



**CULTURA**  
SECRETARÍA DE CULTURA



**INBAL**

Repositorio de investigación y educación artísticas  
del Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura

ESCUELA NACIONAL DE DANZA  
“NELLY Y GLORIA CAMPOBELLO”

“LA BATA DE COLA: DE LA COMPLEJIDAD A SU EXPRESIÓN”

MODALIDAD DE TITULACIÓN: TESINA

PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN DANCÍSTICA  
CON ORIENTACIÓN EN DANZA ESPAÑOLA

PRESENTA

**ANGÉLICA ARADY GONZÁLEZ ZAVALA**

ASESORA: LUZ KARIME RUIZ DÍAZ

SEPTIEMBRE 2019



[www.inbadigital.bellasartes.gob.mx](http://www.inbadigital.bellasartes.gob.mx)

**Cómo citar este documento:** González Zavala, Angélica Arady. “La bata de cola: de la complejidad a su expresión”, ENDNGC/INBAL/SC, Ciudad de México, 2019.

**Descriptorios temáticos:** Bata de cola, manejo de la bata de cola, Kinesfera, movimiento.



**CULTURA**  
SECRETARÍA DE CULTURA



**INBAL**

INSTITUTO NACIONAL DE BELLAS ARTES Y LITERATURA

---

---



ESCUELA NACIONAL DE DANZA  
"NELLIE Y GLORIA CAMPOBELLO"

"LA BATA DE COLA: DE LA COMPLEJIDAD A SU EXPRESIÓN"

MODALIDAD DE TITULACIÓN: TESINA

PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN DANCÍSTICA  
CON ORIENTACIÓN EN DANZA ESPAÑOLA

PRESENTA

ANGÉLICA ARADY GONZÁLEZ ZAVALA

ASESORA: LUZ KARIME RUIZ DÍAZ

SEPTIEMBRE 2019

Ciudad de México, a 30 de noviembre de 2018.

**JESSICA ADRIANA LEZAMA ESCALONA**

**DIRECTORA DE LA ESCUELA NACIONAL DE DANZA NELIIE Y GLORIA  
CAMPOBELLO, INBA**

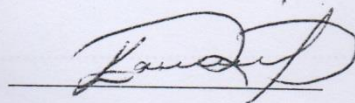
**PRESENTE**

Por medio de la presente me permito comunicar a usted que Angélica Arady González Zavala, egresada de la escuela a su cargo, de la Licenciatura en Educación Dancística con orientación en Danza Española, concluyó su trabajo de titulación en la modalidad de Tesina titulado: **“La bata de cola: De la complejidad a la expresión”** el cual fue realizado bajo mi asesoría.

En vista de que este proyecto cumple con los requerimientos metodológicos y de contenido especificado en el reglamento de titulaciones, doy mi visto bueno para que la interesada continúe con los trámites correspondientes al proceso de titulación.

Agradezco su atención que sirvan dar a la presente.

**ATENTAMENTE**



Mtra. Luz Karime Ruiz Díaz

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi mamá, que desde el principio siempre ha estado apoyándome en cada decisión que he tomado, afrontando cada consecuencia pero también celebrando cada triunfo, que ha sabido guiarme y aconsejarme, y que siempre trabaja para que nunca nos falte nada.

A mis abuelitos que día a día han estado incondicionalmente para mí, por llevarme a mis primeras clases de danza, por mostrarme el valor de la puntualidad y responsabilidad, y por esas flores después de cada presentación que nunca faltan.

A mis hermanos, por mantenernos juntos a pesar de las situaciones y por siempre tener algo bueno que aportar el uno al otro.

Al resto de mi familia, que me han acompañado y apoyado siempre.

A la ENDNGC, por mostrarme lo que más apreciaría de la vida, por permitirme aprender de los mejores maestros y por la guía que fueron a lo largo de mi proceso, a mis compañeros y esas personas que se mantuvieron a lo largo del camino, mostrando apoyo incondicional.

A Karime Ruíz y Jonathan Castillo, por su infinita paciencia y apoyo, por ayudarme a entender y aclarar ideas.

## Índice

Introducción.....	2
Capítulo 1. La bata de cola.....	7
1.1 El surgimiento de la bata de cola .....	7
1.2 Primeras apariciones de la bata de cola en los cafés cantantes.....	16
1.3 Bailaoras pioneras de la bata de cola.....	18
Capítulo 2. Manejo de la bata de cola.....	26
2.1 Tratado de la Bata de Cola de Matilde Coral.....	27
2.2 La bata de cola, un proceso para su manejo.....	30
Capítulo 3.La Kinesfera.....	38
3.1 El movimiento y la kinesfera.....	38
3.2 La kinesfera aplicada al manejo de la bata de cola.....	50
Conclusiones.....	61
Referencias: .....	64

## **Introducción.**

La bata de cola es un atuendo femenino característico del baile flamenco y su uso va más allá de sólo ser un elemento estético para el baile. Se cree que tiene su origen en Europa en el siglo XIX en los antiguos trajes o vestidos usados por las mujeres para eventos sociales que implicaban mostrar sus mejores atuendos, con el paso del tiempo y la evolución de la moda se dio paso a nuevos estilos de vestir. A los trajes y vestidos con cola se les realizaron algunas adaptaciones, por ejemplo holanes y encajes almidonados que aumentaban el peso de la bata, para las bailaoras españolas les parecía atractivo usar en el baile flamenco este tipo de vestuario con estas características en ciertos lugares conocidos como “cafés cantantes”, esta práctica se popularizó entre ellas hasta convertirse en un vestuario específico.

Entre las características de la confección, el largo adecuado de la cola tiene que ser la medida desde la cintura hasta los talones, el peso también es otra propiedad importante, antiguamente las batas eran más pesadas que en la actualidad, se cree que llegaban a pesar hasta 6K reduciéndose actualmente entre 3 a 5k. Relatos de las bailaoras narran que tras la manipulación de esta vestimenta se terminaba con los “riñones destrozados”, además de que en su andar por el escenario era claro escuchar un sonido que emergía de esta vestimenta. “Ese crujir, ese fondo musical del almidón, aún lo tengo yo en mi cabeza.” Coral y cols (2003).

Con lo que respecta al manejo de la bata de cola, se involucran aspectos técnicos importantes como la colocación y control corporal para el baile flamenco, a partir de la práctica y el ejercicio repetido con este elemento considero que se puede lograr una integración entre la bata de cola con el cuerpo, el desarrollo de dicha asociación a través del conocimiento de la kinesfera, concepto creado por el bailarín, coreógrafo y arquitecto húngaro Rudolf Von Laban, quien define a la kinesfera como el espacio imaginario que rodea al cuerpo y da a conocer las diferentes direcciones de nuestro entorno a su vez, estableciendo así la teoría y práctica del movimiento corporal, que en palabras de Laban es “El espacio que rodea directamente al cuerpo, el cual se define por sobre la envergadura de las extremidades y nos acompaña en forma permanente” Rudolf (1988). Sumado al conocimiento del concepto anterior, la ejecución de la bata de cola resulta en una calidad de movimiento en la cual la ejecutante esté consciente de este.

En la primer parte de esta investigación se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo aplicar los diversos conceptos de kinesfera a los movimientos realizados durante la ejecución con bata de cola para la integración de este elemento con el cuerpo?, esto con el fin de dar respuesta al planteamiento del problema que nos interesa en este documento.

El manejo de la bata de cola carece de métodos o herramientas didácticas que faciliten la dinámica enseñanza-aprendizaje, este proyecto pretende dar solución a esta situación, se propone el uso de conceptos sencillos y entendibles para apoyar la práctica no solo técnicamente, sino también para lograr corporalmente sensaciones que brinden tanto al espectador como a la ejecutante una calidad de movimiento notable.

Me di a la tarea de incorporar los conceptos aplicados de la kinesfera al manejo de la bata de cola, para lograr que este elemento sea parte importante dentro del baile, a través de los movimientos de la ejecutante y que no sea vista como un obstáculo en el escenario tal y como lo menciona Matilde Coral, “La primera vez que bailé con cola en público, yo creo que no bailé, bailó la bata”. Coral y cols (2003).

