

## Membresía 41 meses

*TCC1- Ser consciente del principio del movimiento en cada parte de mi cuerpo.*

### Mes 1

#### **Módulo 1: Premisas básicas de la Colocación Estructural**

- Tutorial 1 – La colocación estructural.
- Tutorial 2 – La base horizontal.
- **Masterclass grabada.** Capítulo I de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T1  
Control 2: T2  
Asistencia a clase grupal 1

### Mes 2

- Tutorial 3 – El eje vertical.
- Tutorial 4 –(teórico) Errores comunes de la colocación estructural

Control 1: T3  
Control 2: T1  
Asistencia a clase grupal 2  
1º Supervisión con India

### Mes 3

- Tutorial 5 – (teórico) Escáner de los cinco puntos de consciencia.

#### **Módulo 2: Marcaje de pies**

- Tutorial 6 – Marcaje de pies.
- **Masterclass grabada** Capítulo II de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T1  
Control 2: T5  
Asistencia a clase grupal 3  
Memoria módulo 1

**Mes 4**

- Tutorial 7 – Marcaje de pies con cabeza.
- Tutorial 8 – Marcaje de pies con cabeza y torso.

Control 1: T7  
Control 2: T8  
Asistencia a clase grupal 4  
Memoria módulo 2  
2º Supervisión con India

**Mes 5****Módulo 3: Las manos**

- Tutorial 9 – Manos energéticas.
- Tutorial 11 – Técnica de manos.
- **Masterclass grabada** Capítulo III de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T9  
Control 2: T1 integrando el T9  
Asistencia a clase grupal 5

**Mes 6**

- Tutorial 10 – Estiramiento de manos.
- Tutorial 12 – Pellizco de cabeza, hombro y manos.

Control 1: T12  
Control 2: Integración de todos los T  
Asistencia a clase grupal 6  
Memoria módulo 3  
3º Supervisión con India

**Mes 7****Módulo 4: Marcaje de brazos I**

- Tutorial 13 – Ejercicio de brazos completo.
- Tutorial 14 – Marcajes en línea de equilibrio en compás de Soleá.
- **Masterclass grabada** Capítulo IV de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T13  
Control 2: T14  
Asistencia a clase grupal 7

## Mes 8

- Tutorial 15 – El sentido de la colocación en la letra por Soleá.

### Módulo 5: Concienciar cada parte I

- Tutorial 16 – Ampliar el pecho. Ejercicio 1.

Control 1: T15  
Control 2: T16  
Asistencia a clase grupal 8  
Memoria módulo 4  
4º Supervisión con India

## Mes 9

- Tutorial 17 – Ampliar el pecho. Ejercicio 2.
- Tutorial 18– Concienciar: hombro, codo y muñeca.
- **Masterclass grabada** Capítulo V de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T17  
Control 2: T18  
Asistencia a clase grupal 9

## Mes 10

- Tutorial 19 – Fuerza de muñecas.
- Tutorial 20 – Separar cintura de cadera.

Control 1: T19  
Control 2: T20  
Asistencia a clase grupal 10  
Memoria módulo 5  
5º Supervisión con India

## Mes 11

### Módulo 6: Marcaje de brazos II

- Tutorial 21 – Marcaje de Brazos en 1 tiempo.
- Tutorial 22 – Marcaje de Brazos por fuera, quebrando el eje vertical.
- **Masterclass grabada** Capítulo V de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T21  
Control 2: T22  
Asistencia a clase grupal 11

## Mes 12

- Tutorial 23 – Marcaje de Brazos por dentro, sobre el eje vertical.

## TCC2 -Ser consciente de mi eje y mi equilibrio.

### Módulo 7: Escobillas I

- Tutorial 24 – Colocación para escobillas.

Control 1: T23  
Control 2: Integración de todos los ejercicios anteriores  
Asistencia a clase grupal 12  
Memoria módulo 6  
6º Supervisión con India

## Mes 13

- Tutorial 25 – Ejercicio de plantas.
- Tutorial 26 – Ejercicio de media planta – talón – tacón.
- **Masterclass grabada** Capítulo VI de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T25  
Control 2: T26  
Asistencia a clase grupal 13

## Mes 14

- Tutorial 27 – Ejercicios de planta entera – talón – talón.

### Módulo 8: Concienciar cada parte II

- Tutorial 28 – Agilidad de tobillos: ejercicios de empeine.

