

Tierra, fuego y aire



FOTOGRAFIA

IX Festival Internacional de Flamenco

"Terra, fogo e ar" é o tema da 9ª edição do Festival Internacional que traz o bailar José Maya como convidado principal.

Sevilha: a mais charmosa das cidades espanholas



Não é à toa que o poeta brasileiro João Cabral de Melo Neto se apaixonou pela cidade: Sevilha tem muitas qualidades que atraem turistas e amantes da arte flamenco.

"Sevilla tiene una cosa, que solo tiene Sevilla"

Descubra através de passeios pelas suas sinuosas ruas, a famosa arquitetura da cidade, a vida noturna agitada e principalmente os numerosos tablados flamencos que em setembro e outubro oferecem programação especial por conta da XVI Bienal de Flamenco.

PÁG. 6

Companhia Antonio Canales apresenta peça de Lorca em Belo Horizonte durante o FIT

PÁG. 8

Documentário *Otras Flamencas* estreia no Festival Internacional

PÁG. 2

Moda Flamenca com o que o brasileiro tem de melhor: criatividade

PÁG. 3

Exercícios para prevenir dores nos joelhos

A fisioterapeuta da USP Ana Paula Moura Campos especializou-se nas articulações dos joelhos, e a partir da observação de bailarinos, elaborou uma série de exercícios que auxiliam a prevenir dores nos joelhos durante as aulas. Ela indica alguns exercícios específicos para a prática do flamenco.

PÁG. 7

Extra, extra, extra: *Flamenco Brasil* agora também na versão impressa

É com muito orgulho que apresentamos aos nossos leitores a primeira edição do jornal Flamenco Brasil EXTRA. Esse número que você lê agora é um dos 5 mil exemplares que foram distribuídos em todas as escolas de flamenco da cidade de São Paulo. Mas é mais do que isso, é também um marco na história do Flamenco Brasil. Já completamos mais de um ano de existência como mídia especializada nessa arte tão rica que é o flamenco. Desde a criação do portal online, já germinávamos a ideia de criar uma versão impressa com conteúdo exclusivamente de flamenco. O mês de agosto 2010 nos pareceu o momento perfeito para lançar esse veículo. Primeiro porque depois de um ano e cinco meses de site aprendemos e ganhamos a experiência necessária para essa nova empreitada e, segundo, porque o Festival Flamenco de São José dos Campos reúne profissionais e amadores de várias

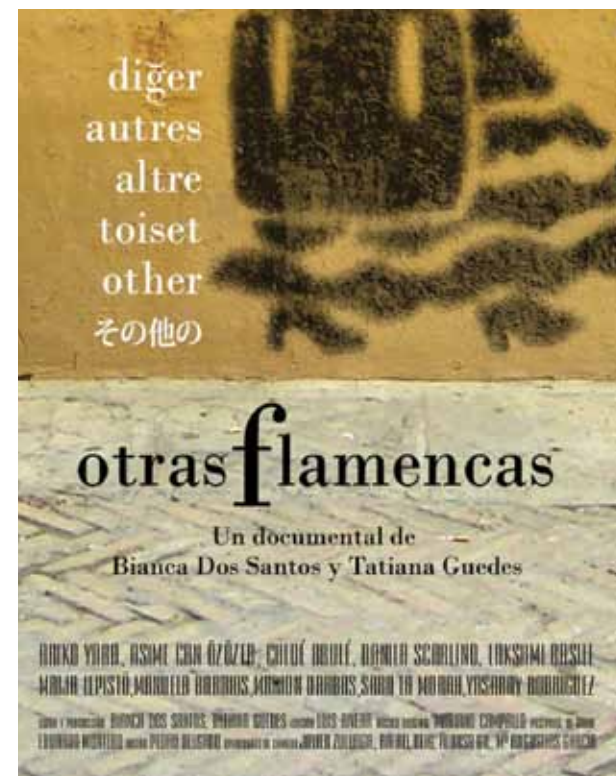
partes do Brasil, uma excelente oportunidade para alcançar ainda mais leitores. Só em 2010, já acompanhamos e noticiamos a vinda de grandes nomes do flamenco como Eva Yerbabuena, Marco Flores, o guitarrista Ninõ Josele, Carmen la Talegona, Inmaculada Ortega, Domingo Ortega e ainda estão por vir a Cia. Antonio Gades, Pol Vaquero, Yolanda Heredia e os convidados do Festival: José Maya, o guitarrista Pino Losada e o cantor Saul Quiros. O crescente número de grandes eventos de flamenco no Brasil só mostra que essa arte segue conquistando admiradores *despacito y a compás*. Nosso compromisso com você é estar sempre por dentro de tudo o que acontece para levar conteúdo gratuito e de qualidade, independentemente do formato. Temos a certeza de que a materialização desse jornal é mais uma das muitas realizações que estão por vir. Desfrutem!

