



## FORMACIÓN EN EL SISTEMA RÍO ABIERTO FORMATO PRESENCIAL

Con 58 años de experiencia en desarrollo humano y educación, la Fundación Río Abierto ofrece una sólida formación en técnicas psicocorporales y transpersonales, a la vez que propone la exploración del propio potencial creativo como herramienta principal de cada futuro instructor e instructora.

Nuestro enfoque para el aprendizaje es teórico-vivencial y el trabajo de autoconocimiento -el trabajo sobre sí- está íntimamente ligado al aprendizaje de las técnicas.

El programa de formación dura dos años y combina un encuentro intensivo por fin de semana (18 horas), la participación en un Grupo de Trabajo Sobre Si semanal (10 horas mensuales), clases de movimiento vital expresivo y de concientización postural, atenciones individuales, una convivencia por año y dos clínicas por año, a optar entre:

- Clínica de movimiento vital expresivo
- Recursos expresivos en el sistema Río Abierto
- El yoga en el sistema Río Abierto
- El uso de la voz en el sistema Río Abierto
- La coordinación de grupos en el sistema Río Abierto
- Anatomía y Masaje

Los egresados podrán trabajar en tareas de promoción y prevención de la salud y como coordinadores de grupos aplicando técnicas de integración psicocorporales y transpersonales, y de expresión creativa en ámbitos educativos, artísticos, recreativos y terapéuticos.

### **Certificación**

Esta formación otorga el **Certificado de Instructor en Técnicas Psicocorporales y Transpersonales Sistema Río Abierto** reconocido por la Organización Río Abierto Internacional, con la cantidad de horas cumplimentadas, habilitante para trabajar con el Sistema Río Abierto

## Duración

El programa de la Formación dura 2 años, con la siguiente distribución de cursada:

### PRIMER AÑO

- Encuentro de formación: un fin de semana por mes.  
**4to fin de semana sábado 9.00 a 18.00 hs**  
**domingo 9 a 18 hs.**
- Grupo de Trabajo sobre sí: **una vez por semana días lunes de 19 a 21.30**
- Clases de movimiento vital expresivo y concientización postural: **2 clases obligatorias por semana**
- Convivencia: **el último encuentro del año** (mes de **diciembre**) será una convivencia de dos días en un lugar de la provincia de Buenos Aires
- Clínicas: obligatoriedad de cursar **2 clínicas en el año**  
Las clínicas se realizarán en los meses de julio y octubre, con fecha a definir, de 10 a 14 hs.  
Tienen un costo adicional y están abiertas a formaciones afines.

### SEGUNDO AÑO

- Encuentro de formación: un fin de semana por mes.  
**2do fin de semana viernes de 19 a 21 hs**  
**sábado 9.00 a 18.00 hs**  
**domingo 9 a 14 hs.**
- Grupo de Trabajo sobre sí: **una vez por semana de 19 a 21.30 (día a confirmar)**
- Clases de movimiento vital expresivo y concientización postural: **2 clases obligatorias por semana**
- Convivencia: **el último encuentro del año** (mes de **diciembre**) será una convivencia de dos días en un lugar de la provincia de Buenos Aires
- Clínicas: obligatoriedad de cursar **2 clínicas en el año**  
Las clínicas se realizarán en los meses de junio y septiembre, con fecha a definir, de 10 a 14 hs.  
Tienen un costo adicional y están abiertas a formaciones afines.

## **Inicio de clases**

Mes de marzo de cada año

## **Requisitos**

- Título secundario o superior
- Cuestionario de inscripción
- Entrevista de admisión
- Certificado de aptitud psico-física

**EVALUACIÓN:** al finalizar cada año habrá una etapa de evaluación teórico-vivencial que habilitará el pasaje al año siguiente o a la finalización de la cursada y nos indicará el nivel logrado por el alumno en ese período y sus necesidades a seguir trabajando.

