

# SEMINARIO/TALLER CUERDA LISA DINAMICA



**JOSE.CERE**

Acrobacia aérea

Cuerda lisa

Santiago, Chile

Buenos Aires, Argentina

# CUERDA DINAMICA SEMINARIO

## OBJETIVOS

- Entregar técnicas dinámicas y equilibrios en cuerda.
- Compartir herramientas de preparación física con proyección a la acrobacia aérea.
- Trabajar desde la amplitud del cuerpo, utilizando elongaciones específicas a la técnica.

## METODOLOGIA

- Musculación con bandas elásticas, rotaciones y fuerza.
- Proyección y amplitud del cuerpo.
- Elongación específicas a la acrobacia aérea.
- Elongación activa destinada a figuras en la cuerda.

## METODOLOGIA EN EL AIRE

- Potencia con ejercicios dinámicos.
- Equilibrios en la cuerda.
- Búsqueda de desequilibrios y tránsitos a movimientos dinámicos.
- Frases con contenido dinámico y equilibrios.



## CONTACTO

Jose Cereceda Cáceres 

jose.cere 

jocerecedac@gmail.com 

+569 8582 9075

## BIOGRAFIA

Jose es especialista en técnica de cuerda y cintas con formación en Buenos Aires con los profesores Alejandro Alarcón, Ileana Pastorino, Andrés Elencwajg. Trabaja en el proceso creativo de memoria de la compañía Suspensión Horizontal durante el año 2014. Presenta en el mismo año en la Convención Nacional Chilena de Circo y Arte Callejero. Buscando ampliar la investigación sobre el lenguaje corporal busca profesores y espacios donde poderformarse en Buenos Aires desde febrero del 2016, sobre todo perfecciona la técnica en la Cuerda Lisa. Comó último trabajo en proceso, presenta su número en el 4ºencuentro de cuerda lisa en Rosario, Octubre del 2017. Con interés en danza y constante búsqueda de un lenguaje propio. Dinamismo, vértigo y equilibrio como consignas de trabajo y creación.



CUERDA  
VERTIGO

# AERIAL ROPE

01.01.18

CUERDA  
LISA

**JOSE.CERE  
CIA DE PÁSO**