Documentário *Otras Flamencas* ESTREIA

As brasileiras Bianca dos Santos e Tatiana Guedes moravam em Sevilha e estavam conversando com as colegas depois da aula de baile flamenco quando perceberam que, como elas, outras tantas mulheres que estavam ali haviam deixado seus países para viver o flamenco na Espanha.

A conversa as motivou a se lançarem na produção de um documentário contando a história de algumas dessas mulheres. Com o patrocínio da Agência Andaluza para el Desarrollo del Flamenco da Secretaria de Cultura de Andaluzia, elas conseguiram realizar o filme e contam toda a experiência no blog <http://otrasflamencas.wordpress.com>.

Segundo Bianca e Tatiana, “é importante pontuar que o fenômeno no qual pessoas de várias nacionalidades migram para Andaluzia para aprender a arte flamenco é bastante visível hoje e tem produzido novas redes de sociabilidade dentro do circuito flamenco. Os estrangeiros, de certa forma, dinamizam a cultura flamenco, transformando-a”. Desde a estreia, que aconteceu em Sevilha em dezembro passado, o documentário já



foi exibido no último Festival de Jerez, na Noche Blanca da cidade de Córdoba e será exibido no maior evento de flamenco, a Bienal de Flamenco de Sevilha, em outubro. No Brasil, as primeiras exibições acontecerão durante o IX Festival Flamenco Internacional de São José dos Campos no Auditório da Fundação Cassiano Ricardo nos dias 28 e 29 de agosto.

Por Luiza Medeiros

fiamencobrasil
www.fiamencobrasil.com.br
contato@fiamencobrasil.com.br

Diretoras Luiza Medeiros e Andressa Rocha (Jornalista Responsável MTB 73428/00234-SP) **Pesquisa** Marilyn Mafra **Assistente de Conteúdo** Adriana Oliveira **Editora** Alejandra Osses **Repórteres** Alejandra Osses, Andressa Rocha, Luiza Medeiros e Maira Watanabe **Editoração** Luiza Medeiros **ANUNCIE 11.9565.8445 / anuncie@fiamencobrasil.com.br**
Tiragem 5mil exemplares :: Bimestral :: Impresso na Gráfica Rotativa www.graficarotativa.com.br

LIVRO Transcrição da obra de Camarón de la Isla

Camarón Guitar Tabco Voz, de David Leiva, é a primeira transcrição da obra do mítico cantor. O autor selecionou algumas das principais composições de Camarón, como a revolucionária “La Leyenda Del Tiempo” e “Potro de Rabia y miel”, seu último trabalho. A obra mostra as linhas melódicas do cante, acompanhamento e falsetas em partituras das guitarras de Paco de Lucia, Ramon de Algeciras, Paco Cepero, Tomatito e Raimundo Amador. Sobre o autor: Mestre em guitarra clássica e flamenco, professor, artista, pesquisador. Entre outras publicações estão “Método de cante y baile flamenco y su acompañamiento” e “Suite de flamenco”.
www.davidleiva.net



CD & DVD Ojos de Brujo (ODB)

