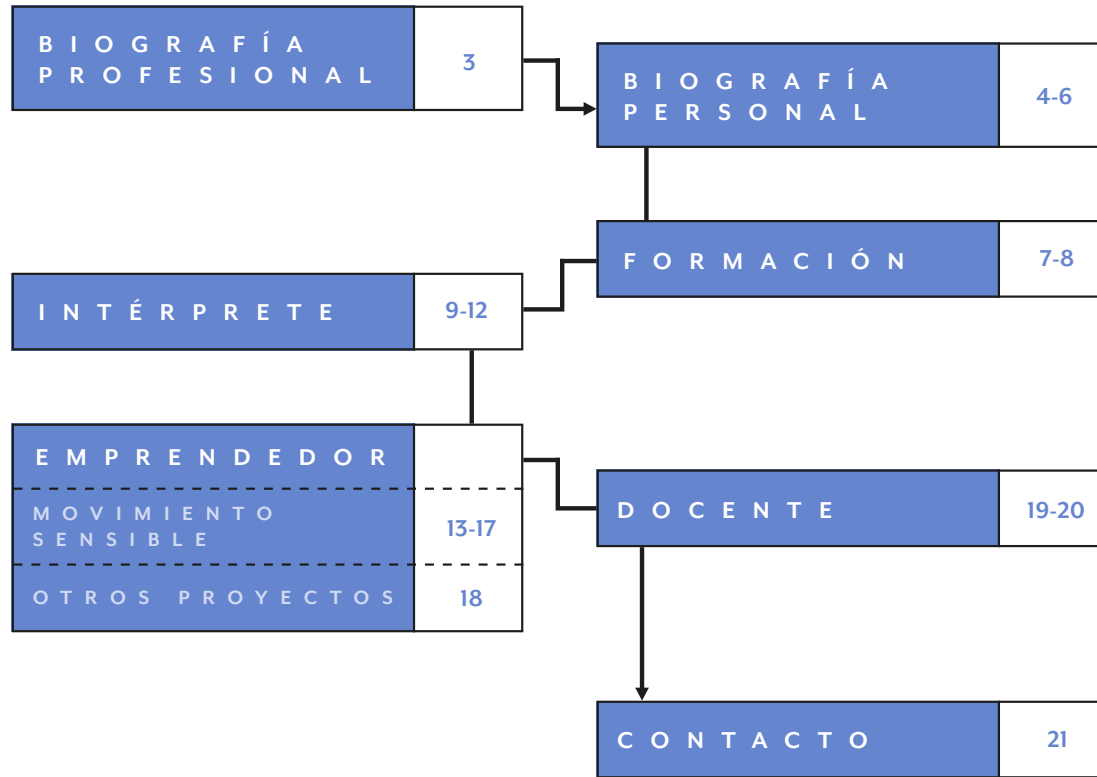


“aprendiendo sobre la
belleza y la humildad”

I S A A C S U Á R E Z

Índice



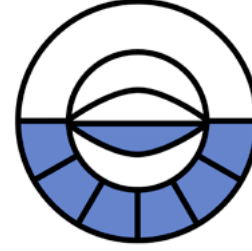


Isaac Suárez es bailarín/performer, coreógrafo, profesor de danzas urbanas y de improvisación, educador artístico/espiritual y director creativo.

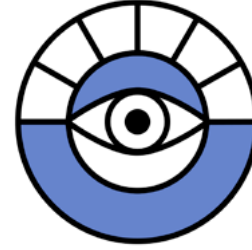
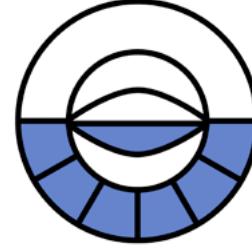
Creador de Movimiento sensible y el método *Las 7 etapas del movimiento*.

Para entender mi trayectoria debes saber de donde vengo... →

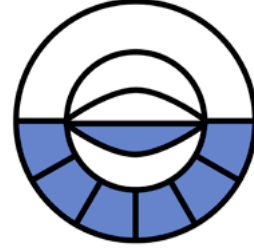
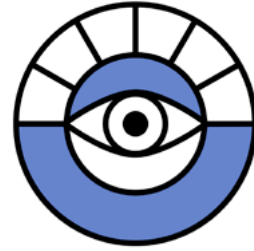
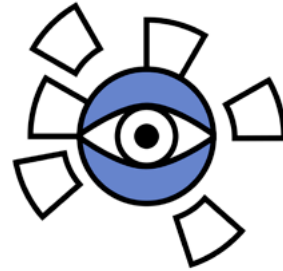
Nací en un lugar muy especial lleno de conflictos pero también lleno de vida e intensidad. Un lugar donde las dos aguas se cruzan, un lugar donde puedes ver y sentir que dos continentes se tocan y por ello entiendes la unidad.



Mi vida ha sido una representación de esto todo el tiempo, en mi familia ocurre lo mismo. Por ello aprendí a dissociarme tan joven, por ello generé la habilidad de desconectarme de mis emociones y mi cuerpo. Y esta experiencia unida a mi profundo impulso consciente de ir más allá, me llevó al movimiento y con ello al reencuentro conmigo en unidad.



La depresión y la despersonalización me llevaron a la danza, la danza me llevó a la terapia, la terapia me llevó a la alimentación, la alimentación me llevó al movimiento presente, la presencia me llevó a emprender Danzahumana y ahora me encuentro aprendiendo sobre la belleza y la humildad.





