



# DANZA ORIENTAL CONSCIENTE Y EMBARAZO

*Con Marisol Díez*

SÁBADO 13 DE NOVIEMBRE

## DIRIGIDO A:

- Profesoras de danza que tengan mujeres embarazadas en sus clases.
- Profesionales de la salud que estén vinculadas/os al acompañamiento de las mujeres durante el embarazo, parto y posparto
- Mujeres que estén embarazadas o hayan pensado en la posibilidad de estarlo en un futuro

## OBJETIVOS:

- ✓ Compartir con las mujeres una sesión de trabajo corporal amable, placentera, y sencilla que les invite a recuperar la movilidad y la confianza en sus caderas, su suelo pélvico, su útero, sus piernas, sus pies... sus raíces.
- ✓ Dar a conocer a los profesionales de la salud y el ejercicio físico los **conceptos teóricos y prácticos básicos de la danza oriental**, y cómo y de qué manera puede resultar un instrumento muy interesante a utilizar en los grupos de preparación al parto, posparto, e incluso en el propio parto.
- ✓ Introducir y dar a conocer **otros instrumentos de trabajo**, procedentes en este caso de las técnicas empleadas en **psicoterapias corporales (bioenergética, gestalt,...)** y que empleados de manera adecuada facilitan el encuentro grupal y ayudan a crear un espacio en el que las mujeres puedan expresar y compartir sus emociones preparándose al momento de dar a luz.

## METODOLOGÍA:

Los contenidos del taller se irán desarrollando principalmente por medio de ejercicios prácticos, aunque también habrá un espacio para la reflexión y la recogida de lo sentido.

**HORARIO:** de 10:00h a 13:00h y de 15:00h a 18:00h

**PRECIO:** 90€

**LUGAR:** ANUKA , C/ Bretón de los Herreros ,17  
<M> Fontana. BARCELONA

**CONTACTO:** Susana 617811833 [asussa1@yahoo.es](mailto:asussa1@yahoo.es)

**MÁS INFORMACIÓN** :<http://danzaorientalconsciente.blogspot.com/>