A banda de Barcelona comemora dez anos com uma grande turnê - inclusive, passaram por aqui no início do ano, e fizeram todo mundo dançar no Sesc Pinheiros (São Paulo). ODB construiu uma identidade muito peculiar ao misturar com maestria flamenco, rumba catalã, música africana, som cubano, funk, música eletrônica, rock latino e hip-hop. Curiosidade: os nomes dos CDs vêm do caló, língua derivada do romaní dos ciganos. Não importa qual, todos valem muito a pena: “Vengue” (duende)/ 2000; “Bari” (jóia, essência e virtude)/2002; “Techarí” (livre)/ 2006; “Aocaná” (agora)/ 2009. Tem até DVDs, como “Girando Bari”/ 2005 e “Techarí Live”/ 2007.
Por Alejandra Osses



O flamenco está na moda

Entre estampas, rendas e lunares despontam oportunidades para diversas ocasiões

A moda flamenco no Brasil traduz cada vez mais a criatividade e flexibilidade do brasileiro. Coleções transitam por palcos, ruas e festas de gala. Como os figurinos das marcas La Flamenca, Lunares, Riatitá e roupas da estilista Maria Cajas. Peças que misturam renda e tecidos tecnológicos que além dos palcos, dialogam também com ocasiões que exigem o sofisticado estilo *tenue de soirée*. Flamenco além de global, é versátil. Por Andressa Rocha



FLAMENCO CASUAL



A marca de sapatos flamencos Dona Danza vai lançar ainda neste semestre uma linha de sapatos para as ruas e dança de salão, inspirada nos sapatos para flamenco. O primeiro modelo divulgado (foto) vai se chamar *Sara*.
Onde encontrar www.donadanza.com



O artista Daniel Delattre, da marca comportamental VEX confecciona camisetas pintadas a mão com temas flamencos. É possível ter estampas singulares da linha VEX EXCLUSIVE. É só encomendar.
Onde encontrar (11) 23387591 ou www.stomphouse.com.br

A La Flamenca aproveita o que o Flamenco e a vida tem de melhor!
Mais que uma marca de roupas e acessórios para flamenco, a La Flamenca é um instrumento a serviço da arte de dançar, a serviço das pessoas que vivem pela paixão e devoção de viver o estilo Flamenco!!!!

acesse: www.laflamenca.com.br (19) 33864404 (19) 92507569

El arte de vivir el flamenco

IX FESTIVAL FLAMENCO INTERNACIONAL DE SJC

A 9ª edição do Festival Flamenco acontecerá em São José dos Campos e São Paulo a partir de 21 de agosto. Na programação, contam-se sete dias de espetáculos, 75 horas de aulas de flamenco, 42 horas de Mercado Flamenco e seis dias de cursos de estrutura musical. Para saber mais detalhes sobre as atividades oferecidas acesse: www.flamencobrasil.com.br. Entre as novidades, está a palestra sobre vestuário espanhol. O tema surgiu da tese de doutorado da pesquisadora Maria Alice Ximenes defendida na Unicamp. O trabalho aborda as intersecções entre o traje espanhol feminino, a mulher espanhola e o movimento da saia no flamenco. A pesquisa conta como a mantilha, o xale e a saia figuram elementos con-



Mercado Flamenco do VIII Festival Internacional

tinentes da cultura espanhola. Durante o Festival ocorrerá ainda a estreia do documentário "Otras Flamencas", filme que foi produzido na Espanha pelas brasileiras Bianca dos Santos e Tiana Guedes.

Por Luiza Medeiros

Maya ESPETÁCULO



Não deixe de conferir o espetáculo flamenco "Maya", definido pelo próprio bailaor como "uma viagem interna onde a carne se perde, somando-se ao enigmático pentagrama da música. As notas são o instante, o presente ou passado que se instala irremediavelmente, agarrando-se à pele sempre efêmera". Anote:

"MAYA"

José Maya (baile)
Saúl Quirós (cante)
Pino Losada (guitarra flamenca)
e convidados

São José dos Campos

29 de agosto :: 19h30
Teatro Municipal
Rua Rubião Júnior, 84 - 3º andar

São Paulo

31 de agosto :: 20h30
Teatro Gazeta
Av. Paulista, 900

Pino Losada GUITARRA

Ele é Diego para poucos, Pino para muitos. Violonista flamenco, Pino Losada já esteve no Brasil no Festival de Londrina, tocando para o bailaor Rafael Amargo. Agora, prepara-se para acompanhar o baile de José Maya no Festival Internacional de Flamenco, em S. José dos Campos. "Tenho a sorte de ter nascido no seio de uma família de violonistas flamencos", conta. Os Losada representam uma dinastia no universo desta cultura. O pai de Pino, Diego Losada, ocupou o posto de primeiro guitarrista do Ballet Nacional de España durante muito tempo. É também o grande incentivador da carreira do filho, que já tocava aos seis anos. Na adolescência, profissional e tocando nos melhores tablados de Madri, Pino saiu da Espanha e conheceu o mundo trabalhando junto a Antonio Canales.

