

RESPIRAR A ARTE

SESIÓNS DE IOGA NO CGAC

CENTRO GALEGO DE ARTE CONTEMPORÁNEA

19 febreiro - 14 novembro 2025

Horario: de 20:00 a 21:30 h



O obxectivo deste programa é fomentar e facilitar o diálogo entre o público e a arte contemporánea co ioga como ferramenta para a mediación.

Ao longo deste ano levaremos a cabo unha serie de sesións de ioga que terán como marco e inspiración as exposicións de artistas como Pilar Albarracín, Mar Caldas, Concha Jerez, José Iges ou Priscilla Monge.

Esta actividade, que conxuga a práctica do ioga e a experiencia da arte, explora os nexos entre o simbolismo, a abstracción, a experimentación, a emoción ou a contemplación que comparten ambas as dúas disciplinas.

Cada clase será creada *ad hoc*, de xeito que a temática das secuencias de ioga e as *asanas* (posturas corporais) estarán directamente relacionadas coas pezas de arte. Cada *asana* posúe unha forma xeométrica e arquitectónica exacta.

Paula Toimil realizará unha visita comentada ás mostras e nutrirase de conceptos, formas, cores, dimensións, materia ou luz para trasladar estes parámetros ao nosos corpos e convidar o público a vivir física, emocional e espiritualmente a arte.

Levaremos a atención cara a dentro a través da respiración e das posturas procurando un exercicio de escoita persoal que nos permita tanto aprender da arte coma de nós.

PAULA TOIMIL (Lalín, Pontevedra, 1983) compaxina o seu traballo de educadora de museos co de profesora de ioga. Desde 2015 é membro do Servizo de Educación, Mediación e Atención ao Visitante da Fundación Cidade da Cultura de Galicia, no que leva desenvolvido proxectos didácticos para máis de vinte exposicións, así como para a arquitectura e os espazos verdes do Gaiás. É diplomada en Turismo pola UDC e mestra en Educación e Museos pola Universidade de Murcia. No eido do ioga, recibiu a súa formación en escolas abaladas por Yoga Alliance como Almacen de Yoga, Escuela Internacional de Yoga e AATM Yogashala en Rishikesh. Imparte esta disciplina en diferentes espazos de Santiago de Compostela e leva practicándoa máis dunha década.

El objetivo de este programa es fomentar y facilitar el diálogo entre el público y el arte contemporáneo con el yoga como herramienta para la mediación.

A lo largo de este año llevaremos a cabo una serie de sesiones de yoga que tendrán como marco e inspiración las exposiciones de artistas como Pilar Albarracín, Mar Caldas, Concha Jerez, José Iges o Priscilla Monge.

Esta actividad, que conjuga la práctica del yoga y la experiencia del arte, explora los nexos entre el simbolismo, la abstracción, la experimentación, la emoción o la contemplación que comparten ambas disciplinas.

Cada clase será creada *ad hoc*, de manera que la temática de las secuencias de yoga y las *asanas* (posturas corporales) estarán directamente relacionadas con las piezas de arte. Cada *asana* posee una forma geométrica y arquitectónica exacta.

Paula Toimil realizará una visita comentada a las muestras y se nutrirá de conceptos, formas, colores, dimensiones, materia o luz para trasladar estos parámetros a nuestros cuerpos e invitar al público a vivir física, emocional y espiritualmente el arte.

Desplazaremos la atención hacia el interior a través de la respiración y de las posturas en busca de un ejercicio de escucha personal que nos permita tanto aprender del arte como de nosotros.

PAULA TOIMIL (Lalín, Pontevedra, 1983) compagina su trabajo de educadora de museos con el de profesora de yoga. Desde 2015 es miembro del Servicio de Educación, Mediación y Atención al Visitante de la Fundación Cidade da Cultura de Galicia, en el que lleva desarrollado proyectos didácticos para más de veinte exposiciones, así como para la arquitectura y los espacios verdes del Gaiás. Es diplomada en Turismo por la UDC y máster en Educación y Museos por la Universidad de Murcia. En el campo del yoga, se ha formado en escuelas avaladas por Yoga Alliance como Almacen de Yoga, Escuela Internacional de Yoga y AATM Yogashala en Rishikesh. Imparte esta disciplina en diferentes espacios de Santiago de Compostela y lleva practicándola más de una década.

SESIÓNS

MÉRCORES, 19 DE FEBREIRO

Prazo de inscrición: do 10 ao 17 de febreiro

XOVES, 3 DE ABRIL

Prazo de inscrición: do 24 de marzo ao 1 de abril

XOVES, 26 DE XUÑO

Prazo de inscrición: do 17 ao 20 de xuño

MARTES, 14 DE OUTUBRO

Prazo de inscrición: do 7 ao 10 de outubro

VENRES, 14 DE NOVIEMBRO

Prazo de inscrición: do 3 ao 12 de novembro

SESIONES

MIÉRCOLES, 19 DE FEBRERO

Plazo de inscripción: del 10 al 17 de febrero

JUEVES, 3 DE ABRIL

Plazo de inscripción: del 24 de marzo al 1 de abril

JUEVES, 26 DE JUNIO

Plazo de inscripción: del 17 al 20 de junio

MARTES, 14 DE OCTUBRE

Plazo de inscripción: del 7 al 10 de octubre

VIERNES, 14 DE NOVIEMBRE

Plazo de inscripción: del 3 al 12 de noviembre

PERSOAS DESTINATARIAS

A actividade está dirixida a persoas maiores de 13 anos iniciadas no ioga e interesadas no mundo da arte.

MATERIAL

As persoas que participen nesta actividade deberán traer a súa esteira, roupa cómoda e unha manta para a relaxación final.

PRAZAS

As prazas dispoñibles poderán variar en función das exposicións que se visiten.

INSCRIPCIÓN

Esta actividade é de balde. Para inscribirse, as persoas interesadas deberán enviar a cgac.educacion@xunta.gal unha mensaxe electrónica dentro do prazo previsto para cada sesión. Nela deberán indicar os seguintes datos: nome, apelidos, estudos, área de traballo ou interese, un enderezo electrónico e un teléfono de contacto.

Poderase inscribir un máximo de dúas persoas mediante cada solicitude e é preciso indicar todos os datos de cada participante.

REALIZACIÓN DO PROXECTO: Paula Toimil

COORDINACIÓN: Virginia Villar

PERSONAS DESTINATARIAS

La actividad está dirigida a personas mayores de 13 años iniciadas en el yoga e interesadas en el mundo del arte.

MATERIAL

Las personas que participen en esta actividad deberán traer su esterilla, ropa cómoda y una manta para la relajación final.

PLAZAS

Las plazas disponibles podrán variar en función de las exposiciones que se visiten.

INSCRIPCIÓN

Esta actividad es gratuita. Para inscribirse, las personas interesadas deberán enviar a cgac.educacion@xunta.gal un correo electrónico dentro del plazo previsto para cada sesión. En él deberán indicar los siguientes datos: nombre, apellidos, estudios, área de trabajo o interés, una dirección de correo electrónico y un teléfono de contacto.

Se podrá inscribir un máximo de dos personas mediante cada solicitud y es necesario indicar todos los datos de cada participante.

REALIZACIÓN DEL PROYECTO: Paula Toimil

COORDINACIÓN: Virginia Villar