

OBJETIVO GENERAL:

Que el alumno aprenda diversas técnicas para realizar biodanza y otras actividades físicas relacionadas

TEMARIO:

- a. Introducción a la Bio-danza
- b. Teoría y práctica de Bio - danza
- c. Encontrando la conexión interna
- d. Descubriendo el ritmo del ser
- e. Como canalizar las emociones mediante el movimiento
- f. La danza y la autoestima: Aprendiendo a aceptar mi persona
- g. Otras técnicas de danza y movimiento