En la actualidad no se ha descrito la manera de como el conocimiento de la kinesfera podría ser un elemento que le dé a la bata de cola su identidad y a la ejecutante su apropiación, sin embargo Laban nos brinda gracias a sus teorías una guía cuya aplicación resulte útil para nuestra danza.

El objetivo general de “La bata de cola: de la complejidad a su expresión” está enfocado en aplicar los conceptos teóricos de la kinesfera en la enseñanza y práctica del manejo de la bata, ya que queremos lograr en la ejecutante una idea sobre la relación del cuerpo con el entorno, obtener una calidad de movimiento consciente y perceptible, plantear una conciencia espacial para el cuerpo, brindarle a este formas de movimiento que liberen y exploten la energía, así como incorporar el uso de la bata de cola como una extensión más del cuerpo, con una energía propia y dispuesta a moverse en los diferentes factores del entorno (flujo, tiempo, peso y espacio).

Con la finalidad de fundamentar este trabajo, me di a la tarea de investigar las teorías que propuso Rudolf Von Laban, él fue un bailarín interesado en ofrecer herramientas para entender desde un punto de vista más profundo el movimiento



creado por el cuerpo, a partir del entorno que a este le rodea y a su vez brindar a la bailarina una liberación de los movimientos tradicionales, desarrollando diferentes teorías para analizar y registrar los movimientos de cualquier tipo de danza. Laban baso sus análisis en el concepto de “kinesfera”, el cual se refiere al espacio virtual o imaginario que rodea a nuestro cuerpo, para esto el consideró diferentes factores que influyen al movimiento, tales como el espacio, la energía, el peso y el tiempo.

“Este espacio virtual alrededor del cuerpo, cruzado por un eje vertical, correspondiente a la dirección de la gravitación, sirve para establecer en un principio las direcciones en el espacio según las cuales se desplazan las diferentes partes del cuerpo.” Naranjo (2004).

Todo movimiento creado por el cuerpo sucede dentro de la kinesfera, el área de esta se delimita a partir de las extremidades completamente estiradas y de los pies tocando el piso, si al cuerpo le integramos un elemento para el baile dentro de la danza española conocida como “bata de cola”, el área de nuestra kinesfera tendrá un aumento significativo. Esto es, porque la bata es una indumentaria que cae al suelo sólo por la parte de posterior del cuerpo y se extenderá de acuerdo al largo que se desee.

Con lo que corresponde al punto de ser conscientes sobre nuestro cuerpo y la relación que esta toma con el entorno, considerando todos los factores que nos están conduciendo a realizar ciertos movimientos, se refiere a lograr una calidad de movimiento consciente que el espectador pueda notar y la ejecutante pueda sentir.

En el primer capítulo abordo lo referente a la historia de la bata de cola hasta la aparición de algunas de las primeras exponentes en usarlas en los cafés cantantes.

Como segundo capítulo hablo del Tratado de bata de cola de Matilde Coral (2003) recopilando experiencias sobre su aprendizaje y así también sobre mi proceso al usarla.

Por último, en el tercer capítulo describo el manejo de la bata de cola aplicando conceptos sobre la kinesfera.

Los objetivos y contenidos de esta investigación están brindados a todos aquellos que al usar la bata de cola se interesen por un crear un movimiento claro y detallado.

## **Capítulo 1. La bata de cola.**

Como se mencionó al comienzo de este escrito, la bata de cola es un elemento dentro de la indumentaria femenina que era usada por mujeres de la alta sociedad en el siglo XIX para asistir a eventos sociales, formó parte importante en la moda europea según la revista “La moda elegante, periódico de las familias.” fue adaptada posteriormente por las bailaoras españolas para engalanar los tablaos a los que concurrían, finalmente por usos y costumbres consolidarse en un elemento del flamenco cuyo manejo requiere de una práctica específica.

### **1.1 El surgimiento de la bata de cola**

La definición de “bata” según el Diccionario de la Real Academia Española era un traje usado por las mujeres para ir a eventos sociales o visitas y que usualmente llevaba una “cola”, a esta se le da la definición de partes de algunas “ropas talaras” esto quiere decir que la prenda se alarga por la parte de atrás y esta se lleva arrastrando, antiguamente se le llamaba así a la ropa que se usaba hasta los talones y al resultado de la palabra “bata de cola” se le da la definición de “vestido femenino con volantes y cola, usado en el baile flamenco” Española, R.A.,& Madrid, E. (1956).

Para el uso de la bata se necesita de un conocimiento previo a su manejo, ya que este elemento para el baile puede resultar un tanto engañoso en el escenario si no se tiene la práctica para su uso. Considero que la bata de cola debe de ser pensada y sentida como una extremidad o extensión de nuestro cuerpo más que solo ser un elemento visual para el baile, Martínez (1999) menciona:

“Si se trata de aires aflamencados o cantes alegres (bulerías, alegrías, tanguillos) los trajes serán más informales y coloristas, con cuerpos ceñidos hasta la cadera y amplias faldas que favorezcan el movimiento de piernas , brazos y talle, mientras que si se trata de interpretar palos o cantes serios (tonás, siguiriyas, soleares, tangos) los cuerpos pueden alargarse hasta la mitad de la pierna para permitir el lucimiento de la figura y eliminar los volantes de las mangas en aras del mayor protagonismo de los brazos, abriéndose la falda lo suficiente como para permitir el taconeó.”

El uso de esta vestimenta se describe como:

“La bata de cola es de una sola pieza o enteriza, con abundantes cortes que permiten ajustar el vestido en el talle para a continuación ampliarse en la falda rematada en la parte posterior con una cola de al menos un metro cubierta de volantes. Va acompañado con mucha frecuencia por grandes mantones de seda bordada que las bailaoras expertas mueven en revuelos alrededor del cuerpo con aparente facilidad. El dominio en el manejo del mantón y de la bata de cola constituye un factor importante a la hora de apreciar la destreza y la gracia en el baile”. Martínez (1999).

Una de las batas más antiguas se encuentra en Jerez de la Frontera, España en la Cátedra de Flamencología y que fue de la bailaora “La Argentina” aunque se piensa que “La Mejorana”, otra bailaora española fue la primera en llevarla al escenario.

Entre los años de 1868 y 1890 existieron varios aditamentos interiores que permitían realzar la figura del vestido femenino y una de las más usadas por las mujeres fue el miriñaque (armazón circular con aros de metal), que era usado para no tener que llevar varias capas de enaguas, permitiendo así que los vestidos se agrandaran, (fig.1).



**Figura 1, Miriñaque, 1873 (Museo Fundación del Folclore del Peloponeso, Nauplia).**

Al finalizar el periodo romántico se discontinuó su uso y lo llegó a sustituir otra estructura llamada polonesa o mejor conocido como “traje de encima” (sobrefalda) que tenía el fin de combinar dos faldas, ya sea en el color o en la

textura y daba el significado de riqueza por la cantidad de faldas que se vestían. La polonesa evolucionó por una más elaborada, siendo un adorno más para el vestido y que estuvo en constante actualización.

“Me parece que su longitud excesiva es incompatible con su longevidad. Debajo de una polonesa de medianas proporciones se comprende una falda; posterior a esta una falda que llega hasta el suelo, la falda es inútil, y nos encontramos, sin saberlo, con el vestido antiguo, restaurado sobre las ruinas de la polonesa”.

Castelfido (1877).