Além de Canales e Amargo, tocou também para Joaquín Cortes, sem falar no intenso trabalho junto à sua família, em diferentes espetáculos e países. Quanto ao curso que ministrará durante o Festival, Pino dará ênfase à técnica e, claro, ao "aire flamenco, como o soniquete por bulería e o sabor no acompanhamento ao baile", destaca. Aliás, um dos seus palos favoritos é a soleá – "um dos mais difíceis do flamenco, por sua complexidade no toque, cante e baile", explica.

Indagado sobre os guitarristas flamencos que



admira, responde sem titubear: "Paco de Lucía!". Pino, que adoraria conhecer a Bahia, é amante da música brasileira. Revela com graça o que seria, caso não fosse músico flamenco: "Sem dúvida, dedicaria a minha vida a tocar o violão brasileiro", diverte-se.

AO

José Maya BAILE

"O flamenco é o silêncio interior que nasce em mim e permite que eu me transporte e compreenda cada dia mais a vida."

Elegância, fogo, genialidade, força, magnetismo, "arte puro"... sinta o sabor de cada palavra, e descobrirá como é o baile de José Maya Serrano. São inúmeras as definições dos críticos a este gitano nascido em Madri, em uma família de artistas. Podem dizer o que quiserem. A arte de José Maya é tudo isso, mas também, poesia. Como a sua alma.

Convidado pelo Festival Internacional de Flamenco de São José dos Campos, os estudiosos e admiradores do flamenco no Brasil poderão conferir de perto o trabalho deste bailaor que ministrará cursos em São José dos Campos e São Paulo.

Aos nove anos, Maya já dividia os palcos com grandes nomes do flamenco, como Antonio Canales, Juan Ramírez, Joaquín Grilo, Enrique Morente, Javier Barón, La China, só para citar alguns. Além da Espanha, países como Portugal, Holanda, Canadá, França, Itália, Alemanha e Argentina conferiram o baile deste jovem, porém maduro, artista. Prêmios também não lhe faltam – vale citar o de melhor bailarino no Certamen de Coreografia do Teatro Albéniz

(2000), em Madri, por "Dos Mundos", junto a Alfonso Losa. O talento natural foi lapidado por mestres do baile flamenco, como Antonio Canales, Manolete e El Güito. A eles se refere com reverência e profundo respeito: "Tive a sorte de estudar com grandes maestros, com todos eles aprendi e me ensinaram sobre a dança, a disciplina e o amor que é necessário para sapatear". Amante de todos os gêneros musicais, Maya levou o flamenco além das fronteiras das festas familiares, peñas e teatros. O mundo pop também já admirou o seu virtuosismo, tendo se apresentado junto a estrelas como Beyoncé, Marc Anthony e Bjork. "Foi uma experiência maravilhosa poder dividir o palco com estes grandes artistas, e ainda poder me divertir com eles fazendo fusões - para mim, toda música que nasce do coração é a mesma". Ele se apresenta em São José dos Campos e São Paulo com o espetáculo "Maya" (ver quadro) e nos dias 8 e 9 de setembro na Noite de Tablao do restaurante Fulana, em São Paulo.

Por Alejandra Osses



Saúl Quirós CANTE

A barba ruiva esconde o rosto de menino e a voz melodiosa. Seu pai, o cantaor Adolfo el Segoviano, o levava com apenas seis anos aos seus shows. Aos nove, Saúl Quirós estreava como vocalista pelas mãos do músico e compositor espanhol Joan Manuel Serrat.

Adolescente, cantou em um grupo de jovens flamencos, que fusionavam o flamenco a outros estilos. "Só mais tarde passei a me dedicar ao flamenco mais profundo, trabalhando em diversos tablados em Madri", diz.

