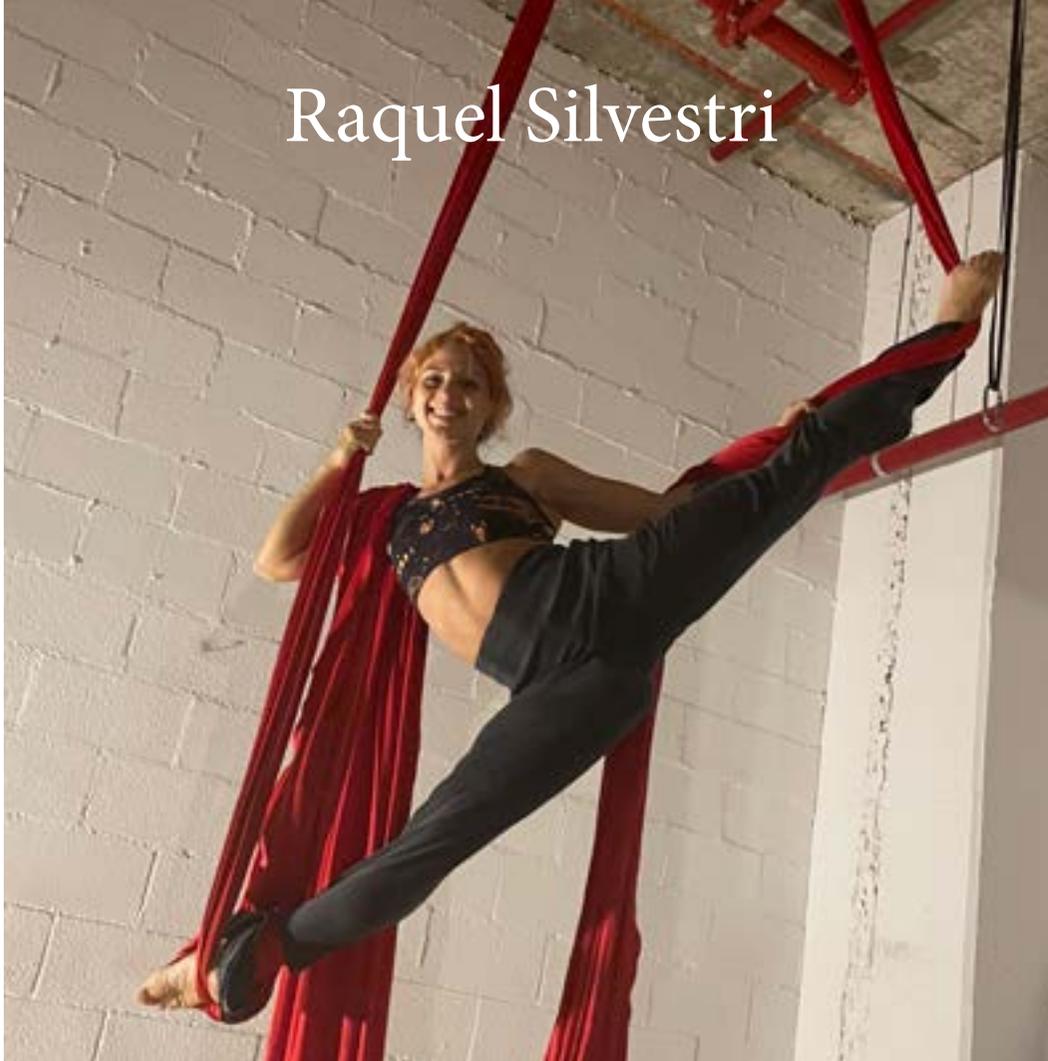


# Raquel Silvestri



## Biografía de la artista

Raquel Silvestri inició su carrera de acróbata a los 6 años.

Ex gimnasta artística, a los 19 años se cruzó con el circo y comenzó su formación en diversas escuelas y con diferentes profesionales de Buenos Aires, mientras también se formaba en DeRose Method como profesora de Yôga tradicional.

Se dedica a las enseñanzas hace más de 10 años.

## TALLER DE Telas y Aro, Por Raquel Silvestri

Estructura de las clases:

Los encuentros fusionan ciertas técnicas que provienen del Yôga que favorecen la conciencia corporal del alumnx. Iniciando la clase hacemos un entrenamiento físico con ejercicios de flexibilidad activa y pasiva. Los primeros momentos en contacto con el elemento (tanto en la tela como en el aro) nos dedicamos a entrenar de manera técnica ejercicios que sirven para la construcción de secuencias dinámicas enlazadas y finalizamos con secuencias que trabajaremos clase a clase. La propuesta es comprender el lenguaje de la disciplina para poder deconstruir secuencias y volverlas propias.

## Contacto

Raquel Silvestri  
@Ra.silvestri  
Tel: 34 647 981 499

