



TALLER REGULAR DE ARO Y TELAS AÉREAS por Laia

El objetivo de este taller es introducir en las técnicas de aro y telas aéreas y desarrollar su propia expresión a través de ellas.

Conocer, disfrutar y trabajar con el aro y las telas aéreas desde la base, de una manera segura; aprendiendo las técnicas básicas: subidas, bajadas, inversiones, figuras, giros, equilibrios...

Las clases tienen una duración de dos horas, en las cuales, los ejercicios de fuerza, flexibilidad y motricidad serán esenciales; ayudando a mejorar el rendimiento corporal de manera segura y, por supuesto, divertida!

Los aéreos no solamente son una forma de entrenar físicamente sino también mental, superando desafíos y creando un juego entre gravedad y cuerpo.

Biografía de la artista

LiL Monki

Bailarina y acróbata especializada en danza aérea y licenciada en Bellas Artes.

Nacida en Barcelona, se forma en el mundo de la danza desde bien pequeña; a los 15 años se empieza a interesar por las acrobacias a través del poledance, disciplina que posteriormente la hará especializarse en distintas prácticas aéreas: aro, telas, trapecio, hamaca... En su última etapa imparte clases tanto a adultos como a peques, mientras sigue trabajando en sus proyectos escénicos.

Gracias a sus conocimientos en el arte y la danza, trabaja y experimenta la expresión usando las técnicas aéreas. Su objetivo es poder contar historias y llegar al público a través de su danza, usando los elementos aéreos como personajes de sus historias. Por ello, ha actuado en obras de teatro, eventos y espectáculos.

Contacto

email: lil.monki.one@gmail.com

instagram: [@lil.monki](https://www.instagram.com/lil.monki)

