NEUROCUERPOLAB · DOSSIER DEL PROGRAMA

Danza Somática *Integrativa*

FORMACIÓN AVANZADA EN DANZA MOVIMIENTO TERAPIA, MOVIMIENTO CONSCIENTE, FASCIA Y NEUROCIENCIA CORPORAL

Un programa basado en el Método NeuroCuerpoLab de facilitación corporal

100 h	48 h	52 h	6 días
FORMACIÓN	PRESENCIALES	CAMPUS ONLINE	DE RETIRO

BALNEARIO LA DAMA VERDE · ALMEIDA DE SAYAGO, ZAMORA
DEL 6 AL 12 DE SEPTIEMBRE DE 2027

CONTENIDO

Índice del *dossier*

01 Bienvenida
La formación y su propósito

02 La formación de un vistazo
Duración, formato y datos clave

03 Alcance profesional
Qué permite y dónde se sitúa

04 Para quién es
Público y requisitos recomendados

05 El Método NeuroCuerpoLab
Los seis territorios de práctica

06 Parte presencial · 48 h
Seis días de retiro en La Dama Verde

07 Campus online · 52 h
Los siete módulos en detalle

08 Evaluación y certificado
Entregables y certificación

09 Competencias y referencias
Lo que te llevas y lo que se estudia

10 Tu formadora
Valvanera Berenguer

11 Inversión e inscripción
Precio, formas de pago y condiciones

12 Preguntas frecuentes
Todo lo que necesitas saber

> *Muchos lenguajes. Un mismo territorio: el cuerpo.*

CÓMO LEER ESTE DOSSIER

Reúne toda la información del programa: su marco pedagógico, los seis días de retiro, los siete módulos del campus online, la evaluación, el título, el precio y las formas de pago. Si algo te genera duda, escríbeme y te respondo personalmente.

Una formación para *habitar* el cuerpo desde dentro

Una formación avanzada para profesionales del cuerpo que desean integrar danza somática, neurociencia corporal, fascia, antropología de la danza y movimiento consciente en clases, talleres, retiros y procesos grupales no clínicos.

NeuroCuerpoLab · Danza Somática Integrativa nace como una formación avanzada de facilitación corporal para profesionales que desean ampliar su manera de comprender, habitar y guiar el movimiento.

El programa reúne neurociencia aplicada, fascia, somática, interocepción, observación del movimiento, antropología de la danza, prácticas danza-movimiento, ética relacional y diseño pedagógico de sesiones. Su propósito es ofrecer una base sólida para crear experiencias de movimiento consciente, danza somática y conciencia corporal en contextos educativos, corporales, grupales y de bienestar.

A lo largo de 100 horas recorrerás el Método NeuroCuerpoLab, que integra estudio teórico, práctica corporal, observación, diario somático, microfacilitaciones y diseño de sesiones.

NEUROCUERPOLAB

Espacio de investigación, formación y práctica dedicado a comprender cómo el movimiento, la fascia, el sistema nervioso y la conciencia corporal participan en la creación de nuevos patrones de presencia, percepción y relación.

DANZA SOMÁTICA INTEGRATIVA

La formación avanzada de NeuroCuerpoLab que traduce esa investigación en prácticas concretas de movimiento consciente, danza somática, observación corporal, ética relacional y diseño pedagógico de sesiones.

La formación *en cifras*

100 horas: 48 horas de práctica presencial en un retiro residencial y 52 horas de campus online con estudio teórico, prácticas guiadas y trabajo de integración.

100 h
FORMACIÓN TOTAL

48 h
PRESENCIALES

52 h
CAMPUS ONLINE

6 días
DE RETIRO

10–15
PERSONAS

898 €
TODO INCLUIDO

DATOS PRÁCTICOS

DATO	DETALLE
Lugar	Balneario La Dama Verde · Almeida de Sayago, Zamora
Calendario	Del 6 al 12 de septiembre de 2027
Formato	Retiro residencial + campus online
Grupo	Grupo reducido de 10 a 15 personas
Guía	Valvanera Berenguer
Certificado	Título de Danza Somática Integrativa · 100 h

QUÉ INCLUYE EL PRECIO

- Toda la formación y el título
- Alojamiento en La Dama Verde
- Pensión completa: desayuno, comida y cena
- Campus online de 52 h con acceso desde el primer pago
- Materiales descargables y diario corporal guiado
- Habitaciones asignadas por orden de reserva

Qué te permite *hacer*

Esta formación prepara para facilitar prácticas de danza somática integrativa y movimiento consciente en contextos de yoga, danza, educación corporal, bienestar, retiros y procesos grupales no clínicos.