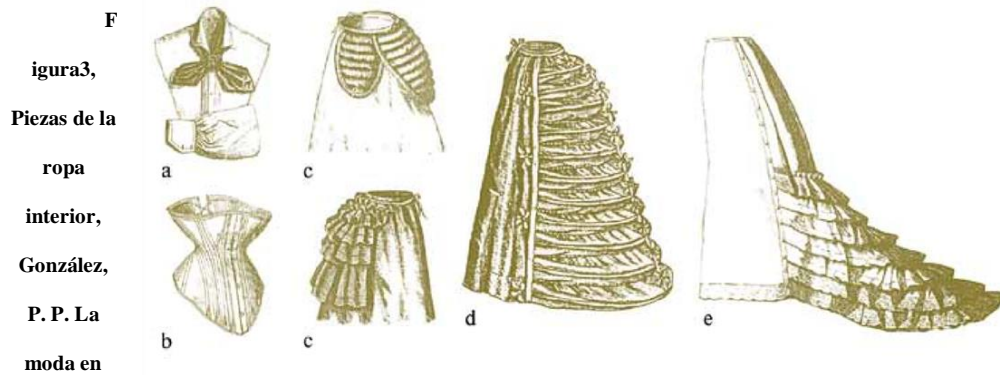
En 1869 la polonesa se colocaba por encima de otra estructura conocida en España como polisón y en Francia como *tournure*, esta estructura se sujetaba por la zona de las lumbares de manera que agrandaba las caderas y sobre esta se sujetaba con un nudo a otra estructura conocida como *pouf* (fig.2), así dan una explicación de uso:

“La forma de echar atrás el *pouf* depende en gran medida de los polisones [...] Las señoras algo gruesas adoptan el polisón de cerda, que deja libres las caderas, y se compone de dos o tres volantes superpuestos fruncidos, bajo los cuales se ponen unos muelles que estrechan o ensanchan por medio de una jareta. Para las delgadas, el ahuecador jaula es preferible: se le hace de tul grueso, con muelles cubiertos por cintas de percal.” Castelfido (1877).



Figura 2, Vestido a la polonesa, ca. 1775-1785. Museodel Traje, Madrid.

Además de estas estructuras anteriormente mencionadas, se contaban con más piezas correspondientes a la ropa interior (fig.3) (a. Cuellos y mangas, b. Corsé, c. Polisones cortos, d. Polisón, e. Enagua barrendera).



Restauración, 1868-1890. Museo del traje.

En esos tiempos existían diferentes tipos de trajes (ropa exterior) que se usaban de acuerdo a la ocasión, algunos de estos fueron:

“Traje de princesa” que consta de dos partes, el “traje de debajo” que eran corpiños, falda y el “traje de encima” que era la polonesa. Este tipo de traje en específico era cortado en una sola parte de arriba hasta abajo.

El “Traje corto” que era un traje adecuado para la calle y este no llevaba cola.

“Traje semilargo” de acuerdo al evento social a la que se acudía representaba la manera de vestir y en caso de tener que vestir elegantemente se usaba una cola, estos trajes se confeccionaban de telas de seda mientras que los demás trajes sólo eran de lana.

El “Traje largo para baile” (fig.4), se usaba con una larga cola, sólo las mujeres casadas la podían usar, las jóvenes solteras optaban por un traje sin cola y era usado como su nombre lo dice, para bailes.





**Figura 4, Descripción de Traje de baile. La Moda Elegante, n.º 12, 30 de marzo de 1874.**

La ropa exterior constaba de abrigos, estos con el nombre de confecciones o dormanes, además de otras prendas como los chaquetones. Una característica visible fue el paso entre lucir una figura extremadamente ancha por la reducción para exaltar la figura de la mujer, lo que llevó a nuevas modas. Para el año de 1875 surgió el conocido “Traje de sirena”, con este estilo de traje se eliminó por completo la polonesa, donde se buscaba lucir una figura más delgada, pese a estas adaptaciones la cola siguió siendo el elemento principal por lucir. Debido a la estrechez de la falda-cola y que se daba una imagen semejante a una langosta o sirena, rápidamente adopto ese nombre.

El vestir la falda-cola implicaba el saberla sujetar o bien como moverla durante la ejecución del baile. Castelfido (1878) conocido autor de la revista “Moda Elegante” dio algunas sugerencias, una de ellas fue recogerla con la mano, pero dicha acción no la consideraba del todo adecuada porque decía que él acompañante por educación tendría que ser quien la sostuviera, otra sugerencia fue sujetar la cola con cordones al cinturón, pero tampoco lo consideraba una manera apropiada ya que estos vestidos al no tener bolsillos implicaba sostener con la mano abanicos o pañuelos de este mismo cinturón lo que resultaba una maniobra complicada; el coser un botón en cualquier lugar no tan llamativo de la falda y un ojal a la cola fue otra opción sugerida, así de esta manera las manos quedaban libres, esta fue la

forma más práctica para usar los vestidos de cola. Estas colas llegaban a medir desde la cintura hasta los tobillos unos 180 a 200cm. (fig.5).



Figura 5, Trajes de baile. La Moda Elegante, n.º 1, 6 de enero de 1877.

En el año de 1878 surge la figura de “La mujer hormiga” con piezas iguales a la fase anterior, sin embargo; se volvió a regresar a la antigua moda de las caderas anchas, no obstante consideran que este tipo de vestidos sólo beneficia a las mujeres delgadas, semejando a la figura de una hormiga, las estructuras que lograban esta figura eran conocidas como *paniers* o canastos. Estas se sujetaban por la zona de las caderas y daban el efecto de ensancharlas de cada lado, permitiendo una visión más alargada del torso (fig.6).



Figura 6, Traje de recibir y peinador. *La Moda Elegante*, n.º 40, 30 de octubre de 1882.

En España durante el siglo XIX, era considerado uno de los países más extravagantes en la manera de vestir.

En la revista “La moda elegante, periódico de las familias” (1879), se mencionan características de la moda en París de ese tiempo. Sobre los trajes anteriormente descritos que consideraban debían empezar a llegar a España para los próximos bailes de esta época, describe cada prenda, tocados para el cabello y peinados para cada ocasión con diferentes accesorios para ser usados adecuadamente a lo que dictaba la moda, también se menciona que la cola de los “vestidos de princesa” medían un metro y treinta centímetros de largo.

Así fue como las mujeres españolas durante las temporadas de ferias, al querer imitar los estilos de la moda de París vestían de igual manera para causar sensación en la sociedad. A si mismo, las bailaoras flamencas al querer resaltar en el ámbito del arte y generar opiniones en la gente, optaron por vestir largas colas, durante su movimiento o desplazamiento, no tenían más opción que recogerlas al bailar o patearlas.

Con el tiempo las bailaoras desarrollarían un manejo especial para el uso de esta indumentaria. Las primeras apariciones de la bata de cola empezaron a tener lugar en los cafés cantantes y donde al parecer los viajeros que pasaban por España

narraban el uso que las bailaoras les daban, la bata de cola empezó a ser más conocida entre las bailaoras y a ganar fama entre ellas, brindándole una apreciación especial para los espectadores.

En la danza española, la bata de cola era una vestimenta usada específicamente por las mujeres pero en la actualidad ya es utilizada al igual por los hombres. En los primeros años de su aparición sólo era usada para ciertos palos del flamenco como las alegrías o por soleá, ahora ya es adaptada para otros palos. La bata de cola como menciona Coral y cols. (2003), era fabricada de percal y encaje de bolillo, eran almidonadas y su peso llegó a ser de 25K. Con el tiempo las batas han sido modificadas en cuanto a la confección y al largo de la cola.

### **1.2 Primeras apariciones de la bata de cola en los cafés cantantes.**

El baile flamenco según Navarro (2002) en el año de 1865 es cuando toma un verdadero protagonismo en los salones sevillanos, con un ambiente trasnochador y conflictivo. En el siglo XIX, podría decirse que gracias a la colaboración de los cafés cantantes, el baile flamenco y cante jondo se logró una importante divulgación, Carretero (1981) resalta la división de dos tipos de espectáculo dentro de los cafés, uno de carácter de fiesta y otro de carácter más formal.

“Posiblemente en el café cantante estuviera la fórmula más idónea y factible de ver y oír flamenco”. Blas, p. 27 (2007) citado por Zagalaz (2012).

En los cafés cantantes “fue el momento en que se fijan los estilos, el ritmo se disciplina y se forjan los cánones que habrán de perdurar más o menos desvirtuados hasta nuestros días.” Martínez (1969).

En los cafés cantantes, fue el lugar en el que inicio el surgimiento de grandes personajes. Todos los espectáculos presentados en los cafés cantantes eran de flamenco y los bailes duraban pocos minutos. “Los artistas flamencos pudieron hacerse profesionales en ellos, en fin, alcanzaron la fama y nombradía las primeras figuras que abren las páginas de la historia de este arte” Navarro (2002).

La evolución del baile flamenco tuvo lugar en el siglo XIX, donde este era él protagonista en los salones sevillanos. Pero se aclara que los artistas no podían interpretar cada aire de los diferentes estilos de danza.

