



Charo Santamaría

LA VOZ CORPORAL

SOBRE MI

Energética, positiva y extrovertida, Charo Santamaría es licenciada en dirección escénica y actriz, con veinte años de experiencia que la llevan a formarse y trabajar en España, Italia, Austria, Reino Unido y USA, especializándose en teatro físico y voz. Su trabajo en la dirección es reconocido por su enfoque joven, físico, cinematográfico y visual. Enfocada a llevar su conocimiento más allá del escenario, sus talleres están enfocados para nutrir de creatividad y seguridad a todos sus participantes.

OBJETIVOS GENERALES

- Romper estereotipos y superar inhibiciones que nos impiden disfrutar de nuestro cuerpo y nuestra voz.
- Mejorar la comunicación y la autoestima.
- Liberar tensiones corporales y vocales.
- Coger confianza al hablar en público.
- Aprender a utilizar el cuerpo y la voz desde el mínimo esfuerzo y máximo rendimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer y adquirir herramientas de relajación corporal a partir del conocimiento del propio cuerpo para integrarlas en nuestra vida diaria.
- Aprender a escuchar nuestro cuerpo y la relación con nuestra voz.
- Combinar la conciencia del cuerpo y la voz para ayudarnos a evitar tensiones y darnos seguridad en nuestros actos cotidianos y profesionales.
- Favorecer tanto nuestra comunicación verbal y la no verbal.
- Empezar a ser conscientes de la conexión cuerpo-voz.

DESCRIPCIÓN

En el trabajo del actor el cuerpo es tan importante, como la voz y la interpretación. Pero, el cuerpo no solo es importante para el teatro, la danza o cualquier arte escénico, es imprescindible en nuestra vida diaria en la cual el stress y los malos hábitos hacen que el cuerpo se tense, duela... y todo esto, afecta a la voz. Debemos comenzar a conocer nuestro cuerpo, aprender a escucharlo y entender lo que nos dice, a relajarlo y a encontrar la energía que fluye por él para utilizarlo en nuestro beneficio, a ser conscientes del mismo y en su relación con la voz y la respiración. Para conseguirlo trabajaremos varias técnicas occidentales y orientales fusionadas en nuestro provecho y que harán este viaje mucho más sencillo.

Este curso va dirigido a toda persona que tenga dificultad en expresarse. Es ideal para profesores, conferenciantes, comerciales... y para adolescentes, al ayudarles a expresarse, a potenciar la comunicación y a conocerse a sí mismos, dándoles seguridad.

CONTACTO

xarosantamaria@gmail.com
www.charosantamaria.com