

Taller presencial de la Técnica Alexander

Sábado 18 de abril de 2026. Plazas limitadas

¿Sientes que el ritmo de las clases agota tu energía y tu voz?

ANPE-Madrid te invita a un taller presencial de 3 horas, donde descubrirás una herramienta indispensable para tu desempeño en el aula.

La Técnica Alexander no es una terapia, sino un método para hacer consciente la forma en que usamos nuestro cuerpo, permitiendo que funcione según su propio diseño y ofreciendo una ventaja clara en nuestra actividad profesional.

¿Qué te aportará este taller?

- Control de la voz: Aprenderás a usar la voz con técnicas para evitar la fatiga vocal.
- Presencia consciente: Práctica de la "parada" y la "inhibición" para frenar reacciones automáticas ante el estrés del aula.
- Equilibrio y dirección: Técnicas de dirección consciente para sentarte, estar de pie y moverte con menor esfuerzo y mayor equilibrio.
- Recursos didácticos: Incluye juegos de observación y equilibrio diseñados específicamente para aplicar con tus alumnos en el aula.

Material necesario:

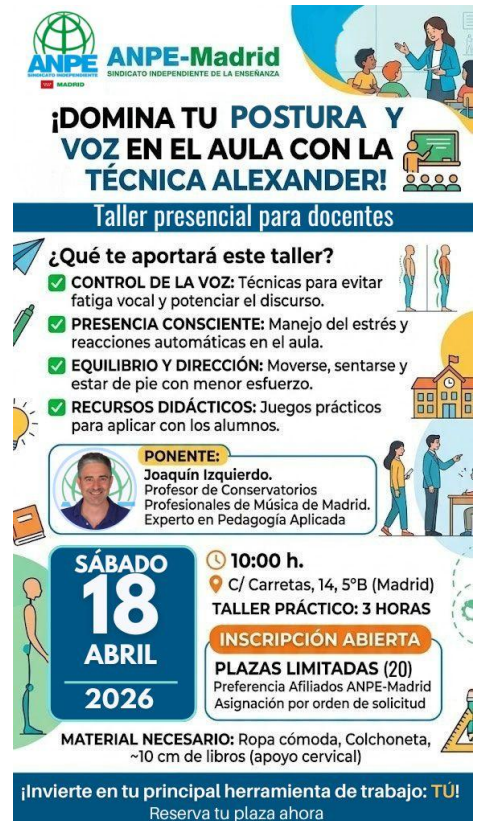
- Ropa cómoda.
- Una esterilla de pilates o una colchoneta.
- Un bloque de Yoga o unos 10 cm de libros (para usar como apoyo cervical).

Detalles del Taller:

- **Ponente:** Joaquín Izquierdo, profesor de los Conservatorios Profesionales de Música de Madrid y experto en pedagogía aplicada.
- **Fecha y lugar:** sábado, 18 de abril de 2026 a las 10:00. Calle Carretas, 14, 5^º B. Madrid
- **Plazas:** Limitadas a 20 participantes. **Sólo afiliados a ANPE-Madrid.** Una plaza por afiliado.
- **Precio:** **Gratuito** para afiliados.

Las plazas se asignarán por estricto orden de recepción de las solicitudes. Las inscripciones comenzarán **el día 9 de abril a las 18:00 h.**

Los interesados, [deben cumplimentar el formulario de inscripción.](#)



ANPE ANPE-Madrid
SINDICATO INDEPENDIENTE DE LA ENSEÑANZA MADRID

¡DOMINA TU POSTURA Y VOZ EN EL AULA CON LA TÉCNICA ALEXANDER!

Taller presencial para docentes

¿Qué te aportará este taller?

- ✓ **CONTROL DE LA VOZ:** Técnicas para evitar fatiga vocal y potenciar el discurso.
- ✓ **PRESENCIA CONSCIENTE:** Manejo del estrés y reacciones automáticas en el aula.
- ✓ **EQUILIBRIO Y DIRECCIÓN:** Moverse, sentarse y estar de pie con menor esfuerzo.
- ✓ **RECURSOS DIDÁCTICOS:** Juegos prácticos para aplicar con los alumnos.

PONENTE:
Joaquín Izquierdo.
Profesor de Conservatorios Profesionales de Música de Madrid.
Experto en Pedagogía Aplicada

SÁBADO 18 ABRIL 2026

10:00 h.
C/ Carretas, 14, 5^ºB (Madrid)
TALLER PRÁCTICO: 3 HORAS

INSCRIPCIÓN ABIERTA
PLAZAS LIMITADAS (20)
Preferencia Afiliados ANPE-Madrid
Asignación por orden de solicitud

MATERIAL NECESARIO: Ropa cómoda, Colchoneta, ~10 cm de libros (apoyo cervical)

¡Invierte en tu principal herramienta de trabajo: TU!
Reserva tu plaza ahora