DESARROLLARÁS COMPETENCIAS PARA

- Diseñar sesiones de Danza Somática Integrativa
- Facilitar prácticas de movimiento consciente y guiar exploraciones de danza somática
- Integrar recursos de conciencia corporal en clases de yoga, danza, pilates, yoga aéreo o movimiento
- Crear espacios grupales con encuadre, cuidado y progresión
- Observar patrones de movimiento sin diagnosticar
- Trabajar con interocepción, propiocepción, respiración, tono y presencia
- Aplicar recursos de neurociencia del movimiento y regulación del sistema nervioso
- Integrar fascia, biotensegridad, espirales, diafragmas y cadenas corporales
- Comprender la danza como fenómeno humano, cultural, ritual y simbólico
- Usar música, silencio, palabra, dibujo y escritura como recursos de integración
- Diseñar prácticas corporales para retiros, talleres y procesos grupales de bienestar

DÓNDE SE SITÚA

En el cruce entre educación somática, danza somática, movimiento consciente, neurociencia aplicada, fascia, yoga, danza, antropología del movimiento, bienestar, pedagogía corporal y diseño de experiencias grupales.

MARCO PROFESIONAL

Su enfoque es no clínico, no sanitario y no psicoterapéutico. Estudia la Danza Movimiento Terapia, Biodanza, 5 Ritmos, Open Floor y otros métodos como referencias, sin certificar oficialmente en ellos ni habilitar como Danza Movimiento Terapeuta clínica.

> *Forma facilitadoras de movimiento consciente con base somática, neurocientífica, fascial, expresiva y pedagógica.*

Para quienes ya *viven desde el cuerpo*

Pensada para profesionales que ya trabajan con el cuerpo, el movimiento, la enseñanza o la facilitación, y que desean ampliar su práctica con una base somática, neurocientífica y pedagógica profunda.

PÚBLICO PRINCIPAL

- Profesoras de yoga
- Profesoras de yoga aéreo
- Profesoras de danza
- Profesoras de pilates
- Facilitadoras de movimiento consciente
- Educadoras corporales
- Profesionales de bienestar
- Terapeutas corporales no clínicos
- Facilitadoras de grupos
- Docentes de expresión corporal
- Artistas escénicas
- Creadoras de retiros y talleres

También puede interesar a psicólogas, terapeutas, fisioterapeutas, educadoras sociales y profesionales sanitarias, entendiendo que esta formación no sustituye sus competencias profesionales propias.

REQUISITOS RECOMENDADOS

No es necesario tener formación profesional previa en danza. Sí es recomendable:

- Experiencia previa en yoga, danza, movimiento, somática, teatro o expresión corporal
- Interés por la observación del cuerpo y el movimiento
- Disponibilidad para realizar trabajo personal y apertura a la práctica grupal
- Compromiso con el respeto, el consentimiento y los límites
- Disposición para llevar un diario corporal y diseñar una sesión final

El *Método* NeuroCuerpoLab

El marco pedagógico propio de la formación. Organiza el aprendizaje en seis territorios de práctica que permiten estudiar el movimiento desde una mirada integrativa: neurocientífica, somática, fascial, antropológica, expresiva, relacional y pedagógica.

