

A photograph showing a person in a maroon short-sleeved shirt sitting at a desk. Another person in a light blue long-sleeved shirt is using a pair of scissors to cut a black cord around the maroon-shirted person's left wrist. The background is a blurred office environment with a computer monitor and other office furniture. The image has a decorative overlay of white floral and swirl patterns in the upper left and center.

# ► recursos corporales

salud y creatividad

Una propuesta de Movimiento Esquina  
para empresas y organizaciones

# ► recursos corporales

## salud y creatividad

**Recursos Corporales** ofrece las propuestas contenidas en *Movimiento Esquina* adaptadas a las necesidades de las empresas y organizaciones que quieran brindar a sus empleados y directivos, actividades e intervenciones artísticas, como herramienta para el bienestar y para la creatividad.

*Movimiento Esquina*, dirigido por Valeria Kovadloff, cuenta con un prestigioso equipo docente formado por artistas y profesionales con amplia experiencia de trabajo en organizaciones, que investigan el movimiento y sus vínculos con el arte desde diferentes abordajes.

### **actividades sistemáticas**

para contrarrestar el sedentarismo del trabajo en oficinas (empleados); para entrenar la relación entre el discurso, la voz y el comportamiento corporal (directivos y coordinadores de grupos); para ampliar la escucha y la persuasión corporal (vendedores);

### **actividades eventuales**

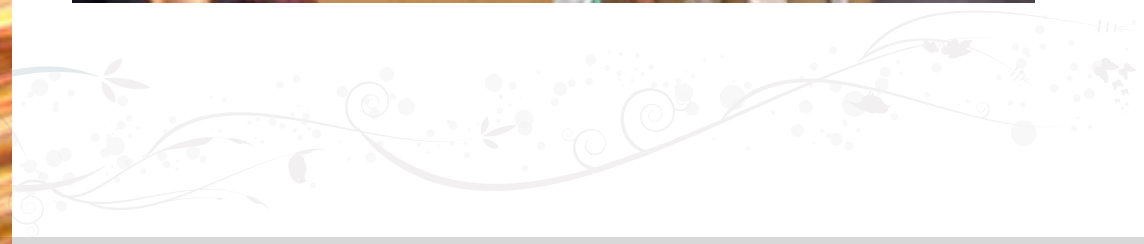
para trabajar dinámicas grupales, conexiones lúdicas y creativas entre las personas y de cada uno con una tarea; entrenamiento del riesgo, la confianza, el trabajo complementario en equipo, el trabajo por proyecto, entre otras posibilidades.





## beneficios

- > potencia la creatividad
- > dinamiza las relaciones grupales y con el trabajo
- > favorece el rendimiento laboral
- > alivia el stress
- > previene y corrige enfermedades o patologías posturales
- > brinda un estado físico mas saludable
- > renueva la energía física y mental



## ► **dinámica**

Se ofrece una asesoría preliminar y un seguimiento del desarrollo de las propuestas en relación a las necesidades específicas de la empresa.

Las actividades se pueden realizar en las empresas, en la sede de Movimiento Esquina o en algún otro espacio del que la empresa disponga.

### **Taller sistemático:**

clases regulares con un horario fijo (grupal/individual)

### **Seminario intensivo:**

entre 4 y 8 encuentros de trabajo

### **Jornada:**

un encuentro de promedio 4 hs de trabajo que puede ser de una sola actividad o de la combinación de varias de ellas

### **Taller eventual:**

un taller de entre 40 y 90 minutos en el marco de una convención

### **Sesión individual:**

un encuentro aislado o una secuencia de varios encuentros

### **Taller para producción de eventos o espectáculos:**

secuencia de encuentros para supervisión/orientación de un proceso creativo grupal, para que los empleados produzcan su evento/show/video, etc.

## ► **actividades**

Alineamiento y Estiramiento corporal

Centros de Energía (Sist. Fedora Aberastury)

Contact Improvisation

Danza Contemporánea

Entrenamiento Físico

Estiramiento con elementos de Yoga

Esferodinamia

Pilates

Acrobacia de piso y combinada

Clown

Comedia Musical

Entrenamiento e Improvisación

Producción de eventos/espectáculos

Voz y Cuerpo en la comunicación

Entrenamiento e Improvisación

Masaje Tailandés

Reiki

Voz, Movimiento y Masaje

## ► equipo docente



**Valeria Kovadloff**

Coreógrafa, bailarina y docente. Dirige la Cia. Punto Perdido y el estudio Movimiento Esquina, de Buenos Aires. Es parte del equipo docente del CCRRojas (UBA). Desde 1994 dicta talleres de "Danza contemporánea", "Alineamiento y Estiramiento" e "Improvisación y Composición", en importantes ámbitos de formación del país y del exterior.



**Andrea Fernandez**

Bailarina, docente y co-directora del Proyecto "Danza Sin Límites" que promueve hace diez años la difusión, la enseñanza y la práctica de la danza inclusiva en Buenos Aires. Egresada de la Escuela de Masaje Thai Tradicional. Enseña Contact en el Instituto Universitario Nacional de Arte, en el Taller de Danza Contemporánea del Teatro M. Gral. San Martín y en importantes estudios de danza y teatro de Buenos Aires e interior del país.



