

Del
20 de septiembre
al 23 de octubre

Talleres Expresivos

Remotos y Presenciales

• Artes Visuales • Cultura • Danza •
• Gastronomía • Literatura • Música • Teatro •

Inscripciones del 13 de septiembre al 16 de septiembre.

INSCRIPCIÓN A GRUPOS REMOTOS en http://bit.ly/TalleresExpress2021-2-remoto		
Inscripción a grupos en modalidad remota por la plataforma Zoom. Los horarios son del Centro de México (CDT). Disponibles para toda la comunidad Tec de todo el país (alumnos prepa, profe y posgrado, colaboradores, EXATEC, familiares de alumnos o empleados).		
TALLER / PROFESOR	DESCRIPCIÓN	DÍA, HORARIO Y LUGAR
ARTE TERAPIA Profesor: Alejandra Díaz	Un espacio grupal en el que se genera confianza para participar libre de juicios, permitiéndote llegar a un autoconocimiento a través del arte, y podrás facilitar el encuentro contigo mismo, fortaleciendo la autoestima, identificando conflictos personales, canalizando emociones adecuadamente, favoreciendo la comunicación asertiva y fomentando el desarrollo del pensamiento creativo. Trabajo desde la intuición, el juego y las dinámicas expresivo-creativas para permitirse Ser y Estar, enfocados en el presente, tomando en cuenta nuestra historia (pasada) y nuestros deseos (proyección futura).	Sábado 16:00 a 18:00 h ZOOM
AUTOCUIDADO CORPORAL Profesora: Melany Méndez	Cuida y da mantenimiento a tu cuerpo mediante ejercicios que ayuden a mejorar tu calidad de vida, principalmente mediante el estiramiento y fortalecimiento. Mejorar tus hábitos diarios para cuidar mejor tu cuerpo, aprendiendo en cada clase diversos ejercicios y estiramientos para fortalecerte, con el fin de disminuir los dolores corporales por culpa de malos posturas, hábitos o rutinas.	Martes y viernes 15:00 a 16:00 h ZOOM
AUTOBIOGRAFÍA Profesora: Mónica Perea	Aprende a contar tus historias de vida mientras te conoces mejor a ti. Analiza algunos fragmentos de autobiografías famosas y emprende a escribir tu propia historia. El mundo tiene una buena historia que contar, conoce algunos de los principales caracteres de estas historias y comparte tus anécdotas con más gente mientras desarrollas tu estilo literario.	Lunes y miércoles 18:00 a 19:00 h ZOOM
AUTOMAQUILLAJE Profesora: Tiare Parra	Conoce tu rostro, tipo de piel, morfología, los productos que te hacen bien y además como aplicarlos por medio del automaquillaje. Podrás sacarle partido a tu rostro y aprenderás a realizar por cuenta propia un maquillaje facial para cada ocasión, ya sea una entrevista de trabajo, una fiesta o el día a día. No se requiere tener conocimientos previos. Deberás traer tus propios productos.	Sábado 10:00 a 12:00 h ZOOM
BACHATA LADY STYLE Profesora: Magdalena Roldán	Aprende a bailar bachata estilo femenino, en las que podrás mejorar tu manera de bailar, así como tu expresión corporal, elegancia, movimiento de brazos, giros, coordinación, sensualidad, buena postura, autoconocimiento de sí misma, por medio de ejercicios y secuencias de nivel básico e intermedio de fácil ejecución. Trabaja tu expresión corporal, giros, buena postura, estilo, técnica, sensualidad y autoconfianza.	Lunes y viernes 15:30 a 16:30 h ZOOM
BAILE TRAP & REGGAETON Profesor: Yair Becerra	Experimenta los movimientos y esencia que se expresan en estos géneros musicales por medio de coreografías multimedial, creadas para disfrutar, pero también para desarrollar múltiples aptitudes para la danza en general, como son, expresión, actitud, limpieza, groove, niveles y tener más claro cómo se expresa frente a una cámara. Todo esto, mientras te diviertes y desennuevas al ritmo de la música.	Viernes 10:00 a 12:00 h ZOOM