ID	TERRITORIO	DESCRIPCIÓN
01	**Cuerpo como lenguaje y memoria cultural**	El cuerpo como gesto, presencia, tono, postura, espacio, historia, cultura y forma de relación. La danza como práctica humana ancestral, ritual y comunitaria.
02	**Sistema nervioso, somática y regulación**	El movimiento como vía de percepción interna, orientación, pausa, activación, recuperación y presencia. Teoría polivagal aplicada al movimiento.
03	**Fascia, diafragmas, espirales y patrones**	La fascia como red de continuidad, sensibilidad, tono, espiral, apoyo, tensión y organización del gesto. Biotensegridad, vísceras y cadenas miofasciales.
04	**Ritmo, emoción, grupo y vínculo**	El ritmo, la música y el grupo como recursos de vitalidad, expresión, pertenencia, presencia y regulación.
05	**Contacto, límites y observación**	Contacto, peso, consentimiento, límites y observación del movimiento desde una pedagogía clara y cuidadosa.
06	**Cuerpo simbólico y diseño de sesiones**	El movimiento integrado con escritura, dibujo, testigo, cuerpo simbólico, preguntas somáticas y creación de sesiones propias.

> *Seis territorios que no son capítulos aislados, sino formas conectadas de escuchar, investigar y comprender la experiencia humana.*

Seis días de *inmersión* en el cuerpo

La parte presencial se vive en un retiro residencial en Balneario La Dama Verde: convivencia, silencio, naturaleza y práctica cada día. Llegas con el campus online recorrido y el retiro se dedica a encarnar lo aprendido.

6 días	48 h	10–15	6–12 sep
DE RETIRO	PRESENCIALES	PERSONAS	2027

DÍA	TERRITORIO QUE SE TRABAJA	DURACIÓN
01	Cuerpo como lenguaje, antropología de la danza y mapa de la danza somática	8 horas
02	Sistema nervioso, somática y regulación	8 horas
03	Fascia, diafragmas, espirales y biotensegridad	8 horas
04	Ritmo, emoción, grupo y vínculo	8 horas
05	Contacto, límites y observación del movimiento	8 horas
06	Movimiento Auténtico, cuerpo simbólico y facilitación	8 horas

Cada día combina práctica corporal, estudio, observación, microfacilitaciones y cierre integrado. El séptimo día del retiro se dedica a la despedida y al cierre del proceso.

Cuerpo como lenguaje, antropología de la danza y mapa de la danza somática

Este primer día abre el campo. Entramos en contacto con la idea central de la formación: el cuerpo no se observa solo como forma externa, sino como lenguaje vivo, gesto, tono, espacio, presencia, cultura y relación. La danza se presenta como una práctica que atraviesa la historia humana: cuerpo que celebra, que ritualiza, que acompaña duelos, nacimientos, ciclos, pertenencias y vínculos comunitarios.

CONTENIDOS

- Qué es Danza Somática Integrativa y qué es el Método NeuroCuerpoLab
- Diferencia entre DMT clínica y facilitación corporal
- Antropología de la danza: danza como práctica humana, cultural y comunitaria
- Danza, rito y pertenencia · movimiento, símbolo y cultura
- Cuerpo como memoria cultural y relacional
- De la danza ritual a las prácticas contemporáneas
- Cuerpo como lenguaje: gesto, postura y presencia
- Kinesfera y espacio personal · movimiento, pausa y orientación
- Primer mapa de patrones

PRÁCTICAS

- Caminar consciente · pausa y orientación
- Exploración del espacio · movimiento desde los pies
- Gesto espontáneo
- El gesto que viene de lejos
- Cuerpo como biografía · escritura somática
- Diario corporal inicial

PRÁCTICA ESPECÍFICA

El gesto que viene de lejos: cada alumna investiga un gesto simple —caminar, girar, golpear el suelo, abrir los brazos, inclinarse, balancearse— como si fuera un gesto antiguo, compartido, comunitario, anterior a la técnica.

> *Abrir la mirada hacia el cuerpo como territorio de percepción, gesto, expresión, cultura, memoria y aprendizaje.*

Sistema nervioso, somática y regulación

Este día trabaja la relación entre movimiento y estado interno. Vivenciamos cómo el cuerpo puede pasar de la activación a la pausa, de la tensión a la escucha, de la dispersión a la presencia.

