RESPIRAR A ARTE

SESIÓNS DE IOGA E ARTE NO CGAC

CENTRO GALEGO DE ARTE CONTEMPORÁNEA

5 febreiro - 25 novembro 2026
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 do ano levaremos a cabo unha serie de sesións de ioga que terán como marco e como inspiración as exposicións de artistas como Carlos Pazos, Lluís Hortalà, Alexandra Ranner ou Jannis Kounellis.

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

Cada clase é creada ad hoc, de xeito que a temática das secuencias de ioga e as asanas (posturas corporais) están 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 aos 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 como de nós.

SESIÓNS

XOVES 5 DE FEBREIRO
Prazo de inscrición: do 28 de xaneiro ao 3 de febreiro

MÉRCORES 25 DE MARZO
Prazo de inscrición: do 17 ao 23 de marzo

XOVES 18 DE XUÑO
Prazo de inscrición: do 9 ao 16 de xuño

MARTES 20 DE OUTUBRO
Prazo de inscrición: do 13 ao 16 de outubro

MÉRCORES 25 DE NOVEMBRO
Prazo de inscrición: do 16 ao 23 de novembro

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 del año llevaremos a cabo una serie de sesiones de yoga que tendrán como marco e inspiración las exposiciones de artistas como Carlos Pazos, Lluís Hortalà, Alexandra Ranner ou Jannis Kounellis.

Esta actividad, que conjuga la práctica del yoga y la experiencia del arte, explora los nexos entre aspectos como 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.

SESIONES

JUEVES 5 DE FEBREIRO
Plazo de inscripción: del 28 de enero al 3 de febrero

MIÉRCOLES 25 DE MARZO
Plazo de inscripción: del 17 al 23 de marzo

JUEVES 18 DE JUNIO
Plazo de inscripción: del 9 al 16 de junio

MARTES 20 DE OCTUBRE
Plazo de inscripción: del 13 al 16 de octubre

MIÉRCOLES 25 DE NOVIEMBRE
Plazo de inscripción: del 16 al 23 de noviembre

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 desenvolveu 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 Almazen 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.

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.

INSCRICIÓN

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

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

REALIZACIÓN DO PROXECTO: Paula Toimil

COORDINACIÓN: Virginia Villar

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 ha 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 Almazen 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.

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 un correo electrónico a cgac.educacion@xunta.gal dentro del plazo indicado para cada sesión. En él deberán incluir 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 (es necesario indicar todos los datos de cada participante).

REALIZACIÓN DEL PROYECTO: Paula Toimil

COORDINACIÓN: Virginia Villar

CGAC Centro Galego de Arte Contemporánea

DEPARTAMENTO DE ACTIVIDADES E EDUCACIÓN
Rúa Ramón del Valle Inclán 2
15703, Santiago de Compostela
Tel.: 981 546 602/31
cgac.educacion@xunta.gal / www.cgac.xunta.gal