Cantou para grandes mestres da dança flamenca, como El Güito, Manolete, Merche Esmeralda e Cristobal Reyes. Marcou presença no espetáculo Cumbre Flamenca, em 1999, e, em seguida, entrou para a companhia de Sara Baras, na qual permaneceu por nove anos, participando das mon-

tagens Juana la Loca, Mariana Piñeda, Sabores, Carmen, entre outras. "Nesse tempo cresci artisticamente e me tornei conhecido", continua. Diego el Cigala, Tomatito, Manolo Sanlúcar e Duquende estão entre os nomes com quem trabalhou recentemente.

Já percorreu quase o mundo todo com o seu cante - Japão, China, Estados Unidos, além da América do Sul e Europa. Agora, é a vez do Brasil conhecer o flamenco puro de Quirós durante o Festival Internacional de Flamenco. "Estou muito entusiasmado", revela.

Para o curso de cante e estrutura de baile que ministrará no Festival, Saul abordará diferentes palos do flamenco, como seguiriya, soleá, bulerías e alegrías. E se diz fã da música brasileira: "Me encanta", diz em bom espanhol. "Gosto muito de Gal Costa". AO



“Sevilla tiene una cosa...”

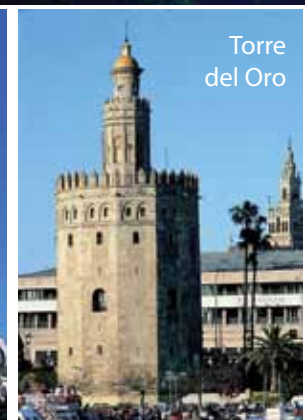
Por sua bela arquitetura, a riqueza de sua história e principalmente pela Bienal de Flamenco, Sevilha é destino ideal para o turismo flamenco.



Ponte San Telmo sobre o rio Guadalquivir



La Giralda



Torre del Oro



Real Alcázar

Setembro e outubro são os melhores meses do ano para visitar a espanhola cidade de Sevilha: acabou a alta temporada, o tempo está mais fresco e começa a Bienal de Flamenco. Referência internacional da arte flamenca, a 16ª edição do evento traz, de 15 de setembro a 9 de outubro, palestras, mesas redondas, exposições, cursos e espetáculos.

Antes de assistir aos espetáculos, “respire” o flamenco passeando pelas ruas desta cidade de cores e aromas especiais. Visita obrigatória são a Catedral, de 1401, e a torre *La Giralda*, que oferece uma vista magnífica. Próximo está a *Plaza Virgen de los Reyes*, onde “estacionam” as carruagens que oferecem diversos passeios pela cidade.

Entre os museus, está o *Museo del Baile Flamenco*, incluído na programação da Bienal com as propostas *Bailando al cante*, da Cia Antonio Andrade e *Contrastes subidos de tono*, baile e pintura sob direção de Úrsula Moreno e Patricio Hidalgo. O mesmo local abrigará a exposição *El Flamenco entre lo Figurativo y lo Abstracto. Pintura y Escultura*.

Vale um passeio pelos *Reales Alcázares*, complexo com os palácios reais e mais de mil anos de história, e seus magníficos jardins. O local abrigará duas das nove exposições programadas pela Bienal de Flamenco: *Inolvidables. Voces para el recuerdo*, do fotógrafo Paco Sanchez; e *Arte Europeo y Promesas del Flamenco*, projeto comemorativo da Presidência Espanhola da União Européia.

Ainda no centro da cidade, as ruas Sierpes e Tetuan são o paraíso das compras. Na livraria Fnac Sevilla, a Bienal realizará shows musicais de jovens artistas flamencos, além da exposição de cartazes do evento ao longo de 30 anos. É inesquecível a sensação de perder-se pelo labirinto de ruas estreitas e praças escondidas do antigo bairro judeu de Santa Cruz, com tablados como *La Carboneria*, *Los Gallos* e a *Casa de la Memoria de Al-Andalus*. Uma caminhada pelo *Paseo de Cristóbal Colón*, às margens do rio Guadalquivir, e se está no bairro El Arenal, protegido pela *Torre del Oro*. Aqui está a *Plaza de Toros de la Maestranza*, uma das mais antigas da Espanha, onde o cantor Miguel Poveda inaugurará a Bienal de Flamenco no dia 15 de setembro.

