T.A.C.M

Transformación, Arte, Camino, Medio

Programa



Duración: 9 meses ·

Modalidad: Online y presencial

Imparte: Eva Mas ·

El Sistema TACM (Transformación, Arte, Camino y Medio) es un recorrido vivencial que fusiona arte, consciencia y bienestar.

Durante nueve meses, vivirás un proceso de autodescubrimiento a través de la danza, la música, la pintura, la escritura y las artes marciales, integrando cuerpo, mente y emoción en una única experiencia de transformación.

Cada módulo abre una puerta hacia un nivel más profundo de expresión y comprensión de ti misme:



Mes 1: Presentación del curso y objetivos.

- 1. Concepto de arte como camino de autoconocimiento.
- 2. La armonización a través de la creatividad.
- 3. Salud, naturaleza y arte: La conexión entre el bienestar y la expresión artística.
- 4. La psicomágia.
- 5. Ejercicios de preparación corporal y mental.
- 6. Introducción a la respiración consciente.

Mes 2: La Danza como Expresión del Ser.

- 1. Danza como herramienta de transformación
- 2. Centro, volumen, desplazamiento, intensidad y planos.
- 3. Danza libre.
- 4. Danzas sagradas.

Mes 3: Artes Marciales y Conciencia Corporal.

- 1. Filosofía de las artes marciales y su relación con el autoconocimiento.
- 2. El camino del héroe.
- 3. Qiqong.
- 4. Ejercicios de equilibrio, fuerza y control.
- 5. Trabajo con espada y abanico.

Mes 4: Técnicas Interpretativas y la Voz Interior.

- 1. La interpretación como herramienta de autoconocimiento.
- 2. El poder del silencio y la palabra.
- 3. Programación neurolingüística.
- 4. Ejercicios de expresión emocional.
- 5. Dinámicas de escucha y comunicación asertiva.
- 6. Imaginación.
- 7. Memórias emotivas.
- 8. Asociación de ideas.

Mes 5: La Música y su Impacto en el Ser.

- 1. Física del sonido.
- 2. Frecuencias del solfeggio.
- 3. canto.
- 4. Práctica de exploración sonora.
- 5. Creación de paisajes sonoros personales.

Mes 6: Pintura y Visualización Creativa.

- 1. Psicología del color.
- 2. El símbolo.
- 3. Trazo y gesto.
- 4. Pintura intuitiva y expresiva.
- 5. Creación de imágenes simbólicas personales.

Mes 7: El Arte de la Literatura y sus Beneficios.

- 1. Escritura como herramienta de orden interno.
- 2. La escritura automática.
- 3. Ejercicios de escritura e imaginación.
- 4. Creación de relatos personales como exploración interior.

Mes 8: Creación del Proyecto Final.

- 1. Conclusión y final del viaje: Integración de aprendizajes.
- 2. Planificación y desarrollo del proyecto personal.

Mes 9: Cierre y Presentación de Proyectos.

- 1. Presentación de proyectos personales.
- 2. Entrega de certificados.

Recursos adicionales:

- 1." Libro de ejercícios del sistema".
- 2. Acceso a la plataforma del curso durante el año de formación y foro de comunidad.
- 3. PDFS, Videos, JPEGS.
- 4. Seguimiento personalizado drante todo el año formativo.

¿Qué cuesta el curso?

El curso tiene un coste de 1.260€, que si lo abonas en un solo pago te resulta un coste de 140€ por módulo.

Tienes la opción de realizar el pago de las siguientes maneras:

- 1. Solo pago.
- 2. Pago trimestral: 3 pagos de 440€. El módulo te resulta a 146,60€.
- 3. Pago mensual: 9 pagos de 150€.

¿Cómo me inscribo?

- Me envías un correo a través de la web (formulario de información) y yo te contesto con los detalles de mis cuentas para bien hacer: Transferencia, PayPal, Stripe o Bizum.
 - Cuando me escribas, es importante, me indiques si quieres hacer el pago mensual, trimestral o abonarlo en un solo pago.
 - Una vez realizado el pago vas a recibir el acceso a la plataforma de Google Classroom
 → Tu "Escuela Online TACM"y al resto del ecosistema TACM (Meet, comunidad, Drive).
- 1.El enlace de acceso al Google Classroom
- 2.El enlace a la comunidad (Chat o Groups)
- 3.El enlace fijo a Google Meet
- 4.El material de bienvenida

Cualquier duda me puedes contactar por teléfono, meil o washap +34629734437

Gracias ,espero te unas a nosotres y como siempre digo: *El arte como camino de vida*.