Danzas Urbanas

Enfoca su investigación en estilos como el Hip-hop freestyle y el House dance, tomando a su vez recursos durante muchos años de técnicas como el Popping (Animation) y Locking.

🕒 [Vídeo Danzas Urbanas](#)

Técnicas Contemporáneas

También estudia otras técnicas de danzas contemporáneas con varios maestros internacionales como David Zambrano, Miquel Barcelona, Laura Vilar y Bene Carrat.

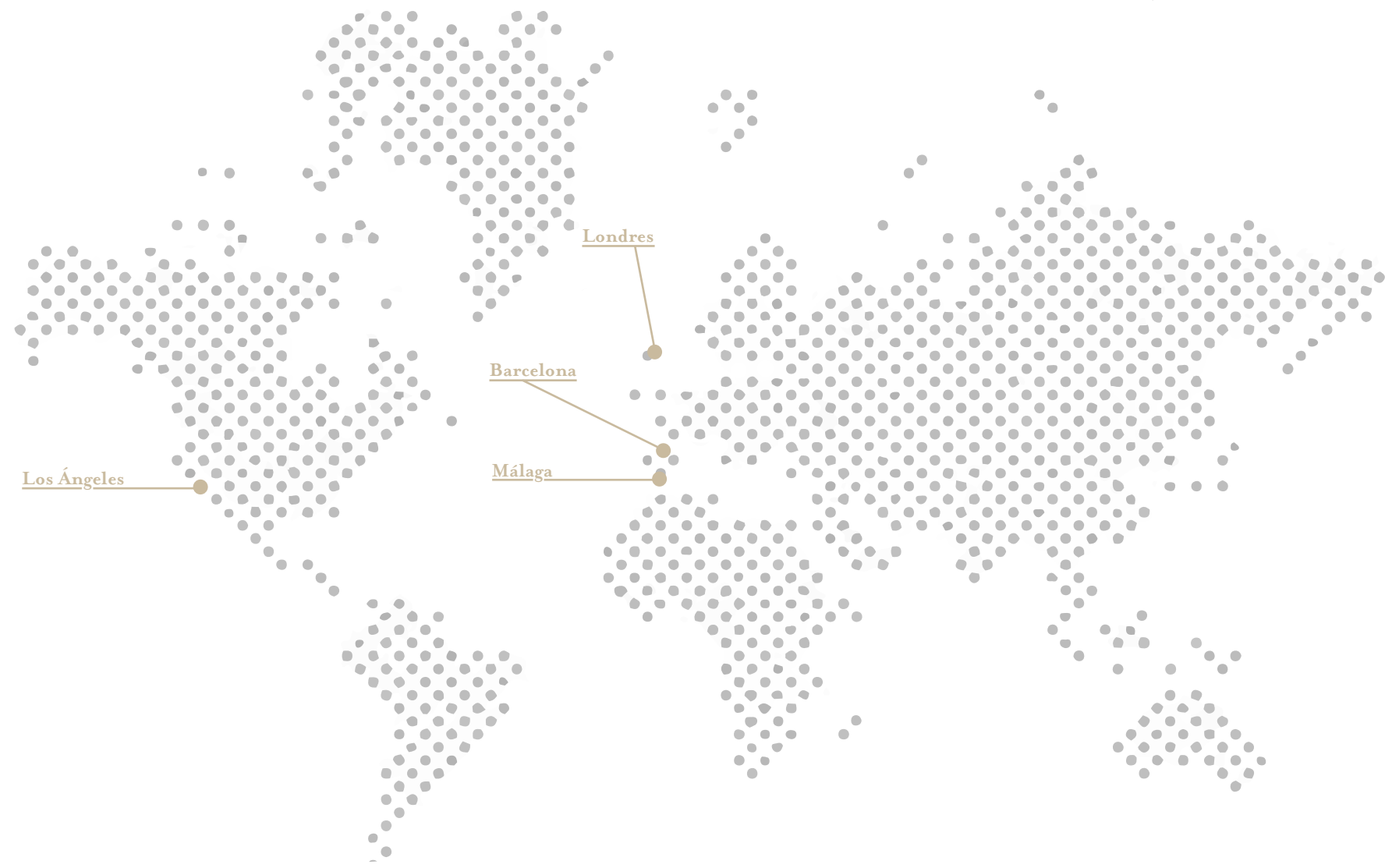
🕒 [Vídeo Técnicas Contemporáneas](#)

Letter of love to humanity

Gracias a la formación y el trabajo dirigido por la directora de la escuela *Creation Box* en Londres y la creadora del método *Flight mode*, Rachel Kay le guió para crear una pieza solista dentro del proyecto *Letter of love to humanity. A celebration in existing at all* en 2018.

🕒 [Vídeo proyecto](#)
🕒 [Vídeo pieza solista](#)

● Formación Danzas Urbanas y Técnicas Contemporáneas



Los Ángeles

Londres

Barcelona

Málaga

Musical

Ha trabajado en el famoso musical con gira internacional de Mecano *Hoy no me puedo levantar*.

Compañías de danza

Desde 2010 ha formado y forma parte de varias compañías de danza con gira nacional e internacional.