O bairro de Triana conserva suas ruas com casinhas brancas, praças e balcões floridos. Famosa é a rua Betis com seus bares e restaurantes. Experimente atravessar a famosa Ponte de Triana (ou Isabel II) para compreender o significado desta letra sevillhana - “con (al) mirarte solamente Triana, me muero de alegría”.

Em meio a tantos espetáculos e estreias, imperdíveis são as peñas flamencas, que cultivam o flamenco em toda a sua tradição. Será possível conhecer as principais através do programa *Peñas de Guardia*, preparado pela Bienal. E, depois deste banho de cultura flamenca e sevillhana, compreendemos porque “Sevilla tiene un color especial”.

Por Alejandra Osses

Bienal de Flamenco

Setembro

15 *Gala Inaugural* com Miguel Poveda
 16 *Casablanca* com El Lebrijano :: *Tranquilo Alboroto* com Cia. Rubén Olmo :: *David Carmona en Concierto*
 17 *Así se Cantaba y Así Cantan* com Aguetas e Meneses :: *Flamen-pura* com Niño de Pura e Churumbaque como convidado :: *Peret, Los Chicos e Kiko Veneno*
 18 *Finalistas del Certamen Andaluz de Jóvenes Flamencos* :: *Jerez. La Uva y el Cante* com Fernando “El de la Morena”, El Torta, Luis “El Zambo”, Joaquín / El Grilo e Moraíto Chico :: *Grito* com José Maya e Alfonso Losa :: *Cádiz Eterna* com Rancapino, Juan Villar, Nano de Jerez, Mariana Cornejo e Cia. Lidia Cabello
 19 *Cuando las Piedras Vuelan* com Cia. Rocío Molina :: *El Espejo en que me Miro* com David Lagos
 20 *La Pasión Según se Mire* com Andrés Marín e José de la Tomasa, Lole Montoya e Concha Vargas como convidados :: *Paco Escobar a contratiempo*
 21 *Soneras* com Farruquito :: *Aires de Levante* com Rocío Segura
 22 *Sin Muros!* com Dorantes e José Mercé, Esperanza Fernández, Juan Peña “El Lebrijano”, El Pele e Renaud García-Fons como convidados :: *Corral del Carbón* com Antonio Campos
 23 *Maestros* com Valderrama :: *Alejandrias, la mirada oblicua* com Cia. 8co80 e produção de Juan José Amador, Ana Malaver, Juan Carlos Lérica, Marco Vargas, Chloé Brulé e Marcos Jiménez.
 24 *Mujeres* com Juana “La del Pipa”, Dolores Agujetas e Tomasa Guerrero “La Macanita” :: *La Gloria de Mi Mare* com Choni Cia. Flamenca e Manuel Lombo como convidado :: *Raimundo Amador + Remedios Amaya / La Mala* :: *4 Ases del Flamenco 4* com Bonela Hijo, Joselete de Linares, Carmen Ledesma, Paco Moya e El Polaco
 25 *Luz de Guía (el destello eterno)* com Tomatito :: *Las Minas de Egipto* com Argentina :: *Noche de Extremadura. Flamenco*
 26 *Estrella Morente en Concierto* :: *Flamenco Actual: De sandalia a tacón. Soleá Ensemble* com Xlix la Unión: Boja Évora & Ana Morales
 27 *Pastora* com Pastora Galván e Israel Galván :: *Concuerda* com Santiago Lara
 28 *Algo* com Concha Jareño :: *F2* com Arcángel, José Antonio Rodríguez e Antonio Canales como convidado
 30 *Paseo por El Amor y La Muerte* com José Antonio Ruiz e Fernando Romero :: *Flamenco School Musical* com Cia. Laura Vital :: *HIBIKI este-oeste 40 Aniversario Ballet de Yoko Komatsubara* com Dorantes e Juan José Amador :: *Un Canto a la Libertad* com Pansequito

