taller....

El arte clown como un ejercicio de dejarse sentir, de abrir el corazón y rescatar nuestra creatividad e inocencia

Es una taller en el que no se enseña solo técnica, si no que contempla al ser humano en todo su conjunto: cuerpo, mente y “lo que no se ve pero se percibe”. Un espacio de exploración personal a través del arte y la creatividad

Aunamos el conocimiento de clown y escénico con el Arteterapéutico Gestalt para entrar en el estado clown (creatividad genuina) dentro de un espacio libre de juicios donde puedas descubrirte desde la libertad de Ser tal cual eres

Esta visión humanista del clown nos ayuda a liberar lo que hay dentro y a permitirnos conectar con nuestras emociones.

Acompañando a las personas para que puedan soltar, liberarse y permitirse descubrir su creatividad e inocencia.

Celebrar SER tal y como somos. Compartir desde nuestra parte más genuina dentro de un espacio protegido, Una tribu en la que te puedas celebrar por todo lo que eres

Autenticidad y Presencia

Todas las personas tenemos un clown maravilloso dentro de nosotros. Payaso es el ser más creativo y libre que nos habita. Descubrirlo trae consigo mucha libertad e unión interna pero también nos confronta a nuestros miedos

Tenemos la experiencia con grupos desde el 2013 y en todos ocurre; el trabajo que hacemos ayuda a soltar el control; te relajas y brillas. Empiezas a ser más de verdad, dejas de actuar, a permitirte conectar con lo que sientes, no hay finalidad simplemente dejarte SER en el aquí y el ahora. Ya no estás pensando, solo estás dejando que la creatividad, la energía de vida pase por tu cuerpo. Solo fluyes. No hay esfuerzo por hacer, simplemente eres. Y en ese momento solo hay presencia, disfrute y libertad. Ahí aparece este héroe/heroína que se llama Payaso.

Mi trabajo es acompañarte en este viaje desde una mirada amorosa. Para que puedas verte, sentirte acogido, bajar el ruido del juicio, la comparación, los “no puedo”, el creer no ser suficiente, la exigencia, el miedo a no ser aceptado....etc y finalmente dejarte ver de verdad, libre, sin tanta máscara social.

“El clown es el SER que nos permite ser alguien más siendo mas nosotros mismos”

Módulo 1: Un viaje para descubrir a tu payas@

Este apasionante viaje lo hemos dividido en dos cursos en sesiones semanales de dos horas y media de octubre a junio . Cada curso de octubre a junio se divide en 3 trimestres. Los trimestres son independientes entre si, puedes hacer 1, 2 o los 3 seguidos que es lo más recomendable

Curso 1 Dejarte SER / Miércoles

- Octubre a diciembre: “ **Autenticidad**”. Desarrollar la confianza en un@ y espacio de juego (grupo)
- Enero a marzo: “**Clown y Emociones**”. Descubrir la expresión de las emociones que te habitan y aprender a improvisar con ellas
- Abril a Junio: “**El arte de improvisar**” Aprender a improvisar desde la emoción, la acción y el darse permiso para habitar el vacío. La escucha y el trabajo colectivo



Módulo 2: Un viaje para Profundizar en tu payas@

Para hacer el módulo 2 es necesario haber hecho el módulo 1 o al menos una parte. Si no has hecho ninguno de esto y tienes experiencia en clown y estás motivad@ para participar después de una entrevista se valorará si se puede hacer el módulo 2 directamente.

Curso 2 Dejarte SER / Jueves de 19h a 21:30h

- Octubre a diciembre: “ **Presencia**”. Desarrollar la confianza en un@ y espacio de juego (grupo). Así como el trabajo de permitirse sentir, expresar y amplificar las emociones. Y el desarrollo de la improvisación desde el vacío de “no saber”
- Enero a marzo: “**La poética del clown**” .Desarrollar el universo único de cada payas@ con materiales, vestuario, música y dinámicas de duo, trio y grupal. Se trata de descubrir la especialidad de cada payas@
- Abril a Junio: “**Creación**” Crear una puesta en escena basada en improvisaciones colectivas



Clases abiertas con Público

Se trata de clases en las que se invita a público para que estén presentes en una clase. No se trata de un espectáculo ni nada preparado con antelación. Se trata de abrir las puertas a otras personas a que asistan como público a una clase. Su función es esencial en la formación ya que ofrece la experiencia de ser vistos en un entorno mas amplio favoreciendo la expresión y el crecimiento de las personas que asisten al curso.

Se ofrece así un espacio de disfrute y de compartir para explorar desde la espontaneidad y la inocencia. Es una clase de disfrute, de mucho cosquilleo, donde se mueve la energía necesaria para que “Hacer el idiota” sea una expresión de libertad, del derecho del disfrute y la convivencia sin las etiquetas que nos ponemos fuera.

En las clases con público todo se refleja y aprendemos a reírnos de nosotr@s mism@s, de los miedos que nos vienen a buscar cuando nos ponemos en contacto con el alma de otro ser humano



Tarifas:

- Pago trimestral: 240€/trimestre.
- Puedes pagar mensualmente: 85€/mes con el compromiso de abonar todo el trimestre aunque no puedas continuar el taller
- Puedes venir a probar la primera sesión sin compromiso de continuidad. La sesión tiene un coste de 35€. En el caso de continuar , se descontaría del precio total



Quien dirige el taller...

Cristina Calvo Revilla. Actriz, Clown, Exploradora, Arteterapeuta Gestalt y muchas otras cosas que me quedan por descubrir. Apasionada en la búsqueda del placer en escena. Mi trabajo se basa en la sencillez, la complicidad y el placer en la exposición al público.

Actriz, porque mi trabajo está enfocado en despertar la imaginación del espectador dando lo mejor y más auténtico de mis capacidades. Mas de 15 años de experiencia escénica en diversos escenarios, salas, calle, café teatro, barrios marginales y festivales internacionales en Francia, Polonia y Alemania.

Clown, porque amo la filosofía del “Arte de hacer Reír” que se basa en utilizar los errores para conseguir el éxito. Una parte de mi formación fue en la escuela de teatro de Philippe Gaulier y en la escuela de Samovar en Paris

Exploradora ,porque cuando logras transmitir lo que sabes a otras personas, crezco yo, ellas y el mundo que nos rodea. Me formé en pedagogía de la expresión dramática. Mas de 15 años de experiencia impartiendo cursos a adultos , niños, adolescentes y personas con diversidad funcional

Creadora del proyecto Heyoka Clown . Arte y Desarrollo personal
(www.heyokaclown.com)

Arteterapeuta Gestalt, 3 años, formada en el centro de Argían (Bilbao)



Informacion y reservas:

hola@heyokaclown.com

699050901

HEYOKA
CLOWN