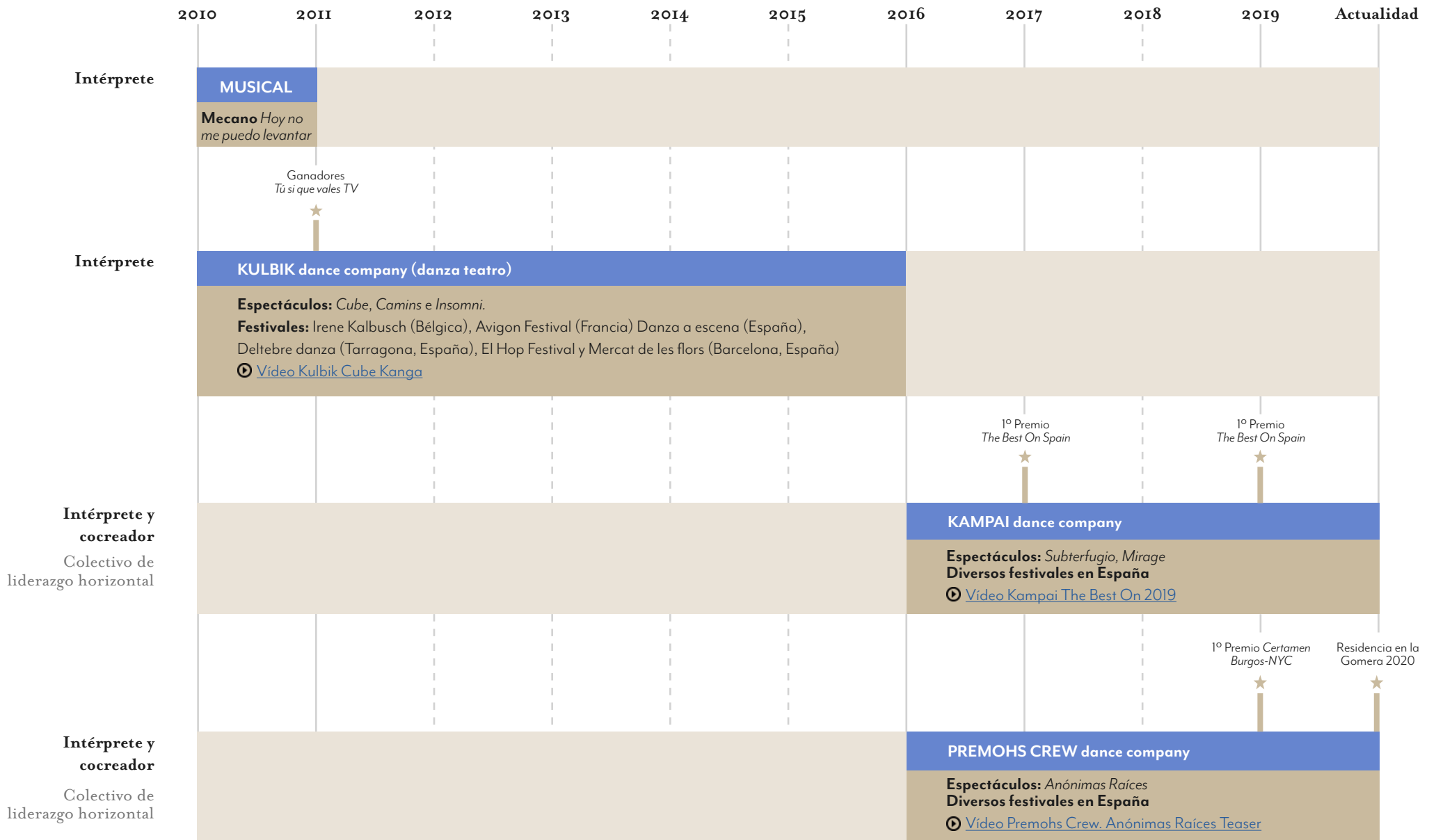
Kulbik, Estival Deltebre dansa, España, 2015