Conheça algumas dicas e exercícios para manter a saúde dos joelhos

Giros, saltos e sapateados podem lesionar os joelhos dependendo de como são praticados. Segundo a fisioterapeuta Ana Paula Moura Campos, da Universidade de São Paulo, ao fazer um salto comum o bailarino aplica sobre os joelhos uma força equivalente a dez vezes o seu peso: “se tem uma massa de 60kg, por exemplo, o joelho deve aguentar o equivalente a 600kg, mais do que meia tonelada”. Como fazer então para que os joelhos aguentem todo esse peso? A fisioterapeuta explica que os problemas nos joelhos são mais comuns entre as mulheres por causa da estrutura óssea dos quadris, que tende a fazer com que as pernas tenham uma estrutura de X, o que aumenta a probabilidade de desgastes entre os ossos. Segundo sua pesquisa, a melhor maneira de evitar lesões é fortalecendo os músculos: “os quadríceps, músculos frontais das coxas, são os principais amortecedores dos joelhos”, explica Ana Paula, “mas, também é importante fortalecer os músculos dos quadris”. É recomendado que se faça

uma série de 10 repetições de cada exercício de fortalecimento 3 vezes por sessão e que os músculos sejam exercitados pelo menos 3 vezes por semana durante 12 semanas, ainda que as aulas de flamenco sejam menos frequentes. O intuito dos exercícios é fortalecer os músculos para que na hora da dança eles tenham força para sustentar o peso do corpo e não sobrecarreguem os joelhos. A especialista também dá algumas dicas para os professores: “Não é recomendável iniciar a aula com sequências de muito impacto como saltos ou sapateados. É preferível começar com uma sequência de braços ou exercícios para aquecer e ir aumentando o batimento cardíaco gradualmente”, indica. Depois de assistir vídeos de dança flamenca e analisar os movimentos executados, Ana Paula propõe aos bailarinos flamencos exercícios que podem ser feitos antes das aulas ou em casa, para fortalecer alguns dos músculos exigidos pelo baile e que, quando preparados, podem evitar lesões nos joelhos.

Por Luiza Medeiros

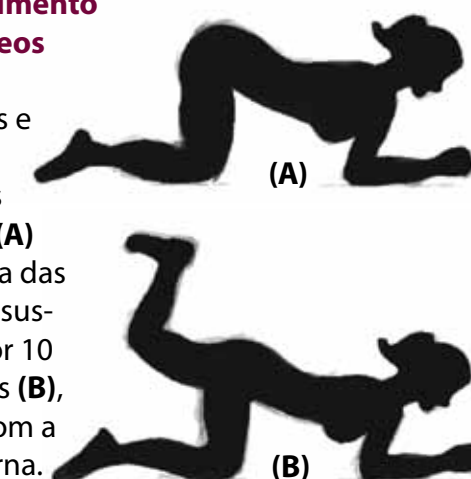
Fortalecimento do quadríceps frontal

Deslizar contra a parede, joelhos a 45° (A) e sustentar por 10 segundos. Em seguida flexionar joelhos a 60° (B) e sustentar por mais 10 segundos.



Fortalecimento dos glúteos

Com os cotovelos e joelhos apoiados no chão (A) subir uma das pernas e sustentar por 10 segundos (B), repetir com a outra perna.



Fortalecimento do quadríceps lateral

Deitar sobre um dos lados do corpo com o cotovelo apoiado no chão (A), subir uma das pernas e sustentar por 10 segundos (B), repetir do outro lado.



A Fisioterapeuta



Ana Paula Moura Campos
 É formada em Fisioterapia (USP/Ribeirão), possui Especialização em Musculatura Esquelética (Santa Casa) e Acupuntura (IPES)

“Os principais amortecedores dos joelhos são os músculos frontais das coxas.”

Qual é o sapato ideal para prevenir lesões durante as aulas de flamenco?

Quanto mais baixo e grosso for o salto, mais distribuído será o peso do corpo sobre os pés e menor será a sobrecarga nos ossos. Claro que durante as apresentações o bailarino tende a escolher o modelo apropriado para o seu figurino, mas o ideal seria que, ao menos durante as aulas, utilizasse saltos menores e mais grossos.