BODYWORK Profesora: Verónica Vázquez	Desarrolla al máximo el potencial de tus capacidades físicas de fuerza muscular y control de tu cuerpo, para poder ser más flexible en poca tiempo y ver un cambio físico y de salud de forma individual, trabajaras en base a la comprensión de tu cuerpo y mejoraras sustancialmente en cualquier actividad física que practiques.	Miércoles y viernes 18:00 a 19:00 h ZOOM
BORDADO CONTEMPORÁNEO Profesora: Georgette Castillo	Conoce y aplica los aspectos básicos del bordado, aprende distintos tipos de hilados, sus agujas, qué telas usar, bastidores y la materialidad de los fibros. Este no es un taller de bordado tradicional, usarás distintos puntados y técnicas para realizar obras ilustradas, utilizando como herramienta de apoyo la acuarela, la transferencia de imágenes y el bordado sobre fotografía. Al finalizar tendrás una buena base y podrás bordar lo que quieras, generando obras originales con distintos diseños, texturas, y matices de color.	Martes 17:00 a 18:00 h ZOOM
CANTO: EL BOLERO Profesora: Alheli Reyes	Si eres muy romántico y te gusta cantar boleros, aprende más de este género musical, analizando las letras, emplear herramientas, técnicas sencillas y utilizar una adecuada técnica vocal para interpretar tus boleros favoritos. No necesitas ser un cantante con experiencia, simplemente cantar con el corazón y tener toda la actitud para divertirse escuchando y cantando a los Grandes del Bolero.	Lunes y Jueves 18:00 a 19:00 h ZOOM
CANTO: TÉCNICA Y EXPRESIÓN Profesora: Alheli Reyes	Aprende cómo utilizar tu cuerpo para cantar con una adecuada técnica vocal de manera natural. Conoce la anatomía de tu instrumento y algunas técnicas y herramientas básicas para lograr cantar tus canciones favoritas. Escogeremos diversos géneros musicales para abarcar todos los gustos. Quitate la pena de cantar en solitario, no importa si no tienes experiencia como cantante, todos son bienvenidos a intentarlo.	Sábado 18:00 a 20:00 h ZOOM
CARACTERIZACIÓN FX PARA HALLOWEEN Profesor: Arturo Arzuluz	Aprende a realizar prótesis planas de calidad profesional tal y como se fabrican para usar en cine o televisión en producciones de terror o ciencia ficción, los cuales podrás utilizar para hacer una caracterización para una fiesta de Halloween. No necesitas conocimientos previos, al terminar serás capaz de realizar modelado en plastilina básica, moldes planos en yeso, adhesivo para las prótesis y prótesis.	Grupo 1: Lunes 15:00 a 17:00 h Grupo 2: Jueves de 15:00 a 17:00 h ZOOM
COCINA ITALIANA Profesora: Tania Medrano	Aprende a elaborar diversos pastas, pizzas, salsas y otros platillos típicos de la cocina italiana, con un toque gourmet, conociendo el origen de la cocina italiana y descubriendo que la comida de este interesante país es Italia, es muy variada y refleja la variedad cultural de sus regiones, así como la diversidad de su historia.	Miércoles 13:00 a 15:00 h ZOOM
COMPOSICIÓN FOTOGRÁFICA Profesor: Luis Sandoval	Conoce a través de clases teórico-prácticas los conceptos básicos de la composición visual y su relación con el discurso fotográfico. Aprende sobre el manejo de los tercios, el contraste, punto, línea, forma, contra peso; además de saber cuándo hacer una foto horizontal o una vertical, así como cuando usar el blanco y negro o el color.	Viernes 13:00 a 15:00 h ZOOM
CULTURAS INDÍGENAS. TEÉNEK DE LA HUASTECA POTOSINA Profesora: Ximena Tomasini	La Huasteca Potosina es más que hermosos paisajes con cascadas, ríos, cuevas y sátonos. El misticismo de los teének, pueblo indígena del lugar, y su relación con la naturaleza son en verdad fascinantes, aprenderemos mucho de ellos. Además, aprende algunas técnicas de artesanías propias del arte popular mexicano. Necesitarás algunos materiales sencillos de conseguir que se te estarán indicando en cada clase.	Viernes 18:00 a 20:00 h ZOOM