Control 1: T 27  
Control 2: T 28  
Asistencia a clase grupal 14  
Memoria módulo 7  
7º Supervisión con India

**Mes 15**

- Tutorial 29 – Agilidad de tobillos: ejercicios de empeine doble.
- Tutorial 30 – Ejercicios de tobillos.
- **Masterclass grabada** Capítulo VII de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T29  
Control 2: T30  
Asistencia a clase grupal 15  
Memoria módulo 8

**Mes 16****Módulo 9: Carretillas I**

- Tutorial 31 – Colocación para carretillas.
- Tutorial 32 – Carretillas, sensaciones.

Control 1: T 32  
Control 2: T27 +T28+T29 +T30  
Asistencia a clase grupal 16  
8º Supervisión con India

**Mes 17**

- Tutorial 33 – Carretillas en 4 tiempos.

**Módulo 10: Giros I**

- Tutorial 34 – Ejercicio de cintura para giro.
- **Masterclass grabada** Capítulo VIII de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T33  
Control 2: T34  
Memoria módulo 9  
Asistencia a clase grupal 17

**Mes 18**

- Tutorial 35 – Giro hacia delante.
- Tutorial 36 – Giro hacia atrás.

Control 1: T 35  
Control 2: T36  
Asistencia a clase grupal 18  
9º Supervisión con India

## Mes 19

- Tutorial 37 – Giro de cadera sobre tacón.

### Módulo 11: Chaflán

- Tutorial 38 – Preparación para chaflán.
- **Masterclass grabada** Capítulo IX de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T37  
Control 2: T38  
Asistencia a clase grupal 19  
Memoria módulo 10

## Mes 20

- Tutorial 39 – Chaflán en 2 tiempos.
- Tutorial 40 – Chaflán en 1 tiempo.

Control 1: T 39  
Control 2: T40  
Asistencia a clase grupal 20  
Memoria módulo 11  
10º Supervisión con India

## Mes 21

### Módulo 12: Latiguillos I

- Tutorial 41 – Técnica de latiguillos y sensaciones corporales.
- Tutorial 42 – Ejercicio de preparación para el latiguillo.
- Tutorial 43 – Ejercicio de preparación para el latiguillo, con planta.
- **Masterclass grabada** Capítulo X de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T42  
Control 2: T43  
Asistencia a clase grupal 21  
Memoria módulo 12

## Mes 22

### Taller “El secreto de tus manos”.

Control 1: libre  
Control 2: libre  
Asistencia a clase grupal 22 del taller  
Memoria módulo 12 y del Taller  
11º Supervisión con India

## Mes 23

### TCC3- Ser consciente de mi fuerza y su uso.

#### Módulo 13: Pellizco I

- Tutorial 44 – Pellizco de cadera en el paso valseado.
- Tutorial 45 – Pellizco de cadera y de cabeza en el paso valseado.
- **Masterclass grabada** Capítulo XI de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T44  
Control 2: T45  
Asistencia a clase grupal 23

## Mes 24

- Tutorial 46 – Pellizco de cadera, cabeza y mano en paso valseado.

#### Módulo 14: Escobillas II

- Tutorial 47 – Ejercicio de media planta- talón en doce TIEMPOS.

Control 1: T46  
Control 2: T47  
Asistencia a clase grupal 24  
Memoria módulo 13  
12º Supervisión con India

### Mes 25

- Tutorial 48 – Ejercicio de planta entera -talón-talón en 12 TIEMPOS y 3 velocidades de Soleá
- Tutorial 49 – Ejercicio de media planta -talón-tacón en 12 TIEMPOS y 3 velocidades de Soleá
- **Masterclass grabada** Capítulo XII de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T48  
Control 2: T49  
Asistencia a clase grupal 25

### Mes 26

- Tutorial 50 – Ejercicios de media planta-talón-tacón en 12 tiempos.  
ACENTUACIÓN por Soleá, combinando velocidades.
- Tutorial 51 – Ejercicio de planta entera-talón-talón en 12 tiempos.  
ACENTUACIÓN por Soleá combinando las velocidades.

Control 1: T50  
Control 2: T51  
Asistencia a clase grupal 26  
Memoria módulo 14  
13º Supervisión con India

### Mes 27

#### **Módulo 15: Escobillas combinadas**

- Tutorial 52 – Escobillas combinada de media planta-talón -tacón y planta entera talón- talón. Lento.
- Tutorial 53 – Escobillas combinada de media planta-talón -tacón y planta entera talón- talón. Medio
- **Masterclass grabada** Capítulo XIII de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T52  
Control 2: T53  
Asistencia a clase grupal 27



## Mes 28

- Tutorial 54 – Escobillas combinada de media planta-talón -tacón y planta entera talón- talón. Rápido.

