



rioabierto.org.ar
info@rioabierto.org.ar
@rioabierto

PLAN DE ESTUDIO

PRIMER AÑO

- 1- Fundamentación teórica
 - Bases filosóficas y psicológicas del Sistema
 - Concepción del hombre: esencia, personalidad y falsa personalidad
- 2- Movimiento rítmico expresivo
 - Estereotipos del movimiento
 - El ritmo como promotor de la vitalidad
 - Desarrollo de la capacidad expresiva
 - Las emociones básicas: su expresión y correlato corporal
- 3- Masaje circulatorio energético
 - Desarrollo de la percepción y de la propio-percepción
 - El uso de las manos en el masaje I
 - Ritmos y respiración
 - Anatomía I
- 4- Personalidad mecánica y personalidad creadora
 - Dinámica de los opuestos:
 - o en el cuerpo
 - o en el movimiento
 - o en los vínculos
 - o en el psiquismo
 - Los personajes
 - Observación de sí
 - Identificación-Proyección
- 5 - Los apoyos
 - Apoyos físicos, emocionales y respiratorios
 - Los puntos de apoyo y su relación con la confianza

SEGUNDO AÑO

- 1- Lectura Corporal
 - Anatomía II
 - Lectura corporal desde:
 - o El esquema osteo-muscular
 - o Los tejidos
 - o Los ejes corporales
 - o La respiración
 - o Las interferencias de Centros energéticos
 - o Lo vincular
 - Integración psicofísica: posturas físicas y psicológicas, su correlación.
 - Bloqueos, corazas, trabas.
 - Plásticas: Apolínea, Dionisiaca y Oriental
- 2- La respiración
 - Aspectos motores, fisiológicos y psicológicos
 - Recuperación de la respiración natural
 - Distintos tipos de respiración
 - La respiración conciente



rioabierto.org.ar
info@rioabierto.org.ar
@rioabierto

- 3- La situación de trabajo
 - La clase, el masaje y la aplicación de técnicas como:
 - o experiencia de autoconocimiento
 - o desarrollo de las propias potencialidades
 - o reencuentro con el Yo profundo
 - o expansión de la conciencia
- 4- La expresión. Desarrollo de la creatividad
 - Descarga. Catarsis. Desbloqueo y transformación
 - Movimiento y masaje expresivo
 - Dramatizaciones
 - La plástica
 - Liberación de la voz
 - Ampliación de la percepción auditiva
 - El uso de la música en el Sistema
- 5- Masaje de las distintas líneas de energía
 - El uso de las manos II
 - Las posturas del instructor y del alumno
 - Los diferentes toques
 - Ritmos y respiración

TERCER AÑO

- 1- Trastornos y desequilibrios de la postura
 - Columna vertebral: Escoliosis - Lordosis - Cifosis
 - Puntos de apoyo y de sostén
 - Alineación y respiración
 - Anatomía III
- 2- Movimiento y Masaje correctivos
 - Concientización postural
 - Técnicas e instrumentación
- 3- Etapas y desarrollo de una clase
 - Objetivos: físicos, psíquico-emocionales, espirituales
 - Armado, contenidos y etapas de una clase
- 4- Etapas y desarrollos de un masaje
 - Práctica de masaje. Práctica y planificación de un tratamiento.
- 5- El rol del instructor
 - Dinámica de grupos
 - Cualidades del instructor: registro y desarrollo
 - La ética del instructor