DANZA DE TAHITI Profesora: Viridiana Valverde	Tahiti, pertenece al conjunto de Islas de la Sociedad, ubicados en medio del Océano Pacífico. Aprende una coreografía originaria de un estilo en particular que lleva por nombre "Aparima", que significa hablar con las manos. Conoce y entiende los sonidos, la lengua, la vestimenta representativa y los pasos principales, para entender los movimientos y relacionarlos al significado del canto. De esta forma, la historia de la canción la interpretaras con los movimientos de tus manos.	Jueves 16:00 a 18:00 h ZOOM
DIBUJO CON BOLÍGRAFO Profesora: Sandra Santos	Identifica y pon en práctica las diferentes técnicas en el dibujo con bolígrafo. Aplica texturas, sombreados y luces. No es indispensable saber dibujar, pero si ya tienes conocimientos previos, podrás utilizar nuevos técnicas para mejorar tus dibujos. Al terminar serás capaz de realizar una obra de arte completa solo con bolígrafo o bien podrás sumar esta técnica a otras que ya domines.	Lunes 18:00 a 19:00 h ZOOM
DIBUJO DE CARICATURA SATÍRICA SOCIAL Y POLÍTICA Profesor: Pablo Suárez	La caricatura ha sido por mucho tiempo un medio de comunicación utilizado para satirizar la vida cotidiana y los sucesos políticos y sociales del mundo. México tienen una gran tradición en el uso de la caricatura. Retrata usando lápiz, tinta y papel distintas situaciones cotidianas en caricaturas que ayuden a compartir humorísticamente cómo percibes el mundo, cómo le representas y cómo lo asimilas.	Miércoles 15:00 a 17:00 h ZOOM
EL NEGOCIO DE LA MÚSICA Profesor: Alejandra Díaz	Conoce cuál es el proceso para el lanzamiento comercial de un proyecto musical. Aprende los conceptos básicos de una producción musical, conceptos de marketing, el rol del asesor de imagen, funciones de los managers, apoyos administrativos y logísticos, asesoría legal, contrataciones y temas de derechos de autor. Todo sobre el negocio de la música.	Sábado 12:00 a 14:00 h ZOOM
ESCRITURA PARA SANAR Profesora: Scarlett Casa	Accede a tu interior, a lo que te hace feliz, triste o a lo que te cause alguna emoción importante. Sal de tu zona de confort para poder expresarte y desahogarte, para conseguir una catarsis a través de diferentes estilos y tipos de escritura. Exprésate, recuerda y libérate de todo lo que te hace daño. Maneja tus emociones de manera libre, consciente y sanadora. Solo necesitarás un cuaderno, pluma y lápices.	Viernes 18:00 a 20:00 h ZOOM
EXPRESIÓN CORPORAL Profesora: Jocelyn Ruiz	El lenguaje del alma. Aprende a moverte de forma natural y expresiva, permítete tomar conciencia de tu cuerpo y tus emociones, redescubre cómo expresarte a través del movimiento. Desarrolla tu expresión, creatividad e imaginación, a través del movimiento espontáneo, la improvisación y el juego, con el fin de alcanzar una mayor conciencia corporal que repercuta en tu confianza y en la capacidad de relacionarte con tu entorno. Dirigido tanto a personas que ya practican cualquier tipo de danza, como a público en general sin experiencia previa.	Lunes y Jueves 10:00 a 11:00 h ZOOM
FOLK FITNESS Profesora: Ximena Tomasini	Ejercítate con una rutina física y música de danza folklórica mexicana, un cardio fuera de lo común. No es necesario saber de danza folklórica, y haremos el ejercicio sin necesidad de zapatete, solo necesitarás ropa de entrenamiento, tenis y agua. Además, a través de algunos de estos bailes, conocerás datos interesantes de ciertas microregiones de nuestro interesante y hermoso país.	Lunes y miércoles 18:00 a 19:00 h ZOOM
GUIARRA ELÉCTRICA Y BAJO Profesor: David Mercado	Aprende desde el nivel inicial a tocar la guitarra eléctrica o el bajo. Si ya tienes conocimientos previos, podrás reforzar tu técnica con ejercicios autodirigidos de velocidad, coordinación y elasticidad para alcanzar tus propias metas musicales. Conoce y experimenta con apps especializadas y herramientas online que te brindarán recursos para liberar todo el potencial de tu creatividad. Es requisito cantar con tu propio instrumento.	Jueves 18:00 a 20:00 h ZOOM