### Módulo 16: Carretillas II

- Tutorial 55 – Carretillas en compás de 12 en 3 velocidades.

Control 1: T54  
Control 2: T55  
Asistencia a clase grupal 28  
Memoria módulo 15  
14º Supervisión con India

## Mes 29

### Módulo 17: Escobillas y carretillas combinadas

- Tutorial 56 – Escobillas de media planta-talón-tacón y carretillas. En compás de 12 en 3 velocidades
- Tutorial 57 – Escobillas de planta entera talón-talón y carretillas. En compás de 12 en 3 velocidades.
- **Masterclass grabada** Capítulo XIV de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T56  
Control 2: T57  
Asistencia a clase grupal 29  
Memoria módulo 16

## Mes 30

### Módulo 18: Giros II

- Tutorial 58 – Giro de fuerza.
- Tutorial 59 – Doble giro adelante.

Control 1: T58  
Control 2: T59  
Asistencia a clase grupal opcional  
Memoria módulo 17  
15º Supervisión con India

### Mes 31

- Tutorial 60 – Doble giro hacia atrás.
- Tutorial 61 – Giro con fuerza de tacón.
- **Masterclass grabada** Capítulo XV de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T60  
Control 2: T61  
Asistencia a clase grupal opcional

### Mes 32

- Tutorial 62 – Vuelta quebrada o de pecho.
- Tutorial 63 – Giro tirabuzón o de cadera.

Control 1: T62  
Control 2: T63  
Asistencia a clase grupal opcional  
Memoria módulo 18  
16º Supervisión con India

### Mes 33

#### Módulo 19: Chaflán II

- Tutorial 64 – Combinación de los tres ejercicios del chaflán.

#### Módulo 20: Latiguillo II

- Tutorial 65 – Colocación y técnica de latiguillo.
- **Masterclass grabada** Capítulo XVI de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T64  
Control 2: T58 +T59 +T60+ T61+ T62 +T63  
Memoria módulo 19  
Asistencia a clase grupal opcional

### Mes 34

- Tutorial 66 – El latiguillo a tiempo.
- Tutorial 67 – Latiguillo doble, lento

Control 1: T66  
Control 2: T67  
Asistencia a clase grupal opcional  
17º Supervisión con India

### Mes 35

- Tutorial 68 – Latiguillo doble. Rápido.
- Tutorial 69 – Latiguillo con más dificultad.
- **Masterclass grabada** Capítulo XVII de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T68  
Control 2: T69  
Memoria módulo 20  
Asistencia a clase grupal opcional

### Mes 36

#### **Módulo 21: Pellizco II**

- Tutorial 70 – Pellizco en el paso valseado a velocidad.

### TCC4- Soy consciente del ritmo del movimiento.

#### **Módulo 22: Contratiempos**

- Tutorial 71 – Teórico. Audición de los contratiempos.

Control 1: T70  
Control 2: T66+ T76+ T68 +T69  
Asistencia a clase grupal opcional  
Memoria módulo 21  
18º Supervisión con India

### Mes 37

- Tutorial 72 – Entrar a tiempo.
- Tutorial 73 – Entrar a contratiempo.
- **Masterclass grabada** Epílogo de “El libro de los Secretos del cuerpo Flamenco”.

Control 1: T72  
Control 2: T73  
Asistencia a clase grupal opcional

### Mes 38

- Tutorial 74 – Entrar y salir del contratiempo.
- Tutorial 75 – Contratiempos. Ejercicios combinados.

Control 1: T74  
Control 2: T75  
Asistencia a clase grupal opcional  
Memoria módulo 22  
19º Supervisión con India

### Mes 39

- Tutorial 76 –Escobilla tradicional en 12 tiempos. Doble tacón. Lento
- Tutorial 77 –Escobilla tradicional en 12 tiempos. Tacón-puntera. Lento.

Control 1: T76  
Control 2: T77  
Asistencia a clase grupal opcional

### Mes 40

- Tutorial 78 – Escobilla tradicional en 12 tiempos. Combinadas: tacón-puntera y doble tacón.
- Tutorial 79 – Escobilla tradicional en 12 tiempos. Tacón-puntera. Completa
- Tutorial 80 – Escobilla tradicional en 12 tiempos. Doble tacón. Completa.

Control 1: T78  
Control 2: T79  
Control 3: T80  
Asistencia a clase grupal opcional  
Memoria módulo 23  
20º Supervisión con India

**Mes 41**

- Integración TCC1-TCC2-TCC3-TCC4