Zagalaz (2012) hace mención a la introducción de la bata, así como a la inmovilidad de la falda, que apenas se levanta del suelo, argumentos que se repiten de forma casi idéntica en la obra de Gamboa, esto propicia a una escasez de movimientos fuertes en el baile femenino.

El baile flamenco empezó a diferenciar estilos entre hombres y mujeres, mientras las mujeres vestían batas, los hombre vestían de traje, no solo se notaba en la manera de vestirse al baile, porque pronto se dio una modificación en técnicas, como ejemplo las mujeres tenían más permitido el decorar sus bailes con brazos o movimientos grandes y pesados con la cadera.

Mientras que los hombres tenían que mantener una verticalidad mostrar fuerza y sobriedad en su baile, para ellas era “bailar de la cintura para arriba” y a los hombres “de la cintura para abajo” y que involucraran zapateados complejos, como en las escobillas que forman parte de la estructura del baile flamenco y que a las mujeres les tocaba levantar la bata de cola con una mano.

### **1.3 Bailaoras pioneras de la bata de cola.**

“La bailaoras empiezan ahora a utilizar la bata de cola, lo que realza su figura y les confiere la belleza plástica que ha llegado hasta nosotros, a la vez que obliga a la bailaora a recortar sus desplazamientos y crear una forma de baile más intimista e introspectiva.” A pesar de eso para los hombres también fue común verlos con batas de cola, ya que el bailar Félix el Mulato, actuaba vestido de mujer, con bata de cola, dándosele muy bien el baile” Casado (1995).

El baile flamenco ha pasado por diferentes etapas históricas y por diferentes estilos que se han ido transformando a lo largo del tiempo, pero que han pasado por la aceptación o por el desagrado del público aunque se ha convertido en una especialización artística y por lo tanto existen artistas que dedican literalmente su vida al estudio de esta danza.

Algunas de las primeras bailaoras en mostrar su uso fueron:

Rosario Monje “La mejorana” nacida en el año de 1862 en el barrio gaditano “La Viña” en Cádiz España, y que con tan solo 16 años de edad hizo su primera aparición en el “café cantante de Silverio”, su propio estilo al bailar dio mucho de

qué hablar pues ella empezó a levantar mucho los brazos en sus bailes vistiendo siempre su mantón de manila y su bata de cola de percal, a la vez que ella misma interpretaba un juguillo:

“Yo soy blanca y te diré  
la causa de estar morena,  
que estoy adorando a un sol  
y con sus rayos me quema.”

El conocido cantaor Chano Lobato interpretaba una letra por bulerías haciendo referencia a “La Mejorana” pero que se desconoce de la autoría de dicha letra:

Era Rosario  
La Mejorana,  
la mejor bailaora  
que había en Triana.

Continuando con la línea de la descendencia “La Mejorana” fue madre de otra gran bailaora, Pastora Rojas Monje o mejor conocida como “Pastora Imperio”.

Su nombre artístico se debe a un comentario de Jacinto Benavente que al verla bailar dijo “Vale un imperio la niña” (fig7). Fue una bailaora que al igual que su madre aportó mucho al baile flamenco, desde muy pequeña se dio a conocer en un tablao en Madrid en 1958, tiempo después se volvería pionera de la bata de cola al igual que su madre, “Ella no le daba una patada a la cola. Ella tenía el don de andar y la cola iba con ella, ella se paraba y la cola estaba en su sitio, ella se sentaba y la cola en su sitio, era algo especial”. Coral y cols. (2003).



**Figura 7. Pastora Imperio, Museo Nacional del Teatro, 2014.**

Trinidad Pérez Blanco mejor conocida como “Trini España” nacida en 1937, inicia su carrera en el café cantante “El Guajiro”, en sus comienzos rivalizó con la reconocida Matilde Corral, esta reconoce a Trinidad por la fuerza de su baile, “Yo en mi blandura, ella en su forma más fuerte de bailar, y tantas otras, no volvíamos la cola”. Coral y cols. (2003).



Gabriela Ortega nacida en el año de 1862, en Cádiz España, que al casarse con Fernando Gómez matador de toros no duraría mucho dentro del mundo del baile flamenco ya que él no le permitía bailar pero sería reconocida al presentarse en el popular café de Burrero “fue una bailaora que no tuvo nada que envidiar a los mejores de su época.” Triana (1935).

### Gabriela

Una bata de cola

de percal floreó

adorna de volantes

con mil frunció.

Autor: Manuel Beca Mateos

Juana Vargas de las Heredas mejor conocida como “La Macarrona” nacida en el año de 1870 y a la edad de 8 años es contratada en el café “La Escalerilla”. Es considerada una de las más destacadas bailaoras de flamenco (fig.8), como Fernando el de Triana menciona:

“Cuando su mantón de Manila y su bata de cola salen bailando y hace después de unos desplantes la parada en firme para entrar en falseta, queda la cola de su bata por detrás en matemática línea recta; y cuando en los diferentes pasos de

dicha falseta tiene que dar una vuelta rápida con parada firme, quedan sus pies suavemente reliada en la cola de su bata, semejando una preciosa escultura colocada sobre delicado pedestal. ¡Esta es Juana la Macarrona! He aquí la mujer más representativa del baile flamenco.” Hernández (2006).



Fiesta andaluza, que constituye uno de los números de mayor éxito del programa del Trianon Palace, en el que toman parte los celebrados artistas La Macarrona, Adela Cubas y el Mochneto FOT. H. M., FOR VILARCA

**Figura 8. “La Macarrona” al baile. El Trianón Palace (Nuevo Mundo. 24-9-1911).**

Carmen Amaya nace en Barcelona España en el año de 1913 que a la edad de 4 años salía con su padre el guitarrista conocido como “El Chino” y mientras el tocaba ella bailaba o recogía monedas del piso que la gente les dejaba, (fig.9). Había reseñas escritas sobre su baile cuando ella tenía 14 años y con esto se empezó a popularizar su baile, Hidalgo (2014) nos describe: “Era tal la fuerza con la bata, el brío que ponía, el ímpetu, que se diría imposible en una mujer.”

"El flamenco más bravo que ha subido al teatro. La fuerza y el coraje que imprime a sus bailes hacen insignificantes otros aspectos. Los pies hacen vibrar el tabla. Su larguísima bata de cola es como un látigo, recta y firme después de las

revoleras. Los brazos musculosos se agitan constantemente para dar impulso a las contorsiones del cuerpo".



**Figura 9.** Carmen Amaya bailando un cuadro flamenco basado en los tradicionales bailes gitanos. Teatro de Cambridge, Londres (The Spanish Atom-pub. 1952).

Milagros Mengíbar de la Cruz nace en Sevilla España en el barrio de Triana en el año de 1952, bailaora que se formó desde muy pequeña en los escenarios, adoptó la bata de cola a los diecisiete años cuando fue alumna de Matilde Coral. Ganó el Premio Nacional de Córdoba en España y con esto muchos premios la esperarían a lo largo de su vida artística, su estilo es a base de la escuela sevillana y es considerada de las mejores maestras de bata de cola. (fig. 10)



**Figura 10. Milagros Mengibar Bienal de flamenco, por Antonio Acedo, 18 de septiembre de 2015.**

Matilde Coral nace en el año de 1935, en el barrio de Alfareros de Triana en España, a una edad muy corta asistió a clases de canto y piano. Ella creció cerca de una comunidad de gitanos sintiendo gran conexión con sus cantes y bailes. Con el paso del tiempo Matilde conoció a la bata de cola al verla por primera vez en un ensayo a Pastora Imperio, desde ese momento quedó fascinada y le dedicó gran parte de su carrera al estudio de la bata, ella se empeñó en hacer que la bata no se olvidara y con esto decidió plasmar sus memorias y conocimientos en su Tratado de Bata de Cola (fig. 11).



**Figura 11. Matilde Coral actuando en Pabillón Madrid, 1957.**

La enseñanza del baile flamenco sin fundamento no puede existir, debe de conocerse la historia y tener clara la transformación que ésta ha tenido a través del tiempo para llegar a ejecutarla.