HISTORIA DE LA MÚSICA. UN VISTAZO A LOS GÉNEROS MUSICALES Profesor: Carlos Mendoza	La Historia de la música es muy extensa y muy interesante, ya que se relaciona con muchos acontecimientos históricos y culturales. En esta clase nos centraremos en la música que nos distaza a los géneros musicales, desde el Rock hasta el Reggaeton. Si te gusta la música aprende a ser un oyente plenamente consciente, conociendo más de los géneros musicales más importantes y sus orígenes, así como los elementos que los caracterizan.	Miércoles 19:00 a 21:00 h ZOOM
HISTORIA DEL ARTE CONTEMPORÁNEO DEL SIGLO XX Profesor: Pablo Suárez	Una vez asimilados los vanguardios del siglo XX, la globalización y la industrialización comienzan a tener efectos en los procesos y significaciones artísticas; sus motivos y representaciones comienzan a cuestionar cánones académicos y conceptuales, dando inicio a las corrientes que priorizan temáticas como la producción en masa y los cuestionamientos existenciales. Conoce los efectos posmodernistas de estos movimientos artísticos con base en las ideas y motivos de los artistas que le conformaron y trabajaremos algunos ejercicios prácticos y sencillos para desarrollar obras de arte de tu propia inspiración.	Lunes 17:00 a 19:00 h ZOOM
INICIACIÓN AL PIANO Y TECLADO Profesor: Raúl Oliver	Conoce y aplica los bases técnicos necesarios para iniciarte en la ejecución del piano o teclado, un instrumento muy popular y versátil, aprenderás recursos actuales a los que puedes recurrir para tocar diferentes repertorios y acompañamientos. Si ya tienes conocimientos musicales aprenderás nuevas cosas y si no tienes ninguna experiencia, este taller será perfecto para iniciarte. Necesitas contar con un piano o cualquier tipo de teclado musical para la práctica del mismo. Necesitas contar con un piano o cualquier tipo de teclado musical.	Miércoles 17:00 a 18:00 h ZOOM
INICIOS DEL CINE MEXICANO Y SU INFLUENCIA EN EL CINE MUNDIAL Profesor: Gina Bardavía	Si eres un cinéfilo, conoce los inicios de nuestra cinematografía, su contexto socio-político, la creación de géneros y sus aportaciones en la cinematografía mundial. Con la finalidad de reconocer la industria cinematográfica mexicana, sus principales características, realizadores, temas, técnicas y películas representativas a lo largo de los primeros años, con base en un marco teórico, y a través de exposiciones y la visualización de fragmentos de películas.	Miércoles 19:00 a 21:00 h ZOOM
LSM INTRODUCCIÓN A LA LENGUA DE SEÑAS MEXICANA Profesora: Mónica Romero	Aprende una nueva forma de comunicarte, la lengua de señas mexicana es reconocida oficialmente como una lengua nacional y forma parte del patrimonio lingüístico del país. Si todos nosotros habláramos lengua de señas, no habría tal discapacidad, comería Antares y Zoracz actor de la obra "Seña y Verbo". La inclusión es tarea de todos, nuestras acciones pueden hacer grandes diferencias, seamos parte del cambio.	Martes y viernes 18:00 a 19:00 h ZOOM
MEDITACIÓN EN MOVIMIENTO Profesora: Tania Ibarra	Es habitual imaginar que, para meditar, hay que sentarse y permanecer inmóvil observando la respiración, el pensamiento, algún objeto o la propia conciencia. Pero también se puede meditar en movimiento. A través de la respiración, movimientos naturales, sonidos y música llegaremos a un estado meditativo que nos ayude a liberar, entender y dar intención a nuestro día a día. Todos podemos hallar en el movimiento físico la quietud mental necesaria para afrontar la vida con serenidad.	Grupo 1 Lunes 7:00 a 8:00 h Grupo 2 Lunes 8:00 a 9:00 h ZOOM
