

Conferencia introductoria al *workshop*:

Introducción a la Técnica Klein™

Jorge Martínez (Argentina)



En este *workshop* enseñaremos Técnica Klein™, un proceso mediante el cual el cuerpo es explorado, analizado y comprendido. Usamos el medio de las imágenes anatómicas y esqueléticas, y trabajamos con la idea de que la belleza, el apoyo, la fuerza y el poder tienen más que ver con un funcionamiento y coordinación adecuados que con una fuerza muscular localizada.

El uso de imágenes del esqueleto proviene de la premisa de que nos podemos mover desde los huesos, creando y manifestando movimientos que salen de nosotros mismos, de quien realmente somos, en vez de una forma externalizada. El hueso es el tejido más profundo y denso del cuerpo, que conduce la mayor cantidad de energía. En el sistema de la Medicina Clásica China el hueso está relacionado con la identidad del yo, con el poder de voluntad.

Cubriremos la anatomía simple, poniendo acento en cuatro grupos musculares principales: los isquio-tibiales, el psoas, el suelo de la pelvis, y los rotadores externos. Todos estos músculos se relacionan con la pelvis y abrazan al hueso. Crean el sostén esencial para “ubicar” la pelvis sobre las piernas, permitiendo un movimiento más eficiente y pleno del tronco y de las piernas. Esta ubicación no es una contención estética de los músculos sino que es dinámica y cinética. Enseñamos largos estiramientos para comenzar con el primer paso en el proceso de soltar, que debe preceder al encuentro de la fuerza y el sostén más profundos, y así comenzamos de proceso de cambio. Los estiramientos ayudan a soltar y alargar los músculos superficiales que inhiben el movimiento adecuado y pleno.

Ofrecemos una forma única de enseñar, mirar la danza y el movimiento. Se puede adaptar a todas las formas de técnica de danza y estilo. Se basa en principios concretos de anatomía esquelética, movimiento, sostén, iniciación y secuenciación. La información permite a los bailarines-alumnos observar, interpretar y aprender desde la propia experiencia de su cuerpo. Les permite educarse más que entrenarse.

Jorge Martínez se perfecciona en Nuevas Tendencias en Danza Contemporánea en la Ciudad de Nueva York, gracias a una Beca recibida de la Fundación Antorchas, en el año 2002. En el exterior realiza un Certification Program en Kleintechnique™, con la Sra. Susan Klein, creadora de la técnica. Martínez es senior member en Kleintechnique™. Vive en New York, desde el 2003 al 2006. En el 2012 recibe una Beca del Fondo Metropolitano de la Cultura, las Artes y las Ciencias, para finalizar sus estudios en Técnica Klein. En Argentina, estudió en el Taller de Danza Contemporánea del Teatro Gral. San Martín y con maestros como Cristina Barnils, Fredy Romero, Andrea Fernández, entre otros.