A partir de estos conocimientos considero se puede llegar a una reflexión personal acerca del ¿Por qué? y ¿Cómo? se está haciendo la danza, permitiendo llegar a una interpretación más profunda y con contenido tanto para el espectador como para el ejecutante, teniendo un argumento que justifique nuestra danza.

Al bailar con un elemento que aporta cierta complejidad a nuestro movimiento tiene que existir relación de este con la ejecutante, buscar unión entre ambos, por ejemplo, ya sea que los movimientos sean relacionados con alguna sensación o pensamiento, desde mi punto de vista esto creará una especie de puente de energía conductora que permitirá la conexión entre ambos, logrando que el cuerpo y el elemento sean pensados por la ejecutante como un sentido de pertenencia entre ambos y vistos por el espectador como un solo cuerpo en movimiento. La práctica constante nos dará paso a crear ese vínculo anteriormente

hablado, todo esto con el objetivo de que no solo se baile o se utilice un elemento más, sino que verdaderamente sea pensado como una extensión del cuerpo, logrando a su vez que la bata no se vuelva un obstáculo en el escenario.

## **Capítulo 2. Manejo de la bata de cola.**

## **2.1 Tratado de la Bata de Cola de Matilde Coral.**

La bata de cola es una indumentaria que ha tratado de conservarse en la danza española a través del tiempo, pese a que ha tenido transformaciones que van desde su confección hasta su manejo, pero esto no ha sido un obstáculo para aquellas bailaoras que han optado por enseñar y rescatar su uso en el baile, Coral y cols. (2003) menciona: “Sí ha tratado de conservarlo, de que llegue a nuestros días, consciente de que se trata de un legado artístico que jamás debe perderse”.

Matilde Coral y la bata de cola, un dúo significativo e indestructible, ella admite que fue como si se encontrara con algo desconocido, algo nuevo al verla por primera vez con Pastora Imperio en su tablao “El Duende de Madrid”, en el año 1958. Matilde reconoce que hay que dar una patada a la cola para rematar las veces que sean necesarias y con ayuda de la cadera como lo hacía Pastora Imperio, esto se le quedó muy presente ya que los movimientos se volvían “más redondos” y la postura no se “descomponía”. Aprendió del baile y de sus maneras al pedir acompañarla a verla bailar siempre por alegrías o por soleá y ayudarla a vestir con su bata de seda morada en el tablao “La Eslava”. No fue hasta que Pastora le regaló una bata a Matilde que ella empezó a bailar. Matilde observaba diario a Pastora, ella que vivía en un cuarto arriba de “El Duende” bajaba al tablao para aprovechar la hora en que llegaban las limpiadoras y se ponía una bata de ensayo y pasaba mucho tiempo trabajando en ella.

El debut de Matilde llegó en el verano de 1958 en “Pavillón”, una popular sala de fiestas, vistiendo una bata de seda color fucsia con volantes recogidos por

detrás y acompañada de una pareja de baile que sería Alejandro Vega. Siendo un día lluviosos y con unas cuantas goteras, en el suelo que en ese tiempo era de cemento vitrificado confiesa que se le enrosco la bata y no supo cómo salir de ahí, y aún más cuando Alejandro “perdió pie” se tomó de ella, ella de él y ambos cayeron al suelo sobre la bata. Esta experiencia para Matilde no resultaría negativa, al contrario, aprendió de eso, ya que ella no volvería a caerse con una bata de cola. Matilde consideraba a todas aquellas que usaran bata como sus ídolos, era como si se identificara con ellas. Afirma no haber inventado algo con la bata, todo lo que sabe ella es porque lo ha visto y copiado de “esas señoras de la danza” queriendo mantener su legado artístico.

Actualmente se baila más fácil según Matilde, porque la bailaora tiene la opción de hacer de la bata lo que ella prefiera, convencida de que se tiene que poseer de una dulzura especial para su manejo. Para mover correctamente la bata dice Matilde se tiene que olvidar que se trae una y al patearla menear las caderas hacia el lado, por muy fuerte que la música vaya, la cola va aparte, lo que se tiene que lograr es que caiga con poderío y no se te voltee, que se quede planchada en el suelo, esa es la única razón para mover la cola, todo se vuelve un movimiento al servicio de la bata a partir del cuerpo.

El manejo adecuado de la bata según Matilde es entender el ritmo muy bien y traerla detrás de ti, Coral y cols. (2003) nos dice:

“Olvídate de que llevas una bata, y cuando le des con la pierna, vuelca tus caderas hacia el lado, y la vas acariciando, para el sitio que va la cola, con el



hombro, con la cadera, con toda la parte exterior de la pierna, y la vas acariciando, y la vas colocando debajo de ella, la vas levantando suavemente, por muy fuerte que vaya la música, la cola no tiene nada que ver, lo que tú tienes que intentar que cuando caiga, caiga justamente con poderío y no se te vuelque, que quede planchada en el suelo, es la única razón de mover la cola, el colocar el cuerpo, y el colocar la pierna, la cadera, el hombro, la cabeza, el brazo, todo es un movimiento al servicio de la bata. Es todo una plástica, que si se hiciera a cámara lenta, cada movimiento por sí solo es una belleza, una belleza.”

Matilde Coral ha sido una gran exponente de la bata, es por eso que me he basado en su “Tratado de Bata de Cola”, donde menciona que tiene registrados aproximadamente 25 movimientos, que van del más sencillo hasta el más complicado desde su punto de vista. En el tratado nos explica movimientos básicos como: vueltas giradas, recoger la bata para zapatear, marcajes con o sin giro y a lo que ella llama marcajes históricos, estos son los que describen algunos estilos de bailaoras como Pastora, “La Argentinita” o Pilar López. Ella nombró algunos de esos movimientos con nombres propios como los anteriormente mencionados, ya que eran aquellos con los que se distinguían específicamente cada una de las bailaoras. Su material es muy extenso y valioso, por fortuna pudo ser rescatado para generaciones interesadas en la manejo de bata de cola.

Matilde se considera una recopiladora que ha permitido brindar aportaciones en la enseñanza de la bata de cola, Coral y cols. (2003): “He intentado hacerlo como ellas, porque para mí han sido diosas, sencillamente diosas”.

## **2.2 La bata de cola, un proceso para su manejo.**

La enseñanza de la bata de cola como menciona Sonsoles (2008) profesora del Conservatorio Superior de Danza de Málaga “Va de trabajos de diagonales, con arrastre de bata de cola; giros; ejercicios de vueltas, etc. y a través de estos ejercicios he enseñado a los alumnos el movimiento de estos elementos, de la misma manera que han hecho ejercicios de técnica de muñeca y brazos”.

Clase y ensayo es la forma de que nuestro cuerpo concientice cada movimiento, menciona Watson, (2005) citado por Romero (2015):

“El entrenamiento se basa en tres principios fundamentales: alteración del equilibrio, la oposición y la omisión o simplificación. Realizar un esfuerzo físico y un gasto de energía superior al que se hace en la cotidianidad, es decir, hacer “un uso particular del cuerpo”.

Específicamente al estar usando la bata de cola se puede generar otra esencia de movimiento, ya que este elemento permite realizar exploraciones que posibilitan involucrar cuerpo y mente.

Al bailar se genera un vínculo de todo el cuerpo, que provoca una serie de conexiones musculares que se involucran en el momento. Al incluir la bata de cola nuestro centro de equilibrio se ve alterado e incluso una tensión muscular se genera ya que la extensión de la misma obliga a nuestro cuerpo a adquirir suficiente energía para moverla, Barba, (1987) citado por Romero (2015) nos menciona que:

“El entrenamiento enseña a alterar constantemente, el equilibrio sin caerse, para así poder realizar acciones como zapatear, girar e incluso para permanecer inmóvil. Esto genera una situación de equilibrio permanente inestable que trae como consecuencia tensiones orgánicas precisas que comprometen y subrayan la presencia material del bailar”.

El manejo de la bata de cola parte de movimientos básicos que involucran brazos, torso y cadera, que a su vez desarrolla un potencial en el cuerpo requerido para su uso. La danza clásica por ejemplo, posee ciertos ejercicios que pueden ser tomados para una preparación previa y necesaria para el manejo de la bata de cola.

