



Soltura en las caderas Potencia de la pelvis!

Un nuevo ciclo de clases online con Samuel.
Esta vez la propuesta se enfocara en un viaje adentro de la pelvis...

Un lugar tan importante si pensamos en el desarrollo motor del ser humano.
La pelvis, un espacio, un volumen donde tenemos nuestra huella esencial de nuestro ser.
Pensando en ella, es imposible no conectar con nuestra sexualidad, con nuestra identidad, con nuestra madre, nuestras raíces. El recipiente de nuestra esencia vital.

El lugar donde me asiento en mí.
En francés, hay una expresión que es "être bien dans son assiette". L'assiette es un plato pero también en el mundo ecuestre es la postura sentada en el caballo. "Estar bien en su asiento", que usamos para decir estar de buen humor...
Cómo cuidar la postura sentada, el apoyo.

A través de este ciclo, iremos jugando en este eje entre la potencia de la pelvis y la agilidad que nos ofrecen estas articulaciones esféricas de las caderas...

Este horario el año pasado era un horario de ciclo "avanzado" y hemos disfrutado mucho de :

- aportaciones de anatomía
- Lecturas de textos
- Videos paralelos
- Trabajo de feedback personal
- Algunas clases mas complejas (realización de los movimientos)

Y lo vamos a seguir nutriendo y disfrutando...

Os espero en la aula...
Cualquier pregunta, no dudéis en preguntarme...
Un abrazo
Samuel, Zamuuuuuu para los íntimos

8 clases los lunes por la noche a las 19h (hora Barcelona) : 90 euros pagables en dos veces