



ESPA C I O
MOVIMIENTO
CONTINUO



Ser Siendo Danza

Laboratorio de Investigación-Acción en movimiento

Teórico | Práctico | Vivencial
www.espaciomovimientocontinuo.com.ar
@espacio.movimiento.continuo

Tu danza existencial (...)



Ser Siendo Danza

¿Qué vas a encontrar?

Un encuentro para el despliegue de tu propia danza

Explorarte (...) escucharte

Pasar por el cuerpo, encarnar

Entramar, entrelazar

Espacios de crear en lo cotidiano

Para amantes de los procesos de indagación

La danza como práctica cotidiana para promover el encuentro con lo propio, desde la escucha del sí-mismo

La propuesta es acompañarte a desplegar tu propia búsqueda: explorarte a través del hacer-ser danza hoy. Investigar e investigarte en movimiento, poniendo en acción aquello que aparece, dando lugar, visibilizando y ampliando tus recursos expresivos y perceptivos.

El proceso se desarrolla en espiral: todo el material queda disponible en la plataforma para que puedas consultararlo y revisitarlo cuando lo necesites.

Enfoque Gestáltico & Danza Movimiento Terapia.

Este espacio es recomendable si:

- Buscas **complementar tus clases**/mirada sobre la danza
- Sos docente y te gustaría **ampliar recursos**
- Buscas un **espacio personal de indagación** de tu propio movimiento
- Para **enriquecer** tu proceso creativo
- Buscas un espacio de **autoconocimiento a través de la danza y el movimiento**, para luego poner en manifiesto en el crear
- **Si te gusta leer/escribir/explorar/**sobre la danza
- **Si te encontrás en un punto de quiebre**/estancamiento/indagación sobre la danza
- Si consideras que los **procesos necesitan un tiempo de decante** y te interesa realizar este camino

No sugerido el espacio si:

- Buscas aprender un estilo definido de danza
- Si buscas un espacio sólo práctico y vivencial, ya que trabajaremos con amplio material teórico
- Si buscás un proceso rápido/express

Ejes

Proceso Octogonal

I UMBRAL

II PENSARSE SIENDO CUERPO

III PUNTO Y ABISMO

IV ESPECTRO

V ESPIRAL

VI MOVER SER

VII INTUICIÓN

VIII DECANTACIÓN Y APERTURA

+ 3 LABORATORIOS COMPLEMENTARIOS

/// 8 MÓDULOS

La propuesta está pensada para desarrollarse en un **mínimo de 8 meses** considerando la importancia y el valor de decantar el proceso entre módulos. **Los ejes se entrelazan entre sí en forma espiralada**, es decir, los contenidos vistos en los diversos espacios son de apoyo y estímulo para los demás, amplían la mirada y se encuentran interrelacionados.

I UMBRAL

Inicios: el punto 0

¿Para qué un espacio existencial de investigación sobre danza?

- **Desentramando** la herencia de la danza/lo dado y el deber ser
- **Ser siendo danza** en gerundio, somos procesos
- **El cuerpo en estado de danza.** Improvisación y danza emergente
- El rol de la **bitácora** como espacio de construcción de procesos

II PENSARSE SIENDO CUERPO

¿Qué es cuerpo?

Diversas concepciones. Tener/ser-habitar un cuerpo.

- Percepción, interocepción, corporalidad
- **El cuerpo fenomenológico.** El cuerpo desde la mirada del enfoque gestáltico
- **Bodyfulness**
- Bloqueos y puntos de fuga

III PUNTO Y ABISMO

La presencia: *el awareness*

- Los tres mundos del **Darse Cuenta**
- La improvisación desde el continuum de la **conciencia**
- **Fuerzas que intervienen:** voluntad, gravedad, la potencia. La democratización del cuerpo
- La **respiración** como anclaje y el **Grounding** como enraizamiento

IV ESPECTRO

Amplitud de posibilidades

Patrones de movimiento

- **Aportes de Laban:** factores del movimiento (peso, espacio, tiempo, flujo)
- **Polaridad:** transitando los grises, aportes del Enfoque Gestáltico

V ESPIRAL

VI MOVER-SER

Transitar lo biológico

El siendo

- **Ser huesos / músculos / fascias / articulaciones.** Aportes del diálogo con los órganos del enfoque gestáltico.
- En contacto con la **trama**, lo colectivo, el yo-mundo (perspectiva ecológica)
- **Objetos inanimados y los 5 reinos** como inspiración al mover-ser

El despliegue de la propia danza

Encuentro de diversos ritmos

- Danzar **ritmos** propios, ciclo de la experiencia.
- Un espacio para dar lugar a la **escucha** de lo sutil, lo micro y lo macro
- Inter y externalizar las cualidades de movimiento.
Graficar el movimiento

VIII DECANTACIÓN Y APERTURA

El cierre del proceso

Decantación y culminación

- **Experiencias** del recorrido
- El camino del errante
- La danza **revolucionaria**

Proyecto final individual

VII INTUICION

Mover y dejarse mover

Texturas en la danza

- **Movimiento auténtico**
- El concepto de **tensegridad**
- Las imágenes que mueven
- El contacto con lo **intuitivo**

LABORATORIOS COMPLEMENTARIOS

- **Espectro:** danza del vientre fusion, ampliando patrones de movimiento
- **Una danza existencial:** danza de los 5 elementos (tierra, fuego, agua, aire, éter)
- **Danzando en el vórtice:** un encuentro astronómico

Formato

En cada módulo encontrarás:

