

# Cristina



## Biografía de la artista

Natural de Barcelona, diplomada en Relaciones Laborales, después de una estancia de tres años en Estados Unidos para aprender inglés y participar en algunos proyectos de teatro.

En Barcelona y cursa la Escuela de teatro y circo Victor Hernando.

Cursos de Telas Aéreas y Cuerda Lisa en la Escuela Rogelio Rivel de Nou Barris.

Continúa tomando cursos y entrenamientos en el Centro Social la Nave y participando en los encuentros anuales de técnicas aéreas del Reencontre Verticale en la Escuela de circo la Cascade de Clown en Francia.

Ha colaborado en diversos proyectos artísticos en la Nave Espacial, eventos en República Dominicana, fiestas de la Merce, festival Mercateatre y Festival Arts du Circus a Graveson (Francia) entre otros.

En los últimos ocho años ha impartido clases de técnicas aéreas para niños y adultos en Suiza

## Taller de Trapecio y Telas, por Cristina

Este es un curso de Telas Aéreas y Trapecio para iniciantes.

Las lecciones son de dos horas estructuradas en tres partes.

Comenzamos con un calentamiento completo donde se trabajan diversos estiramientos, ejercicios para fortalecer y preparar la musculatura y dinámica del movimiento, complementado con algunas posiciones de yoga.

Después pasamos a la parte de trabajo en los aparatos donde el objetivo es aprender a subir y bajar con distintas técnicas, figuras estáticas, punto de anclaje, escapes y enlaces entre figuras y caídas para, poco a poco adquirir los conocimientos para crear nuestra propia composición.

Por últimos, dedicamos un tiempo a estiramientos antes de finalizar la clase.

Todo esto acompañado de explicaciones teóricas de cómo trabaja nuestro cuerpo y anatomía aplicada a las artes aéreas.

## Contacto

Cristina Martínez

Email: [cathcristina@hotmail.com](mailto:cathcristina@hotmail.com)

whatsapp: +41 782647038