CONTENIDOS

- Sistema nervioso y movimiento
- Activación y recuperación
- Regulación corporal
- Interocepción
- Propiocepción
- Exterocepción
- Respiración
- Orientación
- Suelo y apoyo
- Movimiento lento
- Micro-movimiento
- Somática y cuerpo vivido

PRÁCTICAS

- Movimiento desde la respiración
- Exploración de apoyo · contacto con el suelo
- Orientación visual · micro-movimientos
- Espirales suaves
- Mapa del estado nervioso
- Integración escrita

> *Comprender desde la experiencia cómo el movimiento modifica la percepción interna, el tono, la respiración y la presencia corporal.*

Fascia, diafragmas, espirales y biotensegridad

Uno de los núcleos diferenciales de la formación. Exploramos el cuerpo como red viva de tensiones, apoyos, fluidos, deslizamientos, compensaciones y posibilidades de reorganización.

CONTENIDOS

- Fascia como red de continuidad · fascia y percepción
- Cadenas miofasciales · biotensegridad
- Diafragmas · vísceras
- Espirales · ondulaciones · movimiento pendular
- Tono y disponibilidad
- Patrones de rigidez, fluidez, expansión o cierre

PRÁCTICAS

- Espirales de columna · ondulaciones
- Movimiento pendular
- Exploración de diafragmas
- Movimiento desde piel, tejido y eje
- Mapa corporal de tensiones
- Secuencia fascial integrada · escritura somática

> *Explorar el cuerpo como arquitectura viva de fascia, tono, presión, respiración, espiral y relación.*

Ritmo, emoción, grupo y vínculo

El ritmo, la música y el grupo como vías de vitalidad, presencia, expresión y relación. Integramos referencias de Biodanza, 5 Ritmos, Open Floor y Ecstatic Dance desde el marco propio de NeuroCuerpoLab.

CONTENIDOS

- Movimiento libre con encuadre
- Ritmo y sistema nervioso · música y estado corporal
- Emoción y movimiento
- Grupo y mirada · distancia y cercanía
- Pertenencia · vitalidad
- Descarga e integración
- Diferencia entre expresión e integración

PRÁCTICAS

- Exploración de ritmo individual · ritmo grupal
- Movimiento libre guiado
- Círculo · mirada · distancia y vínculo
- Descarga regulada · pausa
- Cierre de integración

> *Explorar el ritmo, la música y el grupo como recursos de expresión, regulación, presencia y vínculo.*

Contacto, límites y observación del movimiento

Unimos Contact Improvisation, consentimiento, peso, apoyo y Laban/Bartenieff como lenguaje de observación. Aprendemos a trabajar el contacto sin invasión, el peso sin colapso y la observación sin interpretación precipitada.

CONTENIDOS

- Contact Improvisation como referencia
- Peso y gravedad · apoyo · contacto
- Consentimiento y límites
- Alternativas sin contacto
- Observación del movimiento
- Cuerpo, espacio, esfuerzo y forma
- Feedback limpio

PRÁCTICAS

- Contacto con suelo, pared y objetos
- Espalda con espalda · peso compartido muy progresivo
- Exploración de límites
- Observación en parejas
- Descripción de cualidades de movimiento
- Feedback grupal

> *Aprender a trabajar la relación corporal, el contacto y la observación desde el cuidado, el consentimiento y la claridad pedagógica.*

Movimiento Auténtico, cuerpo simbólico y facilitación

El último día integra Movimiento Auténtico, testigo, cuerpo simbólico, transgeneracional, ritual y diseño de sesiones. Es el cierre del recorrido y la transición hacia la aplicación profesional.

CONTENIDOS

- Movimiento Auténtico como referencia
- Mover y testigo · silencio · imagen interna · palabra limpia
- Cuerpo simbólico · gestos familiares
- Patrones heredados desde una mirada prudente
- Ritual de integración
- Diseño de sesiones · microfacilitaciones
- Cierre del proceso

PRÁCTICAS

- Mover / testigo
- Escritura somática · dibujo corporal
- Pregunta somática
- Creación de microsecuencias · facilitación breve
- Feedback grupal · cierre ritual

> *Integrar la experiencia del proceso y convertirla en capacidad de diseño, facilitación y cierre pedagógico.*

La *profundidad* conceptual

El campus online sostiene la base teórica de la formación con clases grabadas, materiales descargables, prácticas guiadas y tareas de integración, para que puedas estudiar a tu ritmo. Se abre nada más hacer tu primer pago.