ESPACIOS DE MOVIMIENTO	Presentación del módulo con los contenidos desde la danza y el movimiento, prácticas corporales de conciencia y exploración.
CONSULTORÍA	Síntesis del módulo para retomar y reforzar los conceptos fundamentales.
ENTRAMADO TEÓRICO	Videos y audios explicativos junto con diapositivas.
+ PRÁCTICAS	Prácticas extras para realizar y continuar profundizando
APUNTE	En formato pdf con amplia bibliografía seleccionada
MATERIAL AUDIO VISUAL COMPLEMENTARIO	Sugerencias de videos, audios, textos para complementar <u>Caldero</u> : Biblioteca audiovisual

Encuadre

Dinámica de la propuesta

- **Grupo de WhatsApp:** para acompañarte en el recorrido durante el proceso
- **Total carga horaria:** Acreditación de 100 h total
- Se entrega **constancia de participación** al finalizar el proceso. Será necesario contar con el pago completo del laboratorio y entrega de proyecto final individual.
- Uso de **bitácora** de recorrido durante el proceso del laboratorio de investigación

ASINCRÓNICO A TU RITMO Y TIEMPO	Formato para realizar el laboratorio 100% a tu tiempo y ritmo desde la web
--	---

- Contarás con la posibilidad de participar de **encuentros en VIVO** sin costo (OPCIONAL)

FECHAS 2026 (Horario Argentina)

1. Sábado **9 de Mayo:** 10 a 12 h
2. Sábado **11 de Julio:** 10 a 12 h
3. Sábado **12 de Septiembre:** 10 a 12 h
4. Sábado **7 de Noviembre:** 10 a 12 h

Consideraciones

y preguntas frecuentes

- **Una vez realizado el pago, tienes acceso al 100% del Aula virtual.** La habilitación puede demorar hasta 48 horas hábiles.
- **Sesión de esclarecimiento:** puedes coordinar conmigo un espacio online para esclarecer dudas, conocer la propuesta y dialogar sobre lo que necesites. Es recomendable que puedas esclarecer todas las dudas antes de realizar tu pago, y verificar si este curso/laboratorio es lo que estás buscando en este momento.

¿El aula virtual está siempre disponible?

La plataforma está disponible 24/7, puedes ingresar cuándo y cuánto lo deseas.

¿Se entrega certificado?

Finalizado el laboratorio con la entrega de un Proceso Final de Cierre, se entrega constancia de participación/finalización con la acreditación de 100 h.

¿En qué consiste el "Trabajo de Cierre"?

Es una instancia final de reflexión y sistematización del proceso del laboratorio donde el formato es a elección. Puede ser: una monografía, un escrito personal, sistematización de la bitácora, videodanza, etc. Lo elegís vos, de acuerdo a cómo te gustaría dar un cierre a tu proceso.

¿Qué sucede cuando finalizo el laboratorio?

Finalizado el Laboratorio, el acceso a la plataforma continúa habilitado, así como también el acceso a encuentros en vivo que formen parte del programa, sin costo extra.

¿Puedo descargar el contenido?

Los archivos que se encuentran en pdf (apuntes, diapositivas), puedes descargarlos sin problema. Los audios de prácticas y los videos se realizan desde el Aula Virtual.

Consideraciones

y preguntas frecuentes

¿Qué sucede si no estoy conforme con lo adquirido o me arrepiento de la compra?

Puedes solicitar la devolución de tu dinero 100% hasta siete (7) días de haber realizado el pago. Pasados los 7 días, no se realizará devolución, pero puedes transferir el Laboratorio a otra persona si lo deseas o cambiarlo por otras de las propuestas de Espacio Movimiento Continuo y dejar ese dinero a tu favor, para ser utilizado en un plazo no mayor a 30 días.

Arancel y modalidad de pago

1 Pago

\$320.000 (pesos ARG)

USD 400

EUR 385

Medios de pago

Transferencia (en pesos y moneda extranjera)

Efectivo

Tarjeta de crédito / débito

Paypal - Western Union - Pago Fácil

Consultar otras modalidades

Comunidad de Espacio Movimiento Continuo

- Quienes hayan realizado el Lab 2024/2025, pueden cursarlo nuevamente sin costo extra
- Quienes hayan hecho el laboratorio “Desplegar tu danza hoy” acceden a un descuento del 25%

Acerca de

Carla Lescano | EMC



Soy Carla, me desempeño como psicóloga clínica (UNC - MP 11261). Trabajo desde el **Enfoque Gestáltico y la Danza Movimiento Terapia** con población adulta en modalidad de psicoterapia individual y grupal. Además, coordino talleres vivenciales y laboratorios orientados al autoconocimiento y desarrollo personal desde un enfoque artístico-terapéutico. **Llevo a cabo mi proyecto personal:** Espacio Movimiento Continuo, lugar de encuentro para el desarrollo integral de la persona a través del movimiento desde el año 2016.

[WEB](#)

Danzo desde mi adolescencia, también me formé como acompañante terapéutica e instructora de yoga, incluyo la meditación-mindfulness e improvisación en danza en mi práctica personal. Me encuentro además transitando el camino del **Taekwondo** (arte marcial) y estudiando **Ciencias Biológicas** (FCEFyN - UNC).

[INSTAGRAM](#)

Mi pasión es integrar desde el arte y la salud acompañando procesos. Me gustan la lectura, filosofía, animales y plantas, los procesos creativos y estar en contacto con la naturaleza en actividades al aire libre. Disfruto de escribir en el blog, plasmando las experiencias a través de la palabra, el movimiento y el registro fotográfico.

[LINKEDIN](#)

ACERCA DE ESPACIO MOVIMIENTO CONTINUO

EMC - Lugar de encuentro para el desarrollo integral de la persona a través del movimiento

Espacio psicoterapéutico, de autoconocimiento y desarrollo personal. Desde Córdoba, Argentina al mundo.



Nos encontramos desde el movimiento



E S P A C I O
MOVIMIENTO
CONTINUO