MÉTODO CURLY GIRL PARA CABELLERAS REBELDES Profesora: Mónica Perea	Aprende a domar esa cabellera rebelde a con el método que Lorraine Massey dio a conocer a través de su libro Curly girl: the handbook. Conoce los secretos que esta gura del peinado nos comparte para un mejor cuidado del pelo. Identifica los ingredientes aprobados por este método, prueba distintos materiales y comienza a consentirte desde la cabeza. Ya sea que tengas el cabello rizado, anulado o lacio, natural o teñido, aceptarlo es toda una aventura que se vive mejor en grupo. Inicio este viaje de auto-cuidado que, además, esconde un poco de historia detrás.	Sábado 16:00 a 18:00 h ZOOM
PANQUES Y TARTAS Profesora: Tania Medrano	Los tartas y panques, son un clásico de la repostería, son tan ritos que han perdurado por varias generaciones, por ser recetas de la cocina de las abuelas. Prepara y aprende sobre los diferentes pastos para los tartas, dulces y salados y los diferentes modos para panques, así como su cobertura y su relleno. Es necesario que cuentes con un horno de gas y que tengas todos los materiales y utensilios y materiales necesarios para cada receta, de acuerdo a las indicaciones que se te den cada clase.	Lunes 13:00 a 15:00 h ZOOM
PILATES Profesora: Verónica Vázquez	Aprende gradualmente como ejecutar correctamente diferentes posiciones, movimientos y secuencias de ejercicios tanto de pie como en el piso desarrollando control físico, resistencia, coordinación y respiración adecuada y concentración mental para fortalecer diferentes músculos del cuerpo utilizando nuestro propio peso y con buena alineación de la columna vertebral y pelvis conforme a las capacidades y fortalezas de cada cuerpo.	Lunes y viernes 16:30 a 17:30 h ZOOM
PINTURA EN ACUARELA Profesora: Sandra Santos	Experimenta diferentes técnicas de la pintura en acuarela, como goteo, escurrida y aplicación de elementos para texturas y efectos visuales. Para que puedas elaborar una obra de arte hecha por ti del tema y estilo que prefieras, visualmente atractiva y que al mismo tiempo pueda expresar el desarrollo de tu sentir y de tu creatividad. Necesitarás pinturas en acuarela, pinceles y papel para este tipo de técnica.	Jueves 15:00 a 17:00 h ZOOM
POSTRES DE OTOÑO Profesora: Angela Llamas	Se acerca la temporada de fin de año, la casa empieza a tener aromas de canela, frutas, y pan recién horneado. Aprende a elaborar postres diferentes, algunos dulces y otros nuevos como galletas y polvorones que te servirán para tener un regalo para alguna ocasión, aunque algunos se vean difíciles los haremos fáciles. Necesitamos horno de tu estufa o eléctrica, charolas para galletas, molde redondo y una para pay, cada semana con anticipación sabrás los ingredientes que utilizaremos, todo de temporada y fácil de conseguir	Sábado 11:00 a 13:00 h ZOOM
PRODUCCIÓN DE MÚSICA DIGITAL Profesor: Carlos Mendoza	Aprende los elementos necesarios para crear y producir música desde tu computadora, utilizando instrumentos virtuales y físicos, conocerás los mejores tips para hacer que tus canciones suenen más profesionales y estéticas, conocerás los herramientas profesionales gratuitas que ofrece el mercado para la industria de la música. Deberás contar con conocimientos musicales previos (tocar algún instrumento), contar con una computadora con 4Gb de RAM o más y 50Gb disponibles en Disco Duro y unos audífonos convencionales.	Martes 19:00 a 21:00 h ZOOM
REDACCIÓN Profesor: Emilio Bustos	Aprende los elementos necesarios para la correcta redacción de textos. Entiende las razones detrás de los reglas ortográficas, aprende a organizar tus ideas, a reconocer la estructura del español y a usarlo para expresarte de la mejor forma posible; todo en un tono ameno y ligero que sin dudas te servirá para muchas áreas de tu vida personal y profesional.	Martes 10:00 a 12:00 h ZOOM
SALSA LADY STYLE Profesora: Leslie Vázquez	Aprende a estilizar tu forma de bailar a través de la Salsa. Conoce los fundamentos sobre la postura, la colocación y las técnicas de independización corporal que te permitirán lograr mayor elegancia, cadencia e interpretación. Aprende a bailar con gracia y estilo. Desarrolla secuencias de movimientos a lo natural en la Salsa, fusionando también otros géneros de baile como el Son, la Rumba cubana, el Reggaeton y el Salsatón, para trabajar ritmo, coordinación, sultura e improvisación al bailar.	Sábado 10:00 a 12:00 h ZOOM
SEXY DANCE Profesora: Tania Ibarra	Los divos del Pop son una gran inspiración para la danza. Bailarás sexys rutinas originales creadas con canciones icónicas, al mismo tiempo que fortalecerás tu cuerpo y mente, subirás tu autoestima, mejorarás tu flexibilidad, alineación, resistencia y balance. Además, potenciarás tu personalidad y sensualidad a través de tu feminidad. Descúbrete y ama la mujer que eres. Necesitas un espacio donde puedas moverte libremente, ropa cómoda, calzado deportivo y un tapete de yoga; para una parte del taller usaremos también unos zapatos de tacón cómodos.	Viernes 17:00 a 19:00 h ZOOM
STRETCH Profesora: Melany Méndez	Trabaja e incrementa la elasticidad y flexibilidad de tu cuerpo. Nos enfocaremos en rotación, elasticidad y flexibilidad de hombros, espalda, cadera y piernas, trabajando de manera paralela el fortalecimiento de los músculos involucrados. Aprende los diferentes formas de estiramiento (pre y post entrenamiento). Solo deberás contar con tu propio tapete de ejercicio, una banda elástica y una toalla pequeña.	Martes y viernes 17:00 a 18:30 h ZOOM
TEJIDO. KIT DE INVIERNO Profesora: Angela Llamas	Prepárate para la temporada invernal, con una moda original, estrena tu propio outfit a hazle un regalo a tu persona favorita. Aprende a elaborar una hermosa bufanda o cuello a juego con su gorra, creada por ti, solo necesitas un poco de estadías, un gancho, agujas de tejer, hilo de gancha, tú elabes, aprenderás puntadas básicas, pero lograrás prendas terminadas únicamente y a tu estilo.	Viernes 18:00 a 20:00 h ZOOM

INSCRIPCIÓN A GRUPOS PRESENCIALES en <http://bit.ly/TalleresExpress2021-2-presencial>

Inscripción a grupos en modalidad presencial.
Las clases se realizarán en las Instalaciones del Tec Campus Estado de México (CEM)
Disponibles exclusivamente para alumnos inscritos al periodo actual en el Tec CEM y empleados activos del campus.

TALLER / PROFESOR	DESCRIPCIÓN	DÍA, HORARIO Y LUGAR
BAILE TRAP & REGGAETON Profesor: Yair Becerra	Experimenta los movimientos y esencia que se expresan en estos géneros musicales por medio de coreografías multimedial, creadas para disfrutar, pero también para desarrollar múltiples aptitudes para la danza en general, como son, expresión, actitud, limpieza, groove, niveles y tener más claro cómo se expresa frente a una cámara. Todo esto, mientras te diviertes y desennuevas al ritmo de la música.	Viernes 10:00 a 11:30 h Mezannine del GYM
BAILES LATINOS Profesora: Magdalena Roldán	Si te gusta bailar, diviértete con diversos ritmos de bailes latinos para bailar en una fiesta. Abarca la técnica y los pasos básicos de salsa, rock and roll, swing, disco, mamba y cha-cha-cho. Dirigido a toda persona que quiera aprender a bailar, se trabajará tanto de forma individual como en pareja (si la tienes, si no, no te preocupes). Ya no te quedes sentado en las fiestas y párate a bailar.	Jueves 15:00 a 16:30 h Centro Estudiantil 3203
BOLLYWOOD. DANZA HINDÚ MODERNA Profesora: Tiare Parra	La danza Bollywood es un estilo de danza hindú que surge de los películas de la India. Este estilo fusiona danza clásica hindú con los fondos modernos, como el jazz y hip hop. Es una danza muy dinámica, alegre y con mucha energía diseñada para hombres y mujeres con muchos ganas de divertirse. En este aprenderás pasos básicos, coreografías y aspectos culturales.	Viernes 13:00 a 14:30 h Explanada Centro Estudiantil
CANTO Profesora: Scarlett Casa	Conoce y practica los bases de la técnica vocal (respiración, apoyo, resonadores, entre otros); vocalizarás cada clase; conocerás los cuidados básicos de la salud vocal; aprenderás canciones de manera individual y grupo de diversos géneros musicales, los cuales serán acordados como grupo para tener juntos un óptimo desarrollo vocal; y además, te divertirás muchísimo cantando.	Grupo 1 Miércoles 12:00 a 13:30 h Grupo 2 Miércoles 14:30 a 16:00 h Centro Estudiantil 3303
CARACTERIZACIÓN FX PARA HALLOWEEN Profesor: Arturo Arzuluz	Aprende a realizar prótesis planas de calidad profesional tal y como se fabrican para usar en cine o televisión en producciones de terror o ciencia ficción, los cuales podrás utilizar para hacer una caracterización para una fiesta de Halloween. No necesitas conocimientos previos, al terminar el serás capaz de realizar modelado en plastilina básica, moldes planos en yeso, adhesivo para las prótesis y prótesis.	Grupo 1 Lunes 15:00 a 16:30 h Grupo 2 Jueves 15:00 a 16:30 h CAE 106
DANZA DE TAHITI Profesora: Viridiana Valverde	Tahiti, pertenece al conjunto de Islas de la Sociedad, ubicados en medio del Océano Pacífico. Aprende una coreografía originaria de un estilo en particular que lleva por nombre "Aparima", que significa hablar con las manos. Conoce y entiende los sonidos, la lengua, la vestimenta representativa y los pasos principales, para entender los movimientos y relacionarlos al significado del canto. De esta forma, la historia de la canción la interpretaras con los movimientos de tus manos.	Jueves 16:00 a 17:30 h Escenario del Teatro
DIBUJO DE CARICATURA SATÍRICA SOCIAL Y POLÍTICA Profesor: Pablo Suárez	La caricatura ha sido por mucho tiempo un medio de comunicación utilizado para satirizar la vida cotidiana y los sucesos políticos y sociales del mundo. México tienen una gran tradición en el uso de la caricatura. Retrata usando lápiz, tinta y papel distintas situaciones cotidianas en caricaturas que ayuden a compartir humorísticamente cómo percibes el mundo, cómo le representas y cómo lo asimilas.	Miércoles 15:00 a 16:30 h CAE 102
DIBUJO AL AIRE LIBRE Profesor: Alicia Grijalva	Atrevéte a experimentar la magia de dibujar al aire libre, con técnicas sencillas y materiales que seguramente tienes a la mano, como son lápiz y papel o si la prefieres tintas o acuarelas, aprende las fases básicas del dibujo encaje, proporción y sombreado. Desarrolla la capacidad de observación y creatividad, al mismo tiempo que redescubres tu campus. No necesitas conocimientos previos, solo necesitas tener ganas de dibujar.	Viernes 11:00 a 12:30 h Jardín del Starbucks
ENSAMBLE MUSICAL EN VIVO Profesor: David Mercado	Si eres músico y llevas mucho tiempo esperando poder tocar con alguien más, este es taller para ti, a través de ejercicios de ensamble musical conocerás como Jam Sessions (encuentro informal de músicos) para tocar en grupo sin ensayo previo. Se requiere tener dominio básico de al menos un instrumento y poder llevarlo cada sesión (en el salón contaremos solo con batería, teclado y amplificadores).	Grupo 1 Martes 10:00 a 11:30 h Grupo 2 Viernes 10:00 a 11:30 h CAE 105
FOTOGRAFÍA DIGITAL AL AIRE LIBRE Profesor: Luis Sandoval	Aprende los conceptos básicos de fotografía digital, como son exposición, ISO, Diafragma, Obturación y más a través de clases totalmente prácticas. Aquí aprenderás a usar tu cámara réflex a Mirrorless desde cero, así que necesitas contar con una y llevarla en cada clase. La clase será al aire libre dentro de las instalaciones del campus, así que no nos faltarán los paisajes, la naturaleza, la arquitectura y muchos cosas más para sacar increíbles fotografías.	Martes 11:00 a 12:30 h Jardín del Starbucks
IMPRO TEATRAL Profesora: Gloria Cardoso	Conoce y explora el match de improvisación teatral que usan los actores para crear escenas e historias sin guion, improvisación previa y de manera instantánea. La impro es una forma de actuación en la que desarrollas corporalidad, imaginación, escucha, atención y espontaneidad; conecta con tu parte lúdica y creativa de manera divertida y natural. Realizaremos esta clase en un lugar muy especial: el Teatro del Campus.	Miércoles 11:00 a 12:30 h Escenario del Teatro
MEDITACIÓN EN MOVIMIENTO Profesora: Tania Ibarra	Es habitual imaginar que, para meditar, hay que sentarse y permanecer inmóvil observando la respiración, el pensamiento, algún objeto o la propia conciencia. Pero también se puede meditar en movimiento. A través de la respiración, movimientos naturales, sonidos y música llegaremos a un estado meditativo que nos ayude a liberar, entender y dar intención a nuestro día a día. Todos podemos hallar en el movimiento físico la quietud mental necesaria para afrontar la vida con serenidad.	Grupo 1 Lunes 7:00 a 8:00 h Grupo 2 Lunes 8:00 a 9:00 h CAE 103
MÚSICA MEXICANA Profesor: Cesar Quiñones	Descubre la música regional, despertando en el interés por la música mexicana. Aprenderemos sus raíces e historia y realizaremos ensambles con diversos instrumentos tradicionales de la música mexicana como: guitarra, violín, voz, piano, trompeta, etc. Daremos valor a la música mexicana ofreciendo la oportunidad de iniciarse en este género con cualquier instrumento musical con el que cuentes, no necesitas tener conocimientos previos, solo necesitas tener ganas de tocar.	Miércoles 13:00 a 14:30 h Sala de Orquesta Músicos
PINTURA EN ACUARELA Profesora: Sandra Santos	Experimenta diferentes técnicas de la pintura en acuarela, como goteo, escurrida y aplicación de elementos para texturas y efectos visuales. Para que puedas elaborar una obra de arte hecha por ti del tema y estilo que prefieras, visualmente atractiva y que al mismo tiempo pueda expresar el desarrollo de tu sentir y de tu creatividad. Necesitarás pinturas en acuarela, pinceles y papel para este tipo de técnica.	Jueves 15:00 a 16:30 h CAE 102
REDACCIÓN Profesor: Emilio Bustos	Aprende los elementos necesarios para la correcta redacción de textos. Entiende las razones detrás de los reglas ortográficas, aprende a organizar tus ideas, a reconocer la estructura del español y a usarlo para expresarte de la mejor forma posible; todo en un tono ameno y ligero que sin dudas te servirá para muchas áreas de tu vida personal y profesional.	Martes 10:00 a 11:30 h SUM de Prepa
SALSA CUBANA Profesora: Leslie Vázquez	Conocerás y practicarás los bases del ritmo popular tradicional cubano "Casino o Salsa Cubana, entendiendo la base musical, la postura y colocación al bailar a través de pasos básicos para los hombres y las mujeres también fusionaremos elementos de otros géneros de baile como el mambo y el son cubano.	Martes 16:00 a 17:30 h Centro Estudiantil 3203
SEXY DANCE Profesora: Tania Ibarra	Los divos del Pop son una gran inspiración para la danza. Bailarás sexys rutinas originales creadas con canciones icónicas, al mismo tiempo que fortalecerás tu cuerpo y mente, subirás tu autoestima, mejorarás tu flexibilidad, alineación, resistencia y balance. Además, potenciarás tu personalidad y sensualidad a través de tu feminidad. Descúbrete y ama la mujer que eres. Necesitas un espacio donde puedas moverte libremente, ropa cómoda, calzado deportivo y un tapete de yoga; para una parte del taller usaremos también unos zapatos de tacón cómodos.	Viernes 17:00 a 19:00 h CAE 103