“Aspectos técnicos de la danza clásica como los son el trabajo del *rond de jambe* por *ecarté*, es básico para que se desarrolle y se controle la fuerza necesaria para usar la bata de cola ya sea para pasarla hacia adelante o hacia atrás o al contrario, también el *grands ronds de jambe* en *attitude*, con *plié* en la pierna base o estirada, esto para la cuidar la alineación y la posición del *attitude* para que se facilite el estudio de la bata de cola”. Moya (2013).

El manejo de la bata de cola es enseñada de manera diferente por cada profesor, ya sea por su estilo personal o cómo le resulte adecuado al movimiento de su cuerpo.

Realizando un análisis subjetivo basado en mi experiencia, considero que si una persona de baja estatura usa una bata larga, a esta se le dificultará al moverla por lo largo de la misma y si una persona de estatura alta usa una bata corta, esta tendrá que medir la fuerza para no voltearla al patearla, es cuestión de equilibrio y conexiones del cuerpo con respecto a la bata y al espacio.

A continuación mencionaré mis primeros acercamientos a la bata de cola.

El aprendizaje de la bata de cola puede resultar un tanto difícil, en especial cuando es la primera vez que se usa. Personalmente no había tenido ningún conocimiento previo hasta que decidí tomar un curso de Alegrías con Eduardo Martínez (Primer Bailarín del Ballet Nacional de España) en el Festival de Danza Ibérica Contemporánea, en la ciudad de Querétaro en el año 2015, con una duración de una hora con treinta minutos por clase durante una semana. Al no conocer nada sobre la bata de cola se me complicó mucho el poder aprovechar la clase, ya que el curso como anteriormente mencioné era enfocado a un baile por alegrías y no al manejo de la bata de cola, por lo que el profesor no se detuvo a explicar a detalle cada movimiento con la bata sino simplemente realizó los movimientos con ésta.

La primera sensación que tuve al ponerme la bata de cola fue como si esta me estuviera deteniendo por detrás, tan solo caminar se me dificultó porque no

quería pisarla o tropezarme y pensé que llevar cierto peso sujetado a mi cintura resultaría cansado.

Para poder desarrollar la clase, recurrí a la imitación, lo cual me permitió seguir los pasos, únicamente nos veíamos los pies al estar aprendiendo alguna llamada, subida o escobilla y por la duración de la clase no alcanzo el tiempo para profundizar en el manejo de la bata de cola.

Adicionalmente, la gran cantidad de asistentes al curso y el no tener un salón lo suficientemente grande, no nos permitió realizar los movimientos amplios, y esto causó mayor complejidad a la hora de ejecutar el baile.

El objetivo del curso era el tener un baile montado con su grado de dificultad correspondiente al nivel medio y no estaba específicamente planteado para el aprendizaje del uso de bata de cola, sin embargo aprendí a usarla de un modo que me funcionó.

Al final de cada clase, cuando me quitaba la bata me quedaba con la sensación de seguirla portando. Desde mi perspectiva creo que a pesar de su complejidad la bata causa al cuerpo una sensación de alargamiento y de pertenencia al mismo.

La siguiente experiencia que tuve con la bata de cola, fue en la clase de Danza Española Estilizada del plan de Licenciatura de la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello durante el sexto semestre de la carrera y definitivamente fue mejor el proceso de enseñanza aprendizaje porque el tiempo de

la clase fue mayor, pues eran dos sesiones por semana durante un semestre, aquí el profesor titular de la materia, empezó con una explicación básica de lo que implicaba el uso de la bata de cola. Él inició enseñando cada paso sin portar la bata de cola, esto con la finalidad de programar el movimiento para que al ponerse la bata, no se descolocara la parte inferior del cuerpo, después se hacían los mismos ejercicios pero esta vez usando la bata. Continuamente se nos mencionó que cada bata es diferente por diversos factores, ya sea por su confección o su peso y por lo tanto no hay una regla específica para manejarla. El conocimiento para el manejo nace de cada persona que la utiliza y tras el uso repetido de los ejercicios se consolida la fuerza que es necesaria para moverla y el punto de su posición para trasladarla.

Posteriormente a la enseñanza de los ejercicios con bata se montaba una secuencia corta de movimiento. En cuanto al manejo de la bata, el profesor incluía en la clase ejercicios de desplazamiento en el espacio con la bata puesta y los movimientos que se sugieren realizar para cambiarla de lado; nos colocábamos en filas ejecutando giros con bata, involucrando brazos y torso que nos ayudaban a encontrar el impulso que hace que la bata llegue a caer al piso sin enredarse o voltearse, también realizábamos un movimiento basado en el *promenade*, Lebourges (2006) “ejercicio en el que el bailarín se pasea sobre una pierna girando sobre sí mismo lentamente” durante el cual, la bata se enredaba en las piernas mientras nos manteníamos girando, siendo hasta el último momento cuando la pateábamos para desenredarnos, procurando no pisarla. Posteriormente, ejecutábamos ejercicios involucrando la delicadeza en cada movimiento, ya que la

indicación que más enfatizaba era: es importante diferenciar la fuerza de cada estilo de la Danza Española con la fuerza necesaria para la ejecución de la Danza Estilizada no flamenca, cada movimiento tiene que ser suave y no “aventado”. Dependiendo del tiempo y de la comprensión del grupo en general, era el avance que íbamos teniendo y el grado de dificultad se incrementaba. Los elementos de la clase que me ayudaron a lograr una mayor conciencia sobre lo que implica el uso de la bata de cola fueron: el tiempo dedicado al uso de la misma y la claridad de explicación del profesor en cada ejercicio.

Así mismo, cursando la carrera durante el séptimo semestre tuve la oportunidad de conocer el trabajo de la profesora y bailaora Ana Pruneda, quien nos enseñó el manejo de la bata desde su experiencia. Con los elementos que la profesora nos aportó, pude profundizar el grado de fuerza y control del cuerpo que se debe tener para realizar los movimientos con una energía explosiva que involucre la bata en su totalidad. En cuanto al grado de dificultad que manejaba dentro de la clase, era el desplazamiento en el espacio con la bata.

Sin duda la bata de cola me hizo consciente de mi espacio personal y de mi figura, al envolverme al grado de apropiarse de mi cuerpo.

Concluyo con mi última experiencia personal, la cual fue durante el curso de bata con la bailaora Úrsula López, desde mi percepción, ella posee una conexión con su bata inigualable.

La clase empezó con un calentamiento concentrado en la zona de las lumbares, ya que en esta parte del cuerpo se recibe una importante carga de trabajo por el peso de la bata y los movimientos que involucra.

Posterior al calentamiento se colocó la bata y empezó la clase a partir de movimientos para medir y sentir la fuerza que necesitamos para mover la bata, algunos de estos ejercicios son: marcajes sencillos, movimientos que pueden ser solo para cambiar la bata de un lado al otro, pateándola por los volantes del costado de la bata, con la pierna correspondiente del lado al que se quiere trasladar y el sentido de la pierna que la levanta va de detrás hacia adelante, se continuó con los marcajes agregando un giro lo cual implica ir pateando la bata por el mismo lado de la dirección a la que se está girando, se cuidó de no pisarla con la pierna de base.

Otra variación de marcaje es con giro, al mantener la pierna en *attitude derrière* se sostuvo la bata sin bajarla hasta completarlo. La bata debe ser sostenida por el pie en la parte de los volantes de los costados porque de otra manera, si esta es sostenida por la parte del centro de la bata, provocará que al dejarla caer al piso probablemente se doble y se pise con el pie que la cargó. Es muy importante saber de qué parte se necesita sostener, ya que esto puede ser clave para que la bata se “planche” o no en el piso, los brazos pueden ser de gran ayuda para lograr un impulso extra cuando se necesite hacer un *proménade* o girar en un *attitude*.

El haber vivido clases, estilos y formas de enseñanza diferentes, en especial la última experiencia narrada, la cual fue muy grata para mí, me permitió entender



de manera fluida como logra una calidad más profunda del movimiento al involucrar sensaciones durante la ejecución del baile.

Cabe mencionar que los efectos y respuestas de mi cuerpo fueron impulsados a partir de comentarios o instrucciones que por parte de los profesores me fueron dados.

## Capítulo 3.La Kinesfera.

### 3.1 El movimiento y la kinesfera.

“El ser humano se mueve para satisfacer una necesidad, con el fin de alcanzar con su movimiento, algo valioso para él.” Laban (1950) citado por Ros, A. (2009).

