

Conservatorio Profesional
de Música «Pablo Sarasate»



Gobierno
de Navarra



«Pablo Sarasate» Musika
Kontserbatorio Profesionala



Nafarroako
Gobernua

Programa de Cursos y Masterclass del Conservatorio
Profesional de Música “Pablo Sarasate”

“Pablo Sarasate” Musika Kontserbatorio Profesionaleko
Ikastaro eta Masterclass-en Egitaraua

Curso 2014-2015 Ikastaroa

***IMPORTANCIA DEL ABDOMEN Y EL SUELO PÉLVICO EN
CANTANTES E INSTRUMENTISTAS DE VIENTO***

ANA ALONSO FERNÁNDEZ

(CHARLA TEÓRICO - PRÁCTICA)



Sábado 18 de Abril de 2015 - 10:30 A 13:30 H.

Aula Guelbenzu del Conservatorio Superior de Navarra

Conservatorio Profesional
de Música «Pablo Sarasate»



Gobierno
de Navarra

«Pablo Sarasate» Musika
Kontserbatorio Profesionala



Nafarroako
Gobernua

ANA ALONSO FERNÁNDEZ

Experiencia profesional

Titulada en Fisioterapia. Universidad de A Coruña (2000-2003), Osteopatía (1º a 4º nivel. Escuela de Osteopatía de Madrid, 2008-2014) y especialista en suelo pélvico y pelviperroneología.

Ha participado en cursos de “Metodología Osteopática en Ginecología” en E.U. de A Coruña, de “Fisioterapia en las Disfunciones del Suelo Pélvico” impartido por Carolina Walker en Vitoria, “Alimentación: una herramienta fundamental en fisioterapia y osteopatía” en Pamplona, “Fisioterapia Perineal” (impartido por Sandra Martínez Bustelo), “Tratamiento Integral del Sistema Fascial” en Logroño, “Gimnasia Abdominal Hipopresiva” impartido por Marcel Caufriez en Santiago de Compostela y “Actualización en reeducación de suelo pélvico” en A Coruña impartido por Sandra Martínez Bustelo y Guy Valancogne en el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia en colaboración con la E. U. de Fisioterapia de A Coruña. Ha realizado un Postgrado de “Fisioterapia manipulativa articular”.

Durante 10 años de carrera profesional se dedica a la labor asistencial tanto en centros como a domicilio. Asimismo ha realizado una labor informativa en varios ayuntamientos de la región de Valdezarbe mediante charlas divulgativas. Ha trabajado en distintos centros de fisioterapia como el Centro de “Beatriz Martínez Erro” de Puente la Reina, en el que lleva a cabo tratamientos de fisioterapia, preparto, postparto y recuperación del suelo pélvico, en la Clínica de Fisioterapia “Val Miñor” de Baiona, en la cual pone en práctica tratamientos de fisioterapia en traumatología, reumatología y ejercicios hipopresivos. Desarrolla también su actividad en la Clínica de Fisioterapia “Alfonso Penas Mariño” de Vigo con tratamientos de fisioterapia en traumatología, reumatología y ejercicios hipopresivos. Su experiencia se extiende además en el Centro de Talasoterapia. “Talasos Atlántico de Baiona, Sanatorio Concheiro de Vigo, Centro de Fisioterapia Acción de Laracha en A Coruña y Servicio de Fisioterapia del centro Castro Navás de Nigrán.

Actualmente, trabaja en el Centro de Fisioterapia “Pablo Inchauspe” de Sarriguren en el área de recuperación de suelo pélvico.

Objetivos

Ponencia

1. Conocer el funcionamiento y la anatomía de la región abdominal y el periné en relación a los ciclos respiratorios, lo cual es de gran ayuda para cantantes e instrumentistas de viento.
2. Breve explicación de la patología en esta región susceptible de producirse en cantantes e instrumentistas de viento.
3. Exposición de las correcciones corporales que permiten alcanzar la postura idónea y mejorar la eficacia para la práctica del canto e instrumentistas de viento (pautas sobre buenos/malos hábitos, deportes aconsejables, etc.)

Taller Práctico

- a) Puesta en práctica del apartado 3 teórico en relación a la postura
- b) Ejercicios potenciadores de la musculatura empleada en el proceso del canto y en la emisión del instrumentista de viento, en referencia a abdomen y periné
- c) Estiramientos y ejercicios descongestivos de la musculatura antes citada

Día y lugar del curso

Una sola sesión teórico-práctica. Sábado 18 de abril de 2015 de 10:30 a 13:30 Horas. Intermedio y breve descanso. Lugar: Aula Guelbenzu del sótano del Conservatorio Superior de Navarra.

Inscripciones

Aula nº 24 y 32 del 2º piso del Conservatorio Profesional de Música Pablo Sarasate de Pamplona o llamando al teléfono 616555716 (Mercedes Gorría, profesora de canto del centro) ó 616555706 (Daniel Gutiérrez, jefe del Departamento de canto, coro e idiomas)

Precio: 15 €. Pagar a los responsables antes del sábado 18 de abril.

Responsables del curso

Mercedes Gorría (profesora de canto del centro) y Daniel Gutiérrez (jefe del Departamento de canto, coro e idiomas)