Los contenidos se van desbloqueando paso a paso: cuando completas una lección y su práctica, se abre la siguiente.

MÓDULO	TEMA	HORAS
M1	Antropología de la danza, DMT y linajes de movimiento consciente	6 h
M2	Neurociencia del movimiento, regulación y teoría polivagal	10 h
M3	Fascia, biotensegridad, diafragmas, vísceras y cadenas corporales	10 h
M4	Somática, interocepción y developmental movement	8 h
M5	Laban/Bartenieff: observación y lenguaje del movimiento	6 h
M6	Métodos danza-movimiento: mapas de práctica	6 h
M7	Diseño de sesiones, práctica documentada y trabajo final	6 h
	Total	**52 h**

EL CAMPUS INCLUYE

- Clases grabadas
- Materiales descargables
- Prácticas guiadas en vídeo
- Tareas de integración
- Diario corporal

TEMAS TRANSVERSALES

- Neurociencia aplicada
- Fascia y biotensegridad
- Somática y developmental movement
- Observación del movimiento
- Antropología de la danza

ACCESO

- Se abre con el primer pago
- Desbloqueo secuencial
- Teoría y práctica en cada módulo
- Disponible hasta el retiro

M1 · Antropología de la danza, DMT y linajes de movimiento consciente — 6 h

Una cartografía amplia del campo: la danza como práctica humana, cultural, ritual, comunitaria, simbólica y corporal antes de entrar en los métodos contemporáneos.

CONTENIDOS

- La danza como práctica humana ancestral · danza, cuerpo, cultura, ritual y comunidad
- Pertenencia y transmisión intergeneracional · ritos de paso y ciclos de la vida
- Cortejo, celebración, duelo y transformación simbólica
- Danzas circulares y comunitarias · trance y estados de conciencia desde una mirada prudente
- Cuerpo como memoria cultural; danza como patrimonio vivo
- Origen de la Danza Movimiento Terapia y DMT clínica
- Danza terapéutica, somática, consciente y movimiento expresivo
- Método, técnica, práctica, linaje, terapia y facilitación
- Historia breve de Biodanza, 5 Ritmos, Open Floor, Ecstatic Dance, Contact y Movimiento Auténtico
- Body-Mind Centering, Laban/Bartenieff y Tamalpa como referencias

PRÁCTICAS Y TAREAS

- Ficha de antropología corporal
- Reflexión: qué mapa de movimiento resuena con mi forma de enseñar

M2 · Neurociencia del movimiento, regulación y teoría polivagal — 10 h

Uno de los pilares de NeuroCuerpoLab: cómo el movimiento se relaciona con percepción, emoción, regulación, atención, memoria corporal y cambio de patrones.

- Sistema nervioso central y autónomo · simpático, parasimpático y tono vagal
- Teoría polivagal aplicada al movimiento · movimiento y cambio de estado interno
- Regulación, activación, pausa y recuperación · descarga, expresión e integración
- Interocepción, propiocepción y exterocepción · emoción como experiencia corporal
- Neuroplasticidad, hábito y nuevos patrones · cerebro predictivo y percepción corporal
- Trauma-informed movement desde un enfoque no clínico
- Recursos de orientación, pausa, suelo, respiración y límites

M3 · Fascia, biotensegridad, diafragmas, vísceras y cadenas corporales — 10 h

Uno de los sellos más claros de la formación: la integración entre fascia, movimiento, percepción y conciencia corporal.

CONTENIDOS

- Fascia como red de continuidad y tejido sensorial
- Biotensegridad como modelo pedagógico
- Tono fascial, elasticidad, deslizamiento y adaptación
- Cadenas miofasciales y espirales corporales · movimiento ondulatorio y pendular
- Diafragmas, respiración y presión interna · vísceras y movimiento interno
- Piel, tejido, eje y espacio
- Tensión, rigidez, disponibilidad y fluidez · patrones corporales y organización del gesto
- Aplicación a yoga, danza y prácticas grupales

PRÁCTICAS Y TAREAS

- Secuencia fascial suave · exploración de espirales · movimiento pendular
- Respiración y diafragmas
- Mapa de tensiones, zonas fluidas y zonas silenciosas
- Diario: cómo se mueve mi cuerpo cuando escucha desde dentro

M4 · Somática, interocepción y developmental movement — 8 h

Comprender el cuerpo desde dentro. Integra educación somática, percepción interna y patrones tempranos de organización corporal.

