**Acta 18º sesión**

Málaga a 25 de Mayo de 2017, se reúnen los siguientes participantes:

Barranco Villanueva, Sarai

Bedmar Arroyo, Sergio

Benítez Sala, Sergio

Bermúdez González, Alonso

García Gómez, Montserrat

Hernández Sánchez, Guillermo

Jiménez Rodríguez, María

López Salas, Eugenia Sonia

López Sánchez, Leonor María

Luque Gil, Milagros

Márquez Pérez, Inmaculada

Pérez Ruiz, Francisco Javier

Romero López, Ana Belén

Salas Cobalea, Susana María

Velasco Fano, Aránzazu

Velasco Fano, Francisco Javier

Y como coordinador Antonio Lobato Rodríguez, para trabajar los siguientes temas:

* Sesión de Biodanza
* Propuesta para la última sesión.

Hoy hemos participado en una sesión intensiva de Biodanza. Hace algunas semanas Raquel nos planteó esta experiencia y aceptamos entusiasmados. Hoy, por fin se ha concretado y hemos contado con una especialista en el tema, Leonor, que nos ha preparado una sesión de dos horas para introducirnos en la Biodanza. Muy relacionada con el Midfulness, el desarrollo de la atención plena y la expresión de emociones, con la Biodanza lo que pretende especialmente es pasar por el cuerpo todo aquello que nos está pasando en el momento presente. Muy alejada de las tradicionales coreografías o bailes, la biodanza favorece la libre expresión, no requiere ninguna destreza o técnica específica concediendo y favoreciendo la igualdad de oportunidades a la hora de expresarnos. En fin, a lo largo de la clase hicimos diferentes dinámicas, algunas introductorias para relajarnos y desinhibirnos y otras posteriores donde se trabajaba la confianza, meditación, atención plena, expresión de emociones,…

La biodanza ha sido toda una experiencia y se coloca como una gran candidata a la protagonizar la Formación del curso que viene.

En la siguiente sesión y última haremos una evaluación de la formación y plantearemos las diferentes propuestas de formación para el curso 17/18.

Y sin más asuntos que tratar, se levanta sesión,

Coord. Formación

Antonio Lobato Rodríguez