



WUTAO

DESPERTAR EL ALMA DEL CUERPO

COMUNICADO DE PRENSA

Cécile BERCEGEAY

Contacto prensa

cecile@wutao.fr

tél. : + 33 (0)6 20 89 63 32

Céline LALY

Contacto para España

celinelaly@hotmail.com

tél. : + 33 (0)6 86 03 75 74



press book • WUTAO.fr



©Pol Charoy por Frédéric Villbrandt
Caligrafía por Hassan Massoudy



INDICE

El arte del Wutao	4
Los 12 movimientos básicos (de 1 a 6)	5
Los 12 movimientos básicos (from 7 to 12)	6
Wutao práctica en posición Sentada	7
Wutao en el Suelo	8
Wutao con Estiramientos	9
Lo que dicen los expertos	10
Creación efímera	11
Wutao en el Cent Quatre de Paris	12
Preguntas frecuentes	13
Practicar el Wutao	14
La expansión del Wutao	15
Las imagenes del Wutao	16
En la web	17
Contacto	18



El arte del WUTAO

Impregnado de filosofía taoísta, el Wutao fue creado por los franceses, Pol Charoy y Imanou Risselard. Esta práctica se apoya en la unión de dos ideogramas: « WU » que puede traducirse como danza o despertar y « TAO » el camino.

La práctica del Wutao se basa en la conciencia del movimiento ondulatorio primordial de la columna vertebral y la liberación de la respiración. Este arte del movimiento esta en resonancia con nuestras necesidades actuales privilegiando la conexión a lo esencial y a lo natural:

- Volver a conectarse con la inteligencia del cuerpo para habitarlo mejor.
- Probar la sensación que nos proporciona el movimiento.
- Crear el vínculo consigo mismo y con el entorno para sentirse un ser global, amoroso y en completa salud.
- Despertar el alma del cuerpo y encontrar nuestro ritmo interno.



Imanou RISSELARD hizo una carrera artística, particularmente en el teatro del movimiento.

Pol CHAROY es antiguo campeón del mundo de kung fu Wushu y consejero coreógrafo escénico.

JUNTOS, han creado la revista Generación Tao y fundado el Centro Tao París. Hoy en día, se dedican a la enseñanza del Wutao.



Los 12 movimientos basicos del WUTAO (de 1 a 6)

© Pol Charoy y Imanou Risselard por Frédéric Villbrandt



1. Empujar las montañas



2. Dejarse deslizar hacia el fondo del agua



3. La abertura del corazón



4. Desplegar las alas de los ángeles



5. Ofrecer la energía de la tierra al cielo



6. Ofrecer la energía del cielo a la tierra



Los 12 movimientos basicos del WUTAO (de 7 a 12)

© Pol Charoy y Imanou Risselard por Frédéric Villbrandt



7. Alcanzar la luna



8. Disparar la flecha



9. El vuelo del corazón



10. La torre de cristal



11. La alquimia del agua
y del fuego



12. El vuelo de la esfera



Wutao SENTADO



©Sandrine Toutard por Frédéric Villbrandt

El Wutao sentado materializa el inicio del movimiento ondulatorio de la columna vertebral a partir del apoyo en el asiento.

Las ondulaciones, torsiones y espirales nacen sin perder el apoyo púbico-pélvico en el soporte del suelo.

La base de la columna vertebral es colocada de manera móvil y fuerte con el fin de construir su eje sin ninguna rigidez.



Wutao en el SUELO

Si la posición sentada coincide con nuestra primera verticalidad, el suelo representa nuestro primer encuentro con el espacio, fuera del útero. El Wutao en el suelo permite a cada uno volver a atravesar esa fase esencial de la vida.

El despliegue del movimiento del suelo combina la suavidad y el dejarse llevar dentro de una profunda sensualidad. Esto nos conduce a un mayor conocimiento de las zonas que mantenemos bajo control permitiendo así relajarlas.

Nuestra voluntad se desvanece dando paso a la flexibilidad, como gracia y placer de « ser movimiento ».



©Marie-Aliette Delaneau por Frédéric Villbrandt



Wutao ESTIRAMIENTO



©Cécile Bercegeay por Virginie Gatellier

« Estirar » se convirtió en un término común para nombrar ejercicios de flexibilidad. La gente cree ganar amplitud en las articulaciones pero las tensiones se incrementan.