El maestro de danza contemporánea, Rudolf Von Laban, creó diferentes teorías como fueron: Anotación del Movimiento, Estudio de la Dinámica del Movimiento y el Estudio del Espacio, a partir de LMA (*Laban Movement Analysis*) y explica nuestro vínculo hacia el entorno o espacio que nos rodea, así como conocer todas las posibilidades de movimiento. Teorías que nos permiten especificar el acoplamiento del cuerpo, el movimiento a partir del esfuerzo que realizan los músculos, la interpretación y su evidencia durante la ejecución.

La teoría *Laban Movement Analysis (LMA)* cuenta con cuatro elementos que son:

•El cuerpo: este especifica las características del movimiento humano, y para su estudio se divide en tres partes:

- Cabeza: sentidos, área mental y psicológica.
- Tronco: área metabólica.
- Extremidades: movilidad y gesticulación.

- El esfuerzo: analiza la intención interna del movimiento a partir del tiempo, peso, flujo y espacio.

- La forma: describe acciones específicas que realiza el cuerpo activamente.

- Espacio: vínculo entre el movimiento del cuerpo y el entorno que lo rodea.

La concientización del bailarín hacia su cuerpo es esencial para la relación hacia otros cuerpos, espacio y objetos a su alrededor. Nuestro cuerpo se encuentra en una constante reciprocidad hacia el ambiente que nos rodea. Laban (1950) menciona las características fundamentales y necesarias para examinar el movimiento y el vínculo con el espacio que se basan en: direcciones, niveles, extensión y trayectoria.

Un término elemental al hablar del espacio referido por Laban es la kinesfera.

“Laban parte, en una primera instancia, desde el concepto de esfera espacial, la cual circunda el cuerpo y cuya periferia se encierra hasta las extremidades sueltamente extendidas”. Wortelkamp, I. (2008).

Esta circunferencia acompaña al cuerpo en todo momento, a partir de esta es como el bailarín empieza a desarrollar movimientos dentro de su espacio, posibilita percibir desde nuestro cuerpo su relación con el medio que la rodea. A ello puede vincularse la percepción del movimiento personal del cuerpo como al movimiento de los demás también, despierta la consciencia hacia la delimitación del

propio cuerpo y la relación espacial de las extremidades, como también en la observación de otros cuerpos en el espacio.

“Con la «kinesfera» se diseña un modelo, que no sólo se conecta con la ilustración de la relación cuerpo-espacio desde el «exterior» y sirve como análisis y registro del movimiento, sino también, y casi desde el «interior», sensibiliza la percepción del bailarín hacia la orientación espacial de sus movimientos corporales”

Wortelkamp, I. (2008).

A su vez, dentro de nuestra kinesfera, ocurren algunos cambios en las formas, como la dimensión que abarca la profundidad, amplitud y altura, la siguiente es la relación del cuerpo, esta se refiere a los movimientos, tales como: que tan alejados o cerca están del centro del mismo cuerpo, los planos (frontal, transversal y sagital), la dirección en relación del cuerpo a su mismo centro (periférico si es desde afuera hacia adentro y central si es del centro hacia afuera), espacio y sus componentes (directa cuando el movimiento es periférico y flexible cuando el movimiento es central). La kinesfera tiene un parecido a dos figuras, el poliedro creado a partir de un icosaedro o alguno de los sólidos platónicos.

“Esta esfera es modificada por Laban con la figura estereométrica del icosaedro, que de forma distinta a la esfera, con sus veinte superficies, treinta cantos y doce esquinas, posibilita fijar puntos particulares, líneas y planos de la «kinesfera» y así formalizar el movimiento corporal en el espacio. El icosaedro es simplificado por Laban en este punto a la forma de un cubo, de tal manera que puedan reproducirse las tres dimensiones del cuerpo en profundidad, ancho y altura, ejes

diagonales y diametrales, inclinaciones y direcciones del movimiento corporal”

Wortelkamp, I. (2008).

Laban se interesó por brindar una liberación al bailarín de caer en lo tradicional, esto lo llevo a crear la “Labanotación” o “Cinetografía Laban”, un sistema creado para registrar cualquier tipo de movimiento sin importar el estilo dancístico, con el objetivo de crear y lograr una posible visualización de movimientos basados en la kinesfera, “es en realidad un ejercicio de conocimiento de un imaginario posible del cuerpo en movimiento”. Rico y cols. (2015). El cuerpo es atravesado verticalmente, para analizar las direcciones a las que se pueden desplazar el cuerpo, a esas direcciones les pertenecen símbolos y estas se escriben sobre una partitura que consiste en tres líneas verticales y paralelas, esta se lee de abajo hacia arriba.

“Hay una diferencia sustancial entre el bailarín que siente su cuerpo moverse sin más, y el que tiene la sensación de moverse en el espacio y con el espacio. Una vez que el bailarín domina su conciencia espacial surge a su alrededor un área de tensiones. Entonces, el espectador, incluso de manera inconsciente, percibe las líneas virtuales que aparecen alrededor del bailarín, producidas por su movimiento, y ve un movimiento limpio, definido.” Molinuevo (2010).

Analizando la cita anterior, según la llamada “Conciencia espacial” es un medio para lograr un “movimiento limpio” a partir de la vista del espectador, pero ¿Qué es la conciencia espacial?, Bollnow (1969) interpreta al espacio de la siguiente manera, vincula un sistema de ejes entre la relación del hombre con el espacio, el

plano horizontal (superficie) y el eje vertical (cuerpo recto),“el espacio no es un sistema de relaciones entre las cosas, sino la delimitación, realizada desde el exterior, del volumen ocupado por un objeto.”, entonces, nuestro cuerpo tiene su propio espacio determinado pero cuando le agregamos una bata de cola incrementa, permitiendo al cuerpo tener un mayor rango de movimiento, con lo cual comprueba que el espacio es “objeto de transformaciones y ordenamientos”.

La explicación que nos da Molinuevo (2010) al término usado como “conciencia espacial” es que a partir del dominio de esta, se logra una diferente calidad de movimiento que percibe el espectador.

Ahora bien, para el uso de la bata de cola es necesario tener práctica constante, la primera vez que se usa la ejecutante debe realizar un primer análisis para sentir y asimilar cómo surge cada movimiento y desde dónde tiene que partir, ya sea corporalmente o a partir de la bata de cola, en relación a lo que Bollnow (1969) menciona: “iniciará una transformación para convertir la forma material del espacio, produciendo una primera experiencia espacial, a través del sentimiento vivencial del espacio, es decir, sus características físicas”, una vez pasado por esto es cuando se puede decir que el sujeto es consciente de su “espacio vital”.

También se utiliza el concepto de kinesfera en disciplinas como la kinesiología o ciencia del movimiento, esta posee movimientos motrices, en los cuales se ven involucrados planos, ejes, espirales, volúmenes, etc.

La bata de cola, si bien se cree que confiere algunas limitaciones a los movimientos, considero que a partir de su conocimiento tanto del espacio como de la bata que se usa, se puede ampliar a una gran gama de movimientos.

No es lo mismo tener un espacio amplio donde poder moverse con libertad a tener un espacio reducido que da cierta inseguridad para realizar los movimientos, sin embargo esto no debe de ser un problema para la ejecución siempre y cuando el bailarín este consiente de las características de su espacio, sepa trabajar con él y en él. Esto define en gran parte el estilo del ejecutante sobre el trazo de sus movimientos.

Una vez comprendida la kinesfera sigue la ejecución a partir de esta, ¿Cómo realmente se logra motivar al movimiento de otra persona a partir de este?, ¿Cómo impulsar al cuerpo para darnos una respuesta corporal a partir del movimiento?, para dar respuesta tenemos la conexión de cuerpo–mente tomando como ayuda la imaginación a partir de formas o sensaciones que transmiten, guían y conducen a dar un estímulo a nuestro movimiento.

Para conducir a alguien hacia su movimiento a través de la kinesfera será indispensable proponer una guía para la persona, se sugiere la incorporación de diferentes medios de aprendizaje como la imagen, y los conceptos que a su vez se clasifican de la siguiente manera:

- Asociativa o de carácter abstracto como las metáforas o imágenes.