Existe alguma técnica de massagem para aliviar os pés após as aulas?

Após retirar os sapatos, pode-se apalpar os pés para sentir os pontos doloridos e massageá-los. Também é aconselhável fazer essa massagem com bolinhas de tênis.

Ramirez
 Sapatos para Flamenco
www.sapatosramirez.com.br
 (011) 5678-8281
 - LOJA -
 9177-7668

Lunares
 flamenco
www.lunaresflamenco.com.br

Minas Gerais recebe a Cia. Antonio Canales

Os bailarinos inebriam platéia em Belo Horizonte com arte e opulência criativa

Durante o Festival Internacional de Teatro (FIT), a cidade de Belo Horizonte estava inflamada com a atmosfera artística de Antonio Canales e seus bailaores. Os artistas conquistaram longos aplausos nos dois dias do espetáculo "Bernarda" baseada em "La Casa de Bernarda", última obra de García Lorca escrita sob a assolação do Franquismo. Obra de antíteses em que Lorca afigurou a conjuntura da época na Espanha através de uma mãe perversa e autoritária que dominava suas criadas e as cinco filhas, após a morte de seu marido.

Através da genialidade do bailaor aclamado como "Pies de Oro" e do vigor da arte flamenco, no espetáculo cingiu-se com destreza o conflito entre a sede da autoridade representada por uma "mãe severa", interpretada por Canales, e a ânsia de liberdade da filha Adela expressada pela pujança de Amador Rojas, reconhecido como melhor bailaor da XV Bienal de Flamenco de Sevilha.

A Casa de Bernarda, dirigida por Lluís Pasqual, nada tem a ver com uma suíte travestida. Mas há símbolos por detrás das vestes femininas: domínio opressor do Estado e da Igreja sobre um povo, castração, horror e morte.

Sim, homens talentosos representam as mulheres de Lorca. O bailaor Oscar de los Reyes diz que o processo no início foi um pouco



duro. Estamos vestidos completamente de mulher e isso é forte. Mas depois que você entra no papel, já não pensa mais sobre a qual sexo pertence. Trabalha-se com a alma e se desfruta da obra que é magnífica".

Além do teatro, a Companhia apresentou-se ao ar livre no belo parque Lagoa do Nado no Dia dos Pais. Jesus de Rosário encantou com sua guitarra e María Carmona com a voz imponente e dramaticidade. Oscar de los Reyes fez o público delirar por alegrias.

Quando Canales entrou, alguém no público exclamou: "Estou de pelos arrepiados!". Amador Rojas "sambou por flamenco" e cativou a plateia pela contemporaneidade, sem dissipar-se do cerne da arte.

Em sua palestra no Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix, o maestro fez um re-

sumo sobre as fases do flamenco desde seus primórdios. Discípulo de 'Antonio el Bailarín' (Antonio Ruiz Soler) que, tal como Lorca, lutou para que o Flamenco puro não sucumbisse em meio às ameaças da ditadura do General Franco, Canales defende o legado de seu mestre na Espanha e pelo mundo. Apontou que o Flamenco hoje está em crise, como se estivesse passando "por uma gripe" e defendeu a criação de um Centro Nacional de Cultura Flamenco que vise estudos profundos e a aproximação dos mais jovens com essa arte e mais espetáculos flamencos nos palcos espanhóis. Em Madri, Antonio Canales dá aulas gratuitas a crianças surdas e com síndrome de down. Um projeto que estimula sentidos e amplia as perspectivas de futuro dos pequenos.

Por Andressa Rocha

Cacau Show
Apresenta

ZORRO
O Musical
Músicas by Gipsy Kings

A LENDA DE UM HERÓI NARRADA PELO RITMO CALIENTE DOS CIGANOS.

Venha assistir uma megaprodução para toda a família.

www.zorromusical.com.br

Teatro ARTAS
De quinta a domingo

Patrocínio: PORTO SEGURO

Shopping Eldorado - Avenida Rebouças, 3970 - 3º piso

Realização: popcorn

Apoio: pimentita, FOLHA, IPTV

ingresso.com
4003-2330
Vendas para grupos:
(11) 4786.1522