# **PROGRAMA DE FORMACIÓN EN EL SISTEMA RÍO ABIERTO PRESENCIAL**

## **OBJETIVOS GENERALES**

Que el alumno logre:

- realizar la experiencia de autoconocimiento para reencontrarse consigo mismo en profundidad
- desarrollar su intuición, su percepción, su espontaneidad y su creatividad
- desarrollar y actualizar su potencial expresivo
- aprehender las técnicas del Sistema
- aprender y poder transmitir qué es el Sistema Río Abierto

## **PRIMER AÑO**

La cursada de los temas a lo largo del año se distribuirá de la siguiente manera:

Sábados: Teoría vivencial

Domingos: Anatomía y Masajes

## **Módulo 1**

Fundamentación teórica del Sistema Río Abierto:

Bases filosóficas y psicológicas del Sistema

Las premisas del Sistema

## **Módulo 2**

Apoyo y sostén

Apoyos físicos, respiratorios y emocionales

Apoyos y falsos apoyos. Su relación con la confianza y con la falta de confianza

## **Módulo 3**

El movimiento rítmico expresivo

La respiración natural

Estereotipos del movimiento

## **Modulo 4**

El ritmo como promotor de la vitalidad

Desarrollo de la capacidad expresiva

Las emociones básicas: su expresión y correlato corporal

## **Módulo 5**

Personalidad mecánica o falsa personalidad

Personalidad integrada

Dinámica de los opuestos:

- en el cuerpo
- en el movimiento
- en los vínculos
- en el psiquismo

## **Modulo 6**

Los personajes

Observación de sí

Identificación-proyección

Desidentificación

### **Módulo 7**

Las tres líneas del movimiento: centrípeta, centrífuga y neutra

### **Módulo 8**

Las tres plásticas apolínea, dionisiaca y oriental y su relación con la energía constructiva, destructiva y equilibrante

### **Modulo 9**

Practica de movimiento

### **Modulo 10**

Convivencia -Cierre

## **Anatomía y masajes**

Lectura corporal I

Anatomía I

Masaje circulatorio energético

Desarrollo de la percepción y de la propiocepción

El uso de las manos en el masaje

Ritmos y respiración

(estos temas se desarrollarán durante todo el ciclo)

## **SEGUNDO AÑO:**

### **Módulo 1**

Los centros de energía:

Centro bajo, lumbosacro, vegetativo, plexo solar.

Lectura corporal desde la interferencia de centros energéticos

Interferencias, alineación e integración

## **Modulo 2**

Los centros de energía:

Centro cardiaco, supra cardiaco, laríngeo, de la visión y coronario

Lectura corporal desde la interferencia de centros energéticos

Interferencias, alineación e integración

## **Módulo 3**

Lectura corporal desde:

- el esquema osteo muscular
- los tejidos
- los ejes corporales
- la respiración
- lo vincular

Integración psicofísica: posturas físicas y psicológicas, su correlato

Bloqueos, trabas, corazas

## **Módulo 4**

La respiración

Aspectos motores, fisiológicos y psicológicos

Recuperación de la respiración natural

Distintos tipos de respiración

La respiración consciente: distintos tipos de meditación

## **Módulo 5**

La clase de movimiento, el masaje y la aplicación de técnicas como:

- experiencia de autoconocimiento
- desarrollo de las propias potencialidades
- reencuentro con el Yo profundo
- expansión de conciencia

## **Módulo 6**

Recursos expresivos

El uso del arte en el Sistema Río Abierto: cómo, cuándo y para qué usarlo

Dramatizaciones

## **Modulo 7**

Liberación de la voz: ampliación de la percepción auditiva

## **Modulo 8**

El uso de la música en el Sistema Rio Abierto

## **Modulo 9**

Convivencia - Cierre

## **Proyectos**

Estructura y armado de proyectos para aplicar las técnicas aprendidas.

(este tema se desarrollará durante todo el ciclo)

## **Anatomía y masajes**

Anatomía II

El uso de las manos II

Masaje de líneas de energía

El uso del peso del cuerpo

Ritmos y respiración

(estos temas se desarrollarán durante todo el ciclo)