Los diferentes medios que existen se clasifican de acuerdo al sentido de percepción que se les dé. Tomando como apoyo el entendimiento de la kinesfera se puede complementar con la cinestesia, la cual se refiere a la sensación o percepción del movimiento, esto surge como una propuesta entre muchas otras que pueden aplicarse.

La cinestesia juega un papel muy importante en relación con la percepción, en el que primordialmente se pretende afectar en la motivación de las formas de movimiento en la danza.

Existen otras propiedades en la kinesfera, que son las referentes al espacio imaginario, al dibujo que deja el movimiento del bailarín en el aire. La imaginación espacial es una habilidad difícil de alcanzar para algunas personas. Se trata de ver, no sólo una mano moviéndose, sino también la línea que ésta va dejando a su paso.

“En el caso del bailarín, es la capacidad de imaginar esa línea antes de que aparezca y crear esa imagen para el espectador. Además de estructurar el espacio a través del código labaniano, la coréutica establece unos modos de materializar el espacio. Mm. o modos de materializar el espacio es la manera en que el bailarín traza el espacio y así lo hace visible para el espectador.” Molinuevo (2010).

La kinesfera, sin duda alguna, es una herramienta que bien usada puede brindar muchas ventajas a la ejecutante. Este concepto involucra la conciencia espacial, centro del bailarín, ejes, planos y líneas imaginarias que surgen a partir de los movimientos del cuerpo. Para la ejecución con la bata de cola todo lo



anteriormente mencionado incrementa en dimensiones, permitiendo a la ejecutante lograr un campo de movimiento más amplio, ya sea explorando niveles, sensaciones, posturas, direcciones y calidades de movimiento. La kinesfera se puede considerar como la guía orientadora de la dirección para el movimiento. Su estudio amplía un rango de opciones para crear formas de transmitir el movimiento, brindando herramientas útiles para que el bailarín o profesor ponga en práctica.

Otro concepto de refuerzo para la comprensión y aplicación de la kinesfera que me parece importante rescatar es la educación somática, como nos lo explica Olarte, R. (2007):

“Somático se deriva de la palabra griega soma que significa cuerpo vivo. La teoría somática parte de esta definición para tratar al cuerpo que vive la experiencia desde adentro; de esta manera se va más allá del concepto tradicional y estable de cuerpo. Se trata del organismo vivo, de la entidad tanto funcional como estructural. Lo somático, es definido por muchos, como una ciencia de cuerpos vivos (no se trata al cuerpo inerte, sino activo). Es aquel cuerpo que vive la experiencia en oposición al cuerpo objetivo; es la totalidad de la persona vista desde sus componentes fundamentales en unidad: cuerpo–mente.”

Para un bailarín que incorpora su mente a la danza y por lo tanto a su cuerpo, cada movimiento estará dotado de sensaciones que enriquecerán su baile. Es brindarle atención a lo que ya está sucediendo en nuestros cuerpos para partir de allí a la ejecución de la técnica.

Citando el artículo de la revista Dance Magazine “Mind Your Body: Somatics,” (2006) en el cual se realizan una serie de preguntas relacionadas a este tema: “¿Qué pasa cuando vemos a un bailarín que habita completamente su cuerpo, creando una unidad inseparable entre el ser bailarín y la danza? ¿Podemos atribuir esto a una clase de inteligencia somática?” la autora Nancy Wozny (2006) se basa en 5 factores que crean una disciplina somática: “el uso de retroalimentación sensorial, la calma y la atención que se presta, el aprendizaje a través de la experiencia interna en vez de la imitación, la aplicación del ritmo de “hacer y descansar,” la exploración de movimiento en vez de la acción de completar ejercicios.”

Para enriquecer el funcionamiento del cuerpo la educación somática influirá entre el movimiento y la sensación. Los bailarines aprenden a desarrollar el movimiento desde sus sensaciones y no a través de la imitación.

El requerimiento dado por los comandos fundamentados en el “Análisis de Movimiento Laban” permitirán adquirir mayor exactitud al momento de hacer el movimiento, observarlo y dirigirlo, aquí un ejemplo: “la pierna y el brazo se mueven siguiendo el patrón homolateral, usando el flujo libre, un tiempo sostenido, un peso liviano y viajan de la periferia al centro.” Olarte, R. (2007).

Al bailarín le ayuda a crear conciencia sobre la sensación del movimiento. Así mismo, cuando este comprenda la integración de sus extremidades la ejecución es más fluida. La unión entre cuerpo y mente dentro de la danza, logrará que la ejecución del movimiento se potencialice.

Analizar el movimiento de los demás y de uno mismo es fundamental para el conocimiento. Laban mencionaba que el fijar atención al movimiento humano mentalmente y corporalmente es primordial en toda actividad. Ese interés y curiosidad de observar el movimiento permitirá la percepción de lo que sucede en el cuerpo en movimiento de sí mismo y del otro.

Los Fundamentos Bartenieff son una modalidad somática que se fundamenta en el aprendizaje como proceso creativo. Bartenieff alumno de Laban fue quien incorporo al campo del LMA el plano de la cinestética, indagar entre las interconexiones de la persona: consigo mismo, con el otro y con su entorno.

“Hay momentos del aprendizaje en los que es importante fusionarse cinestéticamente con la experiencia de movimiento. Hay momentos en los que sonidos e imágenes se toman el proceso. Hay momentos en que los sentimientos y las dinámicas emocionales son los maestros principales. Hay momentos en que la repetición de acciones es importante, por ejemplo en los ejercicios. También hay momentos en los que la comprensión del material conceptual o la organización espacial clara es lo que lleva el proceso de aprendizaje a su siguiente nivel.”

Olarte, R. (2007) citando a Hackney (1998).

Los fundamentos Laban/Bartenieff sugieren:

- Conducir el movimiento con la conciencia de la conexión total de cuerpo, esto para dar la posibilidad de distinguir las partes y la integración del todo.

- Persistir en el soporte del piso.
- Determinar la intención en el movimiento (de donde se origina y la finalidad).
- Detallar el movimiento con los elementos que lo componen, de acuerdo al LMA: cuerpo, esfuerzo, espacio, forma.
- Comprender al movimiento como multifacético. Bartenieff menciona que siempre hay más de una cosa ocurriendo, pide que sea observado el sistema completo y su orquestación.
- Distinguir la dinámica entre la estabilidad y el movimiento. Con base en los Fundamentos Bartenieff no pretende que se olvide una parte inmóvil para mover otra.

Cualquier intención generada en el cuerpo y lograda en cada movimiento conllevará al nacimiento de sensaciones y energía que se destacan en cada momento. La modificación más mínima en cualquier elemento de movimiento (cuerpo/esfuerzo/forma/espacio) afecta el contenido.

La concentración con base en una imagen mental ayuda a coordinar la acción muscular, esta idea propicia a que se obtenga un estilo propio. Las imágenes mentales sirven de apoyo al movimiento Todd (1997) menciona:

“Cuando hacemos ejercicio, bajo instrucción, tendemos a pensar que nos movemos o que dirigimos el movimiento de los músculos. Lo que sucede realmente

es que logramos tener una imagen en relación con las palabras del profesor o sus movimientos y así la acción apropiada se desarrolla en nuestros cuerpos para reproducir esa imagen. El resultado es exitoso debido a nuestro poder de interpretación y a la cantidad de experiencia; sin embargo, más que todo se debe a nuestro deseo de hacerlo. En cualquiera de los casos, la respuesta final es automática y no es el resultado de un movimiento de músculos particulares dirigido conscientemente. Es el resultado de una combinación de reflejos, ninguno de los cuales puede ser seleccionado como que por sí mismo causa el movimiento o los patrones de movimiento.”

La danza necesita de aptitudes físicas y expresivas. El cuerpo está preparado para tomar imágenes, crear conciencia, y transformar el movimiento, a partir de todas las aplicaciones ya mencionadas anteriormente.

Estas solo son proposiciones sugeridas a partir de diferentes métodos que plantean estados de preparación del cuerpo para captar la imagen o instrucción. Trabajar con la visualización de la imagen resulta muy beneficioso a la vez que se enfatizar en la sensación.

El cuerