

## Invita compañía de danza del estado de México a conocer su entrenamiento



Uno de los objetivos del programa Cultura, Turismo y Deporte en un Click 3.0 que presenta la Secretaría de Cultura y Turismo a través de sus redes sociales, es acercar al público las distintas disciplinas artísticas, entre ellas, la danza.

Después de la creación de la Compañía de Danza del Estado de México (CDEM) muchos ojos han volteado y valorado el trabajo que desempeña, ya que, con pocos años, su trabajo diario, constancia, enseñanza de maestros calificados y la supervisión de la primera bailarina del Ballet Estatal de Berlín, Elisa Carrillo, la agrupación ha brillado en muchos escenarios, algunos de ellos internacionales.

Para compartir lo que se hace de manera interna para tener dichos logros, la Compañía de Danza mexiquense transmitió al público cibernauta una clase de entrenamiento, a través de la que se mostró el trabajo y arduo entrenamiento para perfeccionar sus técnicas.

Esta clase de Ballet Clásico fue impartida por la coreógrafa de la Compañía de Danza del Estado de México, quien cuenta con 30 años de trayectoria en esta disciplina artística.

A través de ella, el público apreció la pasión y el amor con la que trabaja el grupo de bailarinas y bailarines profesionales, quienes deleitaron con una demostración de su trabajo constante que requiere disciplina y dedicación.

Entre las explicaciones, indicaron que la clase de ballet se divide en tres fases, Barra, Centro y Allegro, además, en esta primera entrega de entrenamiento se abordó el tema de la Barra, que es la preparación diaria que tienen todos los bailarines donde se posicionan generalmente frente de esta herramienta y comienzan con ejercicios de calentamiento, moviendo los pies, el cuerpo y el cuello para todos los demás ejercicios.

Después del calentamiento, se hace un ejercicio de primera posición, que es la posición clásica de ballet, una pierna al lado de la otra, empezando con técnica llamada ?Tendu?, movimientos con las piernas estiradas que terminan con Demi-plié, cuando se doblan las piernas, que se realiza en todas las posiciones hacia adelante, de lado y hacia atrás terminando siempre con un estiramiento.

Posteriormente, se va evolucionando la barra siguiendo con unos Grand-plié y Demi-plié para poder calentar todo el cuerpo, continúan con movimientos llamados ?Jetés?, que es la misma base del ?Tendu?, pero al aire y con acento adentro o afuera y cada vez se van complicando más los ejercicios para que el cuerpo se vaya calentando y estirando para el día de trabajo.

La CDEM invita a seguir esta serie de clases, donde en otra emisión hablarán del ?Centro? y ?Allegro?, las cuales se pueden apreciar en las redes sociales de la Secretaría de Cultura y Turismo, en Facebook y Twitter, en @CulturaEdomex.