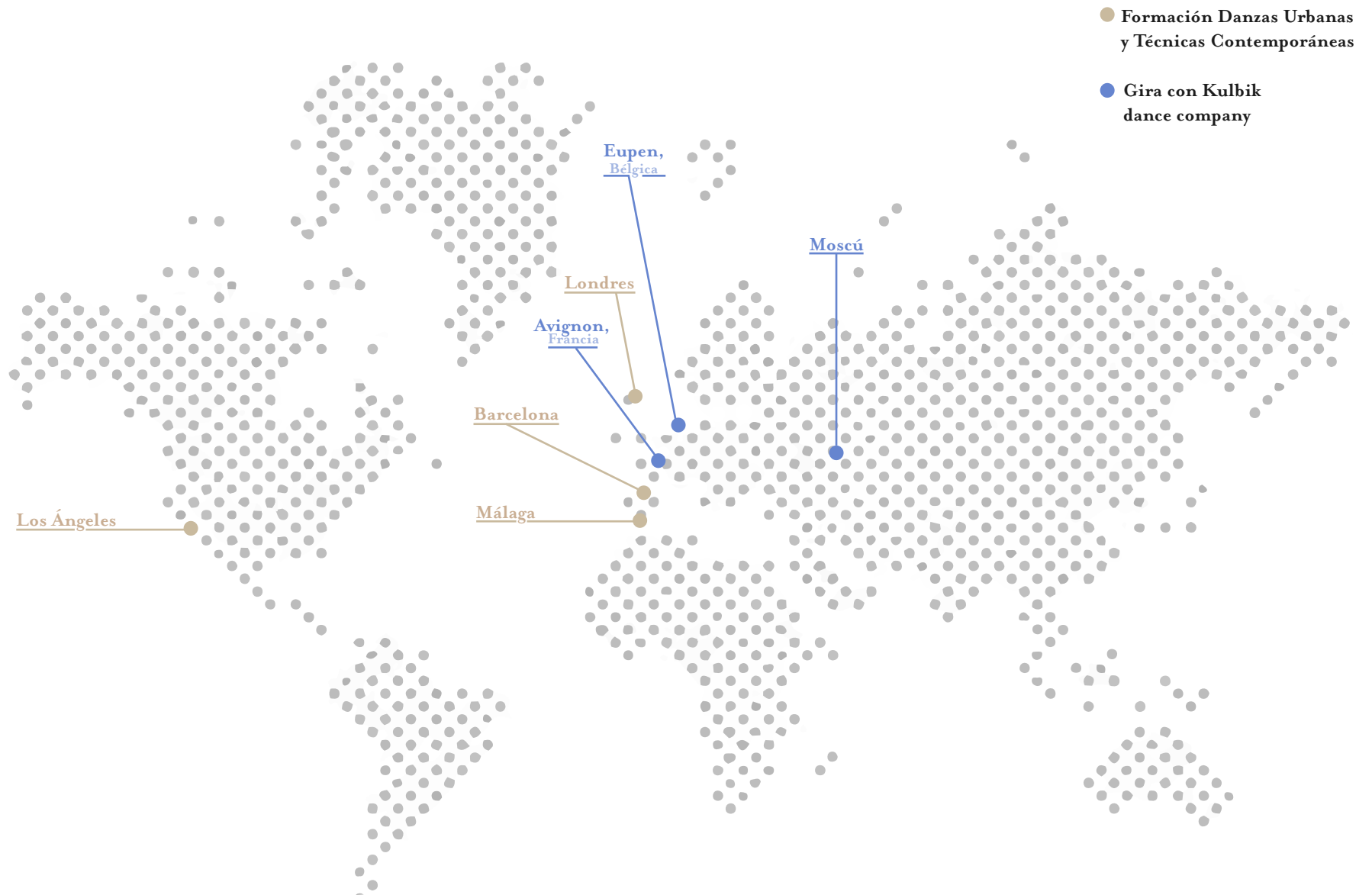


Kampai, The Best On Spain, España, 2019

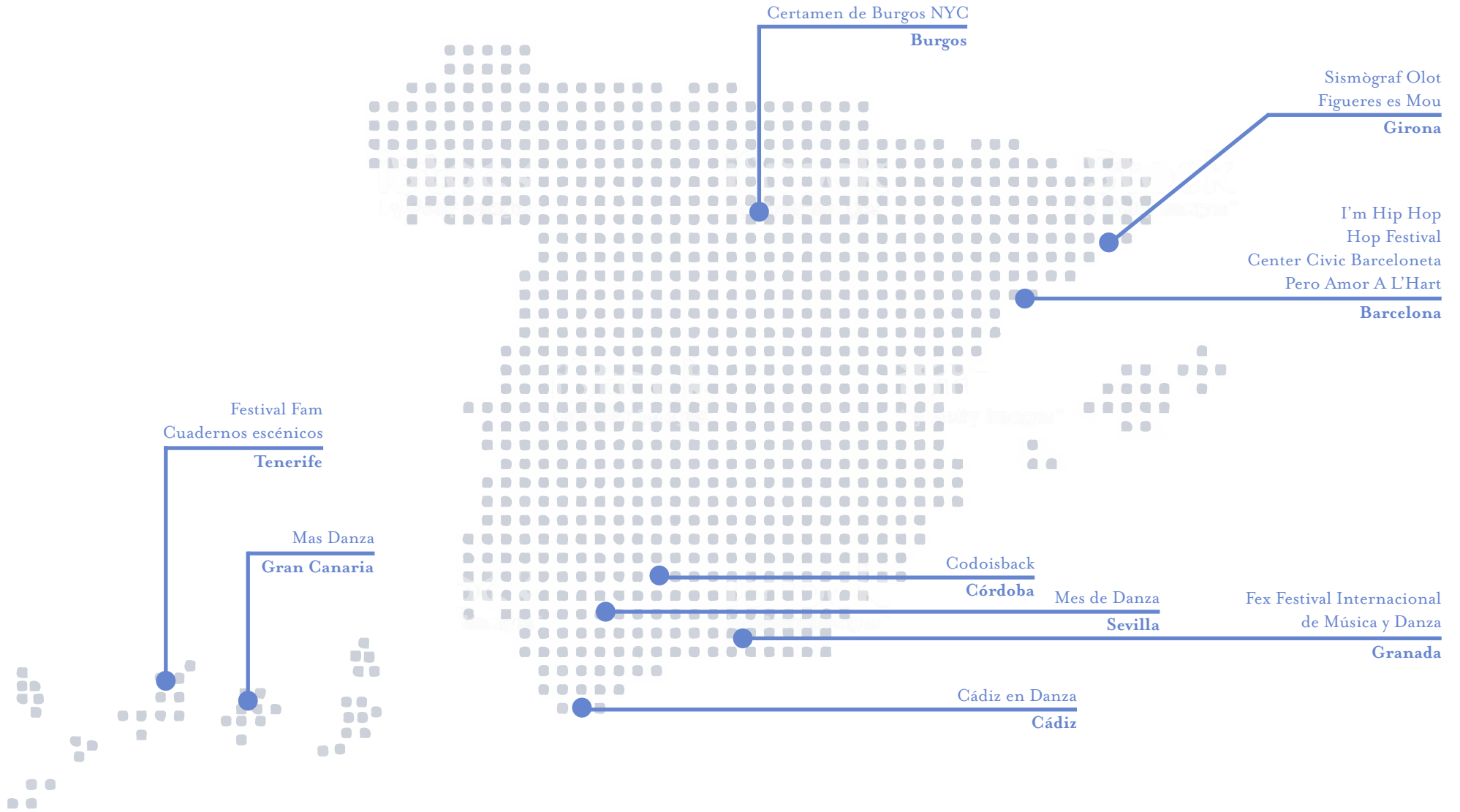


Premohs Crew, Sevilla, España, 2019





● Gira con Premohs Crew y Kampai



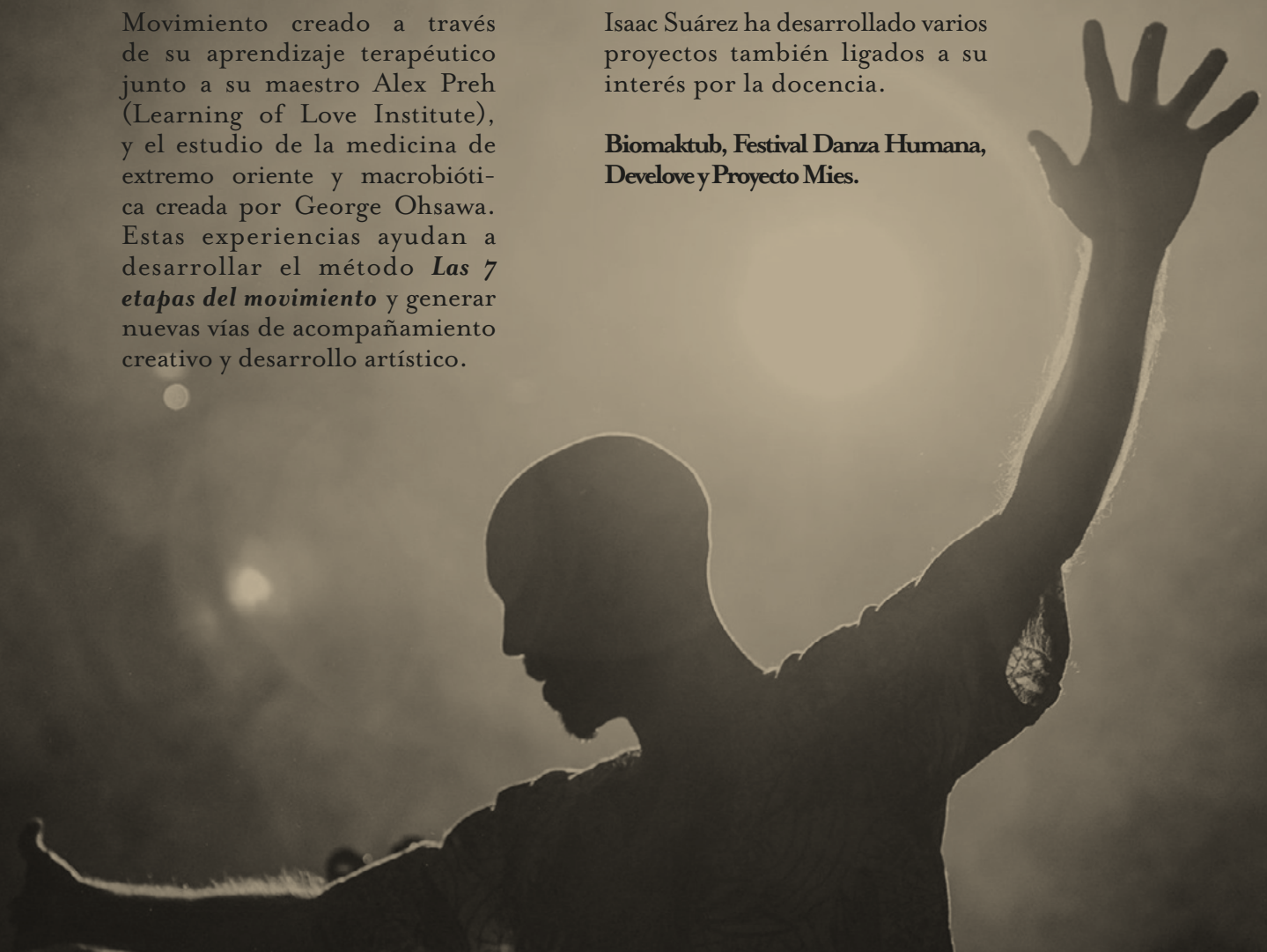
Movimiento sensible

Movimiento creado a través de su aprendizaje terapéutico junto a su maestro Alex Preh (Learning of Love Institute), y el estudio de la medicina de extremo oriente y macrobiótica creada por George Ohsawa. Estas experiencias ayudan a desarrollar el método *Las 7 etapas del movimiento* y generar nuevas vías de acompañamiento creativo y desarrollo artístico.

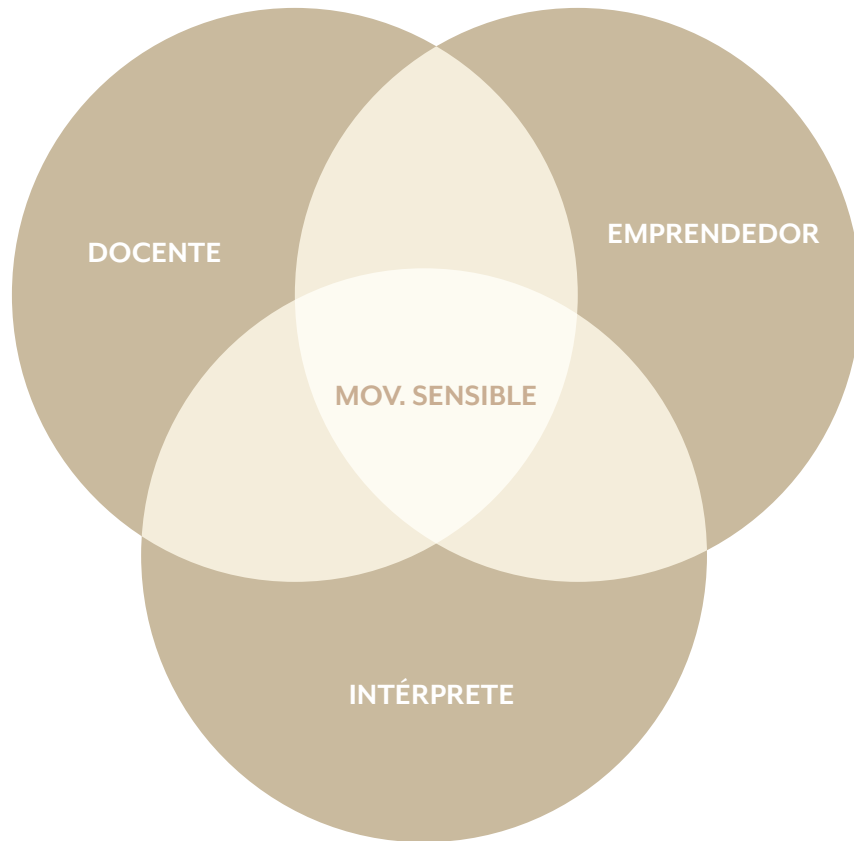
Otros proyectos

Isaac Suárez ha desarrollado varios proyectos también ligados a su interés por la docencia.

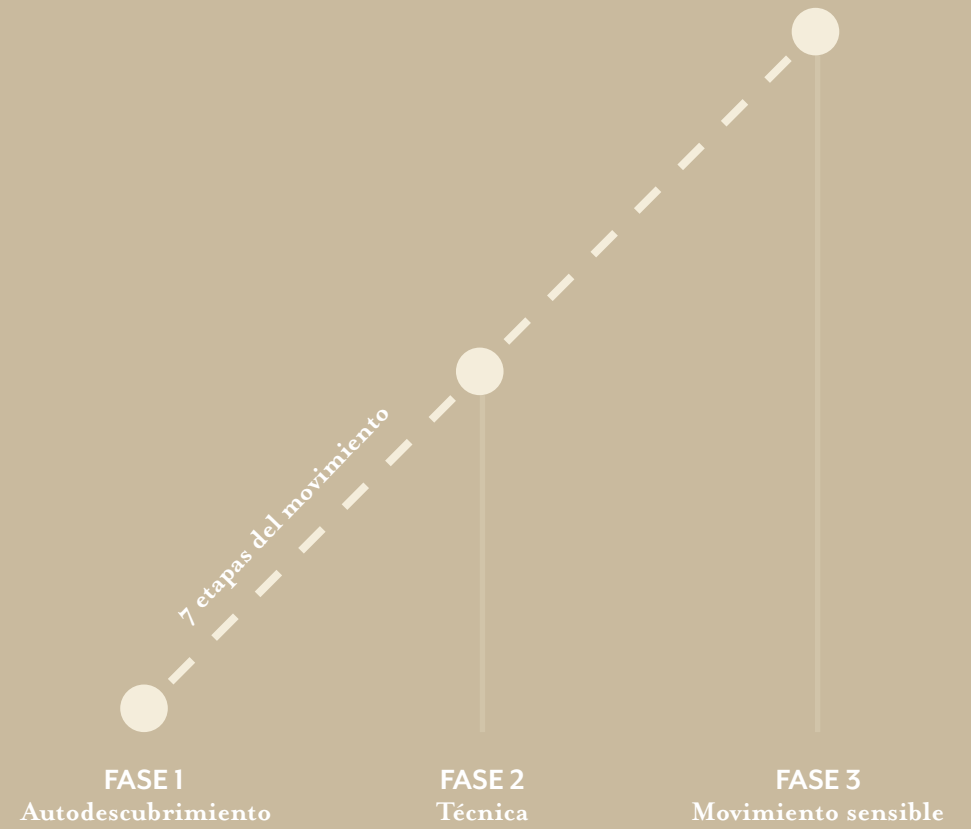
Biomaktub, Festival Danza Humana, Develove y Proyecto Mies.



¿Cómo surge el movimiento sensible?



¿Cómo llegamos al movimiento sensible?



¿En qué consisten sus fases?



FASE 1

Descripción: Es un espacio de autodescubrimiento que a través de un guía que está presente se les ofrece recursos a las personas para que puedan expresarse desde la honestidad y usar esa expresión como primera puerta de autoreconocimiento.

Etapas: Propone un método que se llama las **7 etapas del movimiento**. Cada una de estas etapas son herramientas de autodescubrimiento y de creación. Usamos estas etapas que ya existen en el ser humano como una propia metodología para traducir cada una de ellas a la expresión corporal y con ello estimular la creatividad. Se convierte en sí en un método íntegro e inclusivo, actualizable y vivo.