El Wutao stretch ayuda a mejorar la flexibilidad y la variación del tono muscular de la estructura de las fascias, tendones y articulaciones.

Los movimientos se liberan gradualmente para llevar el cuerpo a un estado de danza, meditación y trance a través de movimientos suaves, armoniosos y ligados. El cuerpo se abre, se relaja profundamente, encontrando a su vez fuerza y vitalidad.



Lo que dicen los EXPERTOS

« Uno de los aportes mayores del Wutao es el de poder reconectarse a la respiración fundamental que se encuentra en el origen de todo movimiento. De esta manera nos re-armonizamos con el mundo. »

Alexandre CLÉMENT, osteópata

« El Wutao transmite el respeto profundo del ser y su entorno, abriendo el camino de la renovación sensorial. La virtud de la ínfima presencia se hace íntima. »

Isabelle MARTINEZ, encargada de Acción educativa del Museo de Arte Moderno de París

« El Wutao y su soplo alquímico, permiten revelar la falta de fluidez y liberar la onda energética que quiere circular libremente en el aquí y ahora del cuerpo en el espacio. »

Giovanni FUSETTI, ingeniero ecológico, pedagogo y director

« El Wutao aparece como una práctica adaptada para desbloquear las diversas zonas del cuerpo para permitir una mayor circulación de la energía vital. »

Anne-Marie FILLIOZAT, psicóloga y psicoterapeuta

« Suavizando el conjunto de los tejidos conjuntivos, el practicante de Wutao recrea un vínculo y encuentra el camino del movimiento global : cuando se mueve, todo su ser se mueve. »

Julian KING, osteópata

« El Wutao nutre y refuerza el Qi (energía vital) en el cuerpo evacuando las energías nocivas. Así, los espacios son liberados para favorecer la integración y la acumulación de la energía positiva. »

LiuJun JIAN, medicina tradicional China y cardióloga

« La práctica del Wutao, es accesible a todas/os, ella refuerza nuestro sistema inmunológico y aumenta nuestra vitalidad. »

Michel JREIGE, médico generalista y medico tradición China



CREACION efimera



El Wutao es como una caligrafía de gestos. En el 2010, una actuación llamada « creación efímera » fue dirigida por el calígrafo **Hassan Massoudy**.



©François Lollillon - 2010



Wutao en el Cent Quatre de PARIS



Desde septiembre del 2013,
el Centro **104 de PARIS**
propone cursos de Wutao
gratis cada sábado y domingo.

www.104.fr/programmation/evenement.html?evenement=314



Preguntas frecuentes



©Delphine Lhuillier por Cécile Bercegeay

¿ A QUIÉN SE DIRIGE EL WUTAO ?

Ningún límite de edad ni impedimento físico.

El Wutao es dirigido a toda/os aquella/os que desean descubrir una nueva manera de mover y danzar en el respeto de su corporalidad.

¿ COMO VESTIRSE ?

La ropa ligera es aconsejada para moverse cómodamente.

¿ EI ESPACIO DE PRACTICA ?

Al aire libre o dentro de un local, el Wutao se puede practicar en todas partes. Un piso suave y de calidad es más adaptado por el Wutao en el suelo.

¿ ACOMPANAMIENTO MUSICAL ?

La práctica del Wutao puede acompañarse de músicas meditativas, sin ritmos repetitivos, otra opción es la práctica en el silencio para así poder explorar y dejarse llevar por la música interna y el propio ritmo interior.



Practicar el WUTAO

¿ DONDE PRACTICAR EN FRANCIA ?

El corazón del Wutao se encuentra en el Centro Tao de Paris ([ww.centre-tao-paris.com](http://www.centre-tao-paris.com)) donde se imparten cursos diarios. Para conocer todas las direcciones de los cursos y talleres, puede consultar el mapa de Francia de los profesores certificados en el sitio web oficial del Wutao : www.wutao.fr

¿ DONDE FORMARSE ?

La escuela de Wutao propone una formación para ser instructor/a de Wutao, ha sido también creada para permitir a todas las personas que desean impregnarse del arte y el alma del Wutao siguiendo un curso continuo y completo adecuado a su desarrollo. La escuela de Wutao está presente en París y Aix en Provence : www.wutao.fr



©Arnaud Mattinger por Frédéric Vilbrant



La EXPANSIÓN del Wutao



©Imanou por Frédéric Villbrandt

MANIFESTACIONES Y EVENTOS

Demostraciones y talleres de Wutao tienen lugar regularmente en Francia y en el extranjero: Noche « sentido y experiencia », día nacional del GiGong, festival del femenino, festispirit, feminacimiento, día de las doulas, festival de la meditación, encuentro de culturas creativas, salón Zen, etc.

WUTAO WORLDWIDE

El Wutao supera las fronteras del hexágono. Los talleres tienen lugar en Guadalupe, Barcelona, Bruselas, Montréal, Québec, etc.

Artistas provenientes de varias nacionalidades (americanas, italianas, rusas, indias, suecas etc.) formados en Wutao recorren hoy el mundo: Peter Adeney, David Poznanter, Jeanine Ebnother, Giulio Vanzan, Shruti Mishra etc.



Las IMAGENES del Wutao

Podéis descubrir videos del Wutao entrando en la página web : www.wutao.fr

Diversas fotos profesionales y libres de derechos están a su disposición solicitando a C.Bercegeay, responsable comunicación : cecile@wutao.fr

En espera, algunos enlaces :

Teaser : <https://www.youtube.com/watch?v=nQ8o20ZdMUo>

Wutao dream : <https://www.youtube.com/watch?v=4tE-EhjhyY>

EL movimiento ondulatorio por Imanou : https://www.youtube.com/watch?v=5j_nesulWzc

Las espirales de las fascias : <https://www.youtube.com/watch?v=R7DHYgvzI2g>

Ensayo : <https://www.youtube.com/watch?v=jrnlrPsqfCQ>

Desplegar las alas de los ángeles : <https://www.youtube.com/watch?v=rHC5RWefhI0>

Y por diversión, la canción del Wutao : https://www.youtube.com/watch?v=lzs-RqyQi_I

Enlace Prensa :

Programa « Comment ça va bien ? » France 2 :

<https://www.youtube.com/watch?v=iyWNrqKm6WU>

Émission « Allô docteurs » France 5 : <https://www.youtube.com/watch?v=LnHqcU0HmVw>



EL LIBRO DEL WUTAO

Por P.Charoy y I.Risselard, verdadera guía ilustrada, esa obra plantea los principios fundamentales del Wutao, los 12 movimientos básicos y los conceptos de ecología corporal. Ed. El Correo del Libro.



En la WEB



www.wutao.fr

- CURSOS : todas las regiones
- TALLERES : todas las fechas
- FORMACIONES : Paris
Aix-en-Provence
- VIDEOS

WEB BILINGUA
francés/ ingles



- Página : <https://www.facebook.com/pages/Wutao-pratiquer-l%C3%A9cologie-corporelle/165631753514214?fref=ts>
- Grupos : <https://www.facebook.com/groups/wutao/?ref=ts&fref=ts>
- Página Wutao WorldWide : <https://www.facebook.com/pages/Wutao-WorldWide/989712127818175?fref=ts>



Contacto



■ Pol CHAROY y Imanou RISSELARD
creadores del wutao y dirección pedagógica de la Wutao School
pol@wutao.fr / tél. : +33 (0)6 60 29 10 00



■ Cécile BERCEGEAY
Web máster, encargada de comunicación
y relación prensa
cecile@wutao.fr / tél. : +33 (0)6 20 89 63 32



■ Marie-Aliette DELANEAU
Administradora de la Wutao School
marie@wutao.fr / tél. : +33 (0)6 63 20 00 29



■ Christine GATINEAU
Desarrollo internacional y community manager
chgatineau@gmail.com / tél. : +33 (0)6 32 65 81 34



■ Delphine LHUILLIER
Asociado y difusión
delphine@wutao.fr / tél. : +33 (0)6 64 49 25 05



■ Philippe MASINI
Responsable de la Wutao School à Aix-en-Provence
philippe.masini@wutao.fr / tél. : + 33 (0)4 42 57 59 61



El Wutao® es una marca registrada