- Qué es la educación somática · cuerpo vivido y cuerpo observado
- Sensación, percepción e imagen corporal
- Interocepción, presencia, propiocepción y orientación
- Movimiento lento, micro-movimiento y pausa · respiración como puerta perceptiva
- Suelo, peso y apoyo · desarrollo motor y patrones tempranos
- Empuje, alcance, tracción y sostén · relación suelo-columna-espacio
- Movimiento autorregulado

M5 · Laban/Bartenieff: observación y lenguaje del movimiento — 6 h

Un lenguaje claro para observar el movimiento sin interpretar de forma invasiva.

- Introducción a Laban Movement Analysis
- Cuerpo: qué partes se mueven · espacio: niveles, direcciones y kinesfera
- Esfuerzo: peso, tiempo, flujo y espacio · forma: expansión, cierre y cambio de volumen
- Introducción a Bartenieff Fundamentals · conexiones corporales y patrones de organización
- Observar antes de interpretar · descripción limpia y feedback respetuoso
- Prácticas: observación de vídeo, descripción de cualidades, contrastes y diario de tu cualidad habitual

M6 · Métodos danza-movimiento: mapas de práctica — 6 h

Las grandes referencias de movimiento consciente y danza somática estudiadas como mapas comparativos.

- Biodanza: vivencia, grupo, afectividad, vitalidad, vínculo y música
- 5 Ritmos: ritmo, energía, emoción, movimiento libre, pausa e integración
- Open Floor y Ecstatic Dance: viaje musical, ritual contemporáneo y comunidad
- Contact Improvisation: peso, gravedad, escucha, consentimiento y alternativas sin contacto
- Movimiento Auténtico: mover, testigo, silencio, imagen interna y palabra

M7 · Diseño de sesiones, práctica documentada y trabajo final — 6 h

Convierte todo el aprendizaje en una herramienta pedagógica concreta.

- Cómo diseñar una sesión de 60, 90 o 120 minutos
- Objetivo, público y encuadre inicial
- Apertura, calentamiento somático y exploración central
- Momento expresivo, integración y cierre
- Música, silencio, palabra, escritura y dibujo
- Adaptaciones, seguridad, consentimiento y límites · cuándo derivar
- Evaluar una sesión desde una mirada pedagógica
- Cómo no convertir una sesión en terapia clínica
- Trabajo final: diseño de una sesión completa con título, objetivo, público, duración, materiales, música, encuadre, secuencia, seguridad, alternativas, cierre y reflexión

Evaluación por *proceso*

No es un examen teórico clásico, sino una evaluación pedagógica basada en la experiencia, la observación, el diseño y la reflexión ética.

01

Diario corporal de proceso

Prácticas, sensaciones, patrones, descubrimientos, resistencias, preguntas, cambios de percepción y aprendizajes corporales.

02

Mapa neuro-somático personal

Movimiento, sistema nervioso, emoción, tono, respiración, presencia, patrones corporales y recursos de regulación.

03

Ficha de antropología corporal

Contexto cultural, función social, relación con rito o comunidad, tipo de movimiento, música y transmisión.

04

Diseño de sesión final

Título, objetivo, público, duración, materiales, música, encuadre, secuencia paso a paso, seguridad, alternativas, integración, cierre y reflexión.

Certificado

Título de Danza Somática Integrativa · 100 horas · NeuroCuerpoLab. Formación avanzada en Facilitación de Danza Somática Integrativa, Movimiento Consciente, Fascia y Neurociencia Corporal.

Al completar los entregables recibes el título, que te habilita para **crear sesiones de danza somática integrativa** o integrarlas en tus propias sesiones personalizadas.

Ámbito: educación somática, movimiento consciente, danza somática, yoga, bienestar y facilitación grupal no clínica. Esta formación no constituye una formación clínica, sanitaria ni psicoterapéutica, ni habilita como Danza Movimiento Terapeuta clínica.

Lo que te *llevas*

AL FINALIZAR HABRÁS DESARROLLADO COMPETENCIAS PARA

- Comprender el campo de la Danza Movimiento Terapia y distinguirlo de la facilitación corporal no clínica
- Conocer referencias fundamentales de danza somática y movimiento consciente
- Comprender la danza como práctica humana, cultural, ritual, comunitaria y simbólica
- Diseñar sesiones de Danza Somática Integrativa
- Facilitar prácticas de movimiento consciente
- Integrar neurociencia básica del movimiento y regulación corporal
- Reconocer la importancia de la fascia, el tono y la organización corporal
- Trabajar con interocepción, propiocepción, respiración y presencia
- Observar y describir el movimiento con un lenguaje limpio y respetuoso
- Diseñar prácticas para retiros, talleres y procesos grupales
- Sostener encuadre, consentimiento, límites y ética relacional
- Crear tu propio repertorio de microsecuencias y sesiones

REFERENCIAS QUE SE ESTUDIAN

- Danza Movimiento Terapia
- Biodanza
- 5 Ritmos
- Open Floor
- Ecstatic Dance
- Contact Improvisation
- Movimiento Auténtico
- Body-Mind Centering
- Laban / Bartenieff
- Tamalpa
- Somática y developmental movement
- Teoría polivagal

LO QUE TE LLEVAS ADEMÁS

- Diario corporal de proceso
- Trabajo final aplicable
- Materiales descargables
- Mapa personal de patrones y recursos

> *Estos métodos se estudian como referencias históricas, corporales y pedagógicas. La formación no certifica oficialmente en ninguno de esos linajes.*

Valvanera *Berenguer*

CREADORA DEL MÉTODO NEUROCUERPOLAB · MÁS DE 20 AÑOS EN MOVIMIENTO, YOGA Y FACILITACIÓN CORPORAL

«Desde los 8 años, el yoga fue el primer espacio donde pude sentir mi alma habitando el cuerpo. Desde entonces, el movimiento no me ha abandonado nunca.»

Mi recorrido me ha llevado de las ciencias de la información y el diseño gráfico a la creación de *metodologías propias de movimiento*, astrología orgánica y yoga aéreo. Formo profesionales en todo el mundo a través de mi Escuela Internacional de Yoga, Danza y Pilates Aéreo, y he desarrollado programas que integran cuerpo, sistema nervioso, fascia y conciencia desde un lugar profundamente vivencial.

NeuroCuerpoLab nace de ese viaje: de más de dos décadas investigando cómo el *movimiento transforma desde dentro*, y de la necesidad de compartirlo con quienes ya trabajan con el cuerpo y quieren ir más lejos.

20+

AÑOS EN YOGA Y MOVIMIENTO

6+

METODOLOGÍAS PROPIAS

Mundo

PRESENCIA INTERNACIONAL



TRAYECTORIA

- Creadora del Método NeuroCuerpoLab
- Fundadora de Alma en Danza · Pon tu Alma en Danza
- Fundadora y docente online en UnRespiro.es
- Docente de yoga, danza, movimiento consciente y astrología
- Investigadora en fascia, agua y consciencia

Ecuanimidad · Templanza · Expresión auténtica · Fluidez · Abundancia

La formación está guiada íntegramente por Valvanera Berenguer.

898 € · *todo incluido*

Un único precio para las 100 horas: retiro residencial, alojamiento, pensión completa, formación, campus online y título. Elige la fórmula que mejor te encaje; todas sin intereses.

PAGO ÚNICO

898 €

- Acceso inmediato al campus
- 2 tutorías individuales con Valvanera
- Orientación de tu proyecto

2 PAGOS

449 €

- 1.º: 449 € al reservar · se abre el campus
- 2.º: 449 € al mes siguiente

3 PAGOS

298 €

- 1.º: 298 € al reservar · se abre el campus
- 2.º: 300 € al mes
- 3.º: 300 € al mes siguiente

4 PAGOS

224,50 €

- 1.º: 224,50 € al reservar · se abre el campus
- Tres cuotas más de 224,50 €, una al mes

QUÉ INCLUYE

- Toda la formación y el título de Danza Somática Integrativa
- Alojamiento en Balneario La Dama Verde
- Pensión completa: desayuno, comida y cena
- Campus online de 52 h con acceso desde el primer pago
- Materiales descargables y diario corporal guiado

CÓMO INSCRIBIRTE

- Escríbenos por email o desde la página de contacto contándonos tu experiencia con el cuerpo y el movimiento
- Te respondemos personalmente para resolver tus dudas
- Reserva tu plaza con la fórmula que elijas: el campus se abre ese mismo día
- Las habitaciones se asignan por orden de reserva: doble, después triple y por último cuádruple

Grupo reducido de 10 a 15 personas · Factura disponible bajo solicitud.

Todo lo que necesitas *saber*

¿QUÉ SÍ ME PERMITE HACER ESTA FORMACIÓN?

Prepara para facilitar prácticas de danza somática integrativa y movimiento consciente en contextos de yoga, danza, educación corporal, bienestar, retiros y procesos grupales no clínicos.

¿QUÉ TIPO DE PROFESIONAL FORMA?

Facilitadoras de movimiento consciente y danza somática integrativa, capaces de diseñar y guiar prácticas corporales con base en neurociencia aplicada, fascia, interocepción, observación del movimiento, ética relacional y diseño pedagógico.

¿PUEDO APLICARLO EN MIS CLASES O TALLERES?

Sí. Está pensada para profesionales que ya trabajan con el cuerpo y desean ampliar su práctica con recursos de danza somática, movimiento consciente, regulación del sistema nervioso, expresión corporal y conciencia de patrones.

¿EN QUÉ CONTEXTOS PUEDO APLICARLA?

Yoga, danza, yoga aéreo, pilates, movimiento consciente, educación somática, talleres corporales, retiros, espacios de bienestar y procesos grupales de desarrollo personal no clínico.

¿NECESITO FORMACIÓN PREVIA EN DANZA?

No es necesaria. Sí es recomendable tener experiencia en yoga, danza, movimiento, somática, teatro o expresión corporal, y disposición para el trabajo personal y grupal.

¿LA FORMACIÓN TIENE BASE CIENTÍFICA?

Integra neurociencia corporal, sistema nervioso, interocepción, fascia, biotensegridad, somática y observación del movimiento, junto con prácticas danza-movimiento y pedagogía corporal.

¿POR QUÉ INCLUYE ANTROPOLOGÍA DE LA DANZA?

Para comprender la danza como lenguaje humano, práctica comunitaria, expresión ritual, memoria cultural y forma de transmisión corporal, más allá de la técnica.

¿ES UNA FORMACIÓN TERAPÉUTICA?

Se sitúa en la educación somática, la facilitación corporal, la danza consciente, el yoga, el movimiento expresivo y el desarrollo humano. No es clínica, sanitaria ni psicoterapéutica, ni habilita como Danza Movimiento Terapeuta clínica.

¿CERTIFICA EN BIODANZA, 5 RITMOS, OPEN FLOOR, BMC O LABAN?

No. Estudia estos métodos como referencias históricas, corporales y pedagógicas, sin certificar oficialmente en ninguno de esos linajes.

¿CÓMO SE PAGA?

Pago único de 898 € o en 2, 3 o 4 cuotas sin intereses. Con el primer pago se abre el campus online.

¿HABLAMOS?

Reserva tu plaza o *escríbeme* sin compromiso

Si sientes que esta formación resuena contigo, me encantará conocerte. Cuéntame tu historia con el cuerpo y el movimiento, y te respondo personalmente.

EMAIL	info@unrespiro.es
TELÉFONO	671 615 408
DÓNDE	Balneario La Dama Verde · Almeida de Sayago, Zamora
CUÁNDO	Del 6 al 12 de septiembre de 2027
WEB	almaendanza.org/danza-somatica-integrativa

SOMÁTICA · FEMENINA · INTEGRATIVA · CONSCIENTE · TRANSFORMADORA