FASE 2

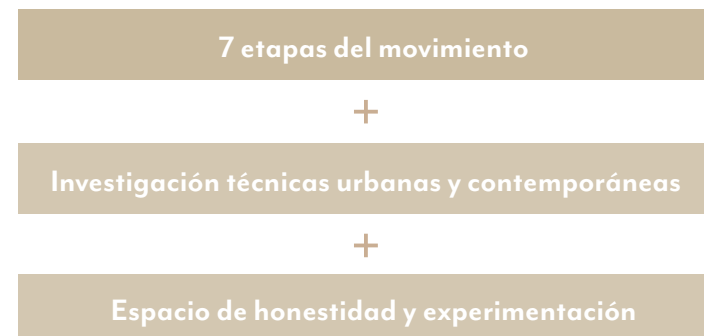
Descripción: Es a partir de todo esta práctica que comenzamos a descubrir lo que es la técnica y para qué se han creado diferentes técnicas, estilos y culturas dentro de la danza y el arte.

Conclusión: Usar los estilos y técnicas de las danzas contemporáneas o urbanas para comprender, potenciar y desarrollarlo nuestras dimensiones.



FASE 3

Movimiento sensible: Sumamos todos los conocimientos aprendidos:



¿En qué consisten sus etapas?

etapas + densas → etapas + sutiles

1. MECÁNICA

2. SENSORIAL

3. SENTIMENTAL

4. CONCEPTUAL

5. SOCIAL

6. IDEOLÓGICA

7. SUPREMA

El sistema nervioso central y periférico y sus sentidos. Las emociones como medio para reaccionar y generar vínculos con el exterior.

Los pensamientos y las imágenes. Entrada al mundo abstracto individual.

El mundo de las creencias. Cojunto de pensamientos y sentimientos que generan un sistema sofisticado llamado idea.

El cuerpo desde sus impulsos más inconscientes y estructurales como es la respiración, el latido del corazón, la propia estructura ósea y la anatomía general.

El sentimiento como conceptualización de una emoción. La voluntad y el deseo.

Nuestra mente colectiva a través de la moral y los valores. Cómo nos afecta en nuestro cuerpo y movimiento está dimensión.

La capacidad de ser conscientes de cada una de estas dimensiones y poder usarlas.



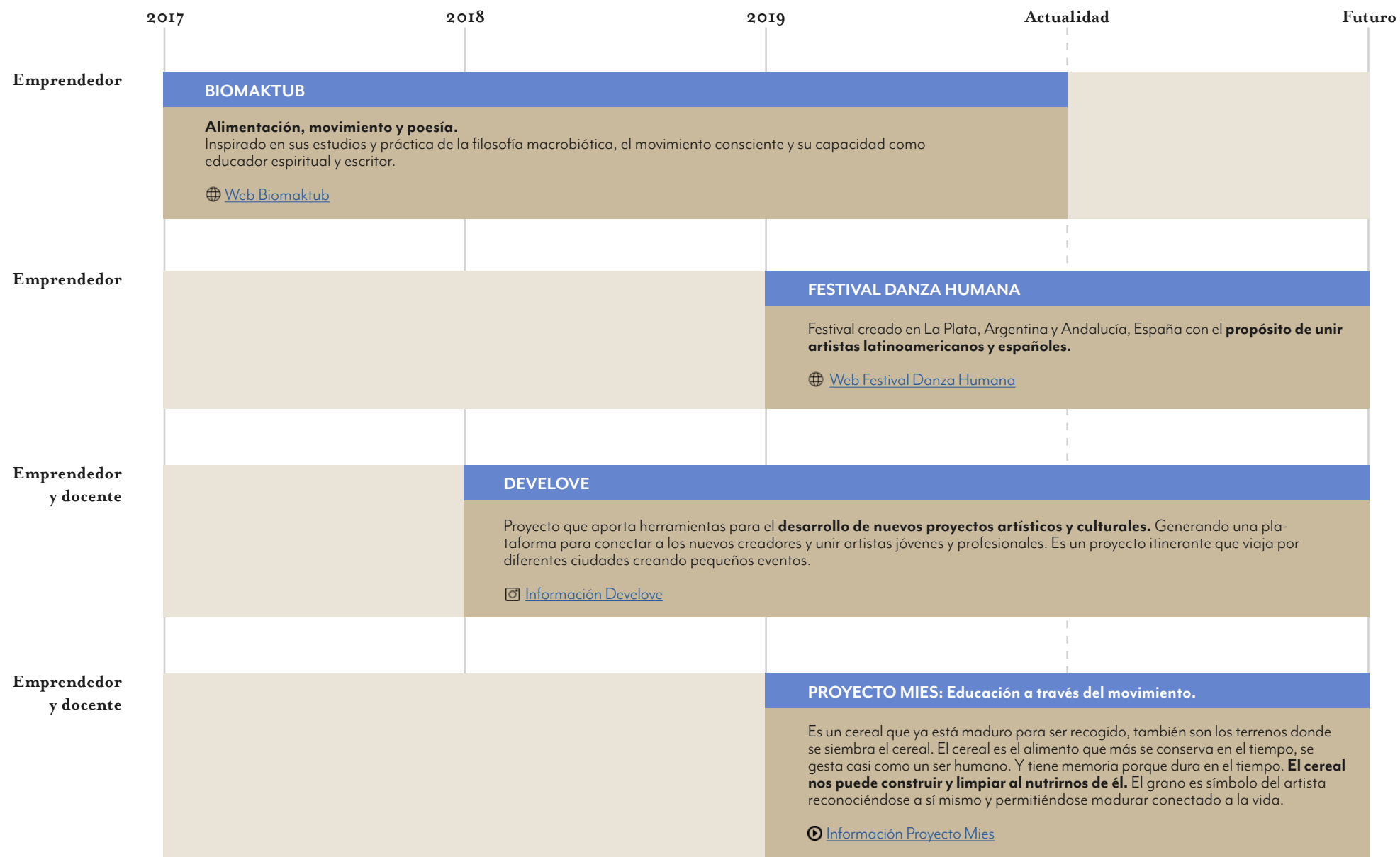
¿Cuál es el fin de estas etapas?

Conclusión: Estas etapas abren la puerta al movimiento sensible, que consiste en ser capaces de movernos estando presentes y conscientes, tomando decisiones no sólo desde nuestra parte reactiva sino desde el juego de las 7 etapas. Ser capaces de soltar y fluir por decisión consciente, llevándonos a la verdadera libertad artística y como seres humanos.

¿Cómo surgen estas etapas?

Inspiración: Filosofía Macrobiótica, donde el japonés George Ohsawa, experimentó a través de la alimentación cómo son las leyes universales de la naturaleza. A través de esta investigación descubrió las 7 etapas del juicio, que son las siete dimensiones que nos forman como ser humano y que yo transferí al arte y a la expresión corporal llamándoles las *7 etapas del movimiento*.







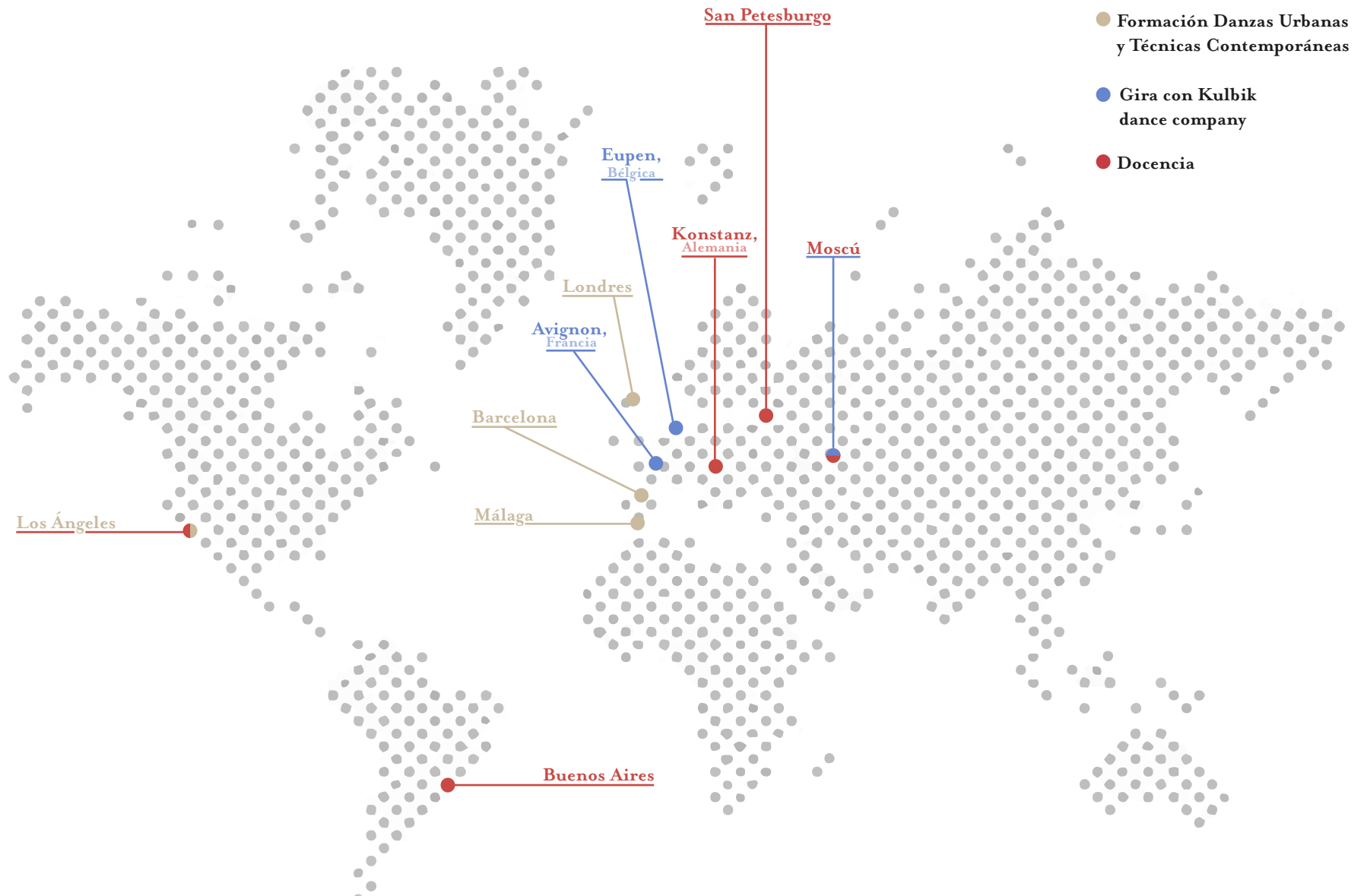
Fotograma del vídeo sobre Movimiento sensible

Ser docente para mí es educar, educar es ayudar a sacar lo que hay dentro para expresarlo fuera.

Y luego está esa cosa misteriosa que llamamos alma o duende. Cuanto más disponible está nuestro cuerpo más posibilidades tiene ese duende de expresarse de mil formas diferentes.



*Centro Expressa't, educación emocional y creativa,
Barcelona, 2017*



¡ G R A C I A S P O R
L E E R M E !



C O N T A C T O

✉ isaaksuarezjimenez@gmail.com

📷 [@isaaksuarez](https://www.instagram.com/isaaksuarez)

▶ www.youtube.com/user/csjdemon