

Método TBF

Touch... Bones... Fly

Del toque al hueso, del hueso al vuelo

Clases semanales

El método Feldenkrais trae más conciencia de ti mismo, usando el movimiento. Se puede explorar el movimiento de manera grupal (guiado por la voz) o en sesión individual (guiado por el toque).

Te ayuda a entender cómo funciona el cuerpo y los movimientos en él.

La relación con la gravedad y la biomecánica interna en relación a tus intenciones.

Se descubre de manera fina cómo cada uno de nuestros movimientos se organizan.

Como todo se organiza en el "pre-movimiento".

También entenderás más cosas de ti, en relación a cómo te usas cuando quieres algo.

Uno de los ingredientes que es muy importante en lo que se explora en estos espacios es *el toque*.

Desde el método Feldenkrais y la osteopatía iremos a leer el cuerpo del otro a través del toque.

Cómo abrir nuestra conciencia al otro y aprender de nuestras diferencias.

Aprender a escuchar sin buscar cambio alguno en el otro es un camino de transformación tanto para el que recibe como para el que da.

Desde este dialogo de la mano al esqueleto, entramos en movimiento. ¿Dónde esta en ti esta pasarela del movimiento a la danza? ¿En qué momento un gesto se vuelve danza?

Desde la conciencia más fina de ti mismo iremos desarrollándonos y desplegando el cuerpo en el espacio, el ser en su esencia.

Son herramientas que permiten a alguien novato y a alguien que ya tiene nivel, de poder seguir descubriendo maneras de entrar en su danza. Usamos la improvisación y pautas que permiten a cada uno recrear nuevos patrones de sus movimientos bailados.

Entregar todo lo que sé y lo que me queda por descubrir es parte de este viaje que os propongo. - Samuel Letellier -

Samuel se formó en danza en los conservatorios de Tours y el superior de París.

Comenzó a formarse a las 12 años y su carrera profesional se desarrolló durante 14 años.

Se formó en método Feldenkrais y se dedicó a ello desde el año 2012.

Enseña el método de forma individual (en camilla), en clases semanales y talleres.

Colabora en varios programas de formación (danza, teatro, música): en el Institut del Teatre, con músicos del Conservatorio Superior de Madrid, con actores de la Escuela-Laboratorio de Jessica Walker, en varios contextos cerca del Flamenco, en una escuela de bellas artes en Guangdong (China), en varios festivales de Ecstatic Dance y 5 Ritmos, festival de Contact de Ibiza.

Desde 2020 se está formando en la escuela de Psico-Osteopatía EMPO en Barcelona.

TBF ha nacido de la suma de todas sus vivencias y aprendizajes, donde cada técnica nutre a las demás.