**Verónica Ravetta**

Profesora de Danza Clásica y Contemporánea, obtuvo la beca Antorchas de perfeccionamiento. Egresada del Taller del Teatro Gral. San Martín. En los últimos años ha estudiado Técnica de la Danza Contemporánea con varios maestros argentinos y extranjeros. Actualmente trabaja junto a importantes coreógrafos en Bs As y en Mozambique, África y dictando clases de Danza Contemporánea.



**Silvina Sznajder**

Actriz, cantante, bailarina. Dicta clases de canto, teatro musical, voz y cuerpo en movimiento y coreografía en diferentes estudios de formación artística dirigidos por reconocidos maestros como Hugo Midon y Carlos Gianni, y en el interior del país. Integra el equipo de capacitación docente del Ministerio de Educación, en el Área artística. Transmite el Sistema de Fedora Aberastury en el estudio Movimiento Esquina.



**Vicky Carzoglio**

Bailarina, actriz, docente. Desde el año 2001 dicta clases de "Danza contemporánea" en diferentes espacios culturales de la ciudad. Ha trabajado como intérprete con importantes coreógrafos argentinos y también como coreógrafa de diferentes obras teatrales, presentándose en el TMG San Martín de Bs As y en Festivales Internacionales. Actualmente se especializa en el estudio del Yoga, método Yyengar.



**Natalia López**

Actriz, bailarina y docente. Desde el año 2002 dicta clases de "Entrenamiento Físico" en el estudio Movimiento Esquina y en otros espacios pedagógicos de Buenos Aires. Actualmente, forma parte del equipo de Corporate Wellness del Vilas Club, trabajando con empresas como Metrogás y Consolidar.

## ► equipo docente



**Luciana Palacios**

Licenciada en Psicología, bailarina, reikista y docente. Dicta clases de "Estiramiento con elementos de Yoga" en Movimiento Esquina y en su propio estudio. Forma parte de la Cia. Punto Perdido. Investiga y desarrolla los nexos entre la psicología y el trabajo corporal como facilitadores de la salud.



**Darío Levín**

Docente y actor. Perteneció a la Compañía Los Papota Payasos Grup que participó durante 2004 del Festival de Pequeño Formato del Centro Cultural Gral. San Martín y del Festival Internacional de Madrid (España). Se formó en la técnica de clown con Gabriel Chamé Buendía, Raquel Sokolowicz, Cristina Moreira, Jesus Jara y Sophie Gazel. En febrero de 2005 realiza un seminario de perfeccionamiento con Alain Gautré en Francia.



**Mabel Dai Chee Chang**

Coreógrafa, bailarina y docente. Dirige arnica danza teatro, grupo de experimentación escénica de Buenos Aires. Dicta talleres y seminarios en el CCR Rojas, en Movimiento Esquina y en el interior de país. Sus talleres son de improvisación, experimentación escénica y entrenamiento corporal basado en técnicas orientales. Dicta seminarios de gestualidad, sonido y movimiento y composición.



**Carola Yulita**

Docente y bailarina. Dicta clases de Contact Improvisación en el Instituto Universitario Nacional del Arte. Integrante del equipo docente en la formación de Esferokinesis. Enseña Esferodinamia en clases particulares, grupales, y seminarios intensivos en distintos establecimientos privados.

**Florencia Martinez**

Formada en Yoga, Pilates, Stretching, Danza contemporánea, Teatro, Canto y otras técnicas corporales, actualmente se desempeña como bailarina y como profesora en empresas, gimnasios y estudios de Buenos Aires (forma parte del equipo de Corporate Wellness del Vilas Club, Megatlon y Movimiento Esquina, entre otros).

**Cora Alfiz**

Profesora de enseñanza primaria y docente de circo y acrobata en obras y shows para eventos. Formada y dirigida por Osvaldo Bermúdez y Gerardo Hochman. Actualmente entrena acrobacia, equilibrio sobre las manos, danza contemporánea y nado sincronizado. En 2007 viaja a Bruselas para perfeccionar su entrenamiento acrobático subsidiada por la Secretaría de Cultura de la Nación.



**Valeria Pagola**

Coreógrafa, bailarina, cantante y docente. Egresada del Taller de Danza Contemporánea del T.M.G. San Martín. Cursó estudios de Canto lírico y se ha perfeccionado con varios profesores. Está dedicada a la investigación y la enseñanza en el campo de la Voz y el Movimiento - para lo que recibió varios subsidios. Se desempeña como entrenadora vocal de actores, cantantes y bailarines. Residió y enseñó en Bruselas, Bélgica en 2003/4.



# recursos corporales

▶ [info@movimientoesquina.com.ar](mailto:info@movimientoesquina.com.ar)  
4 857 54 11 concepción arenal 4394  
[www.movimientoesquina.com.ar](http://www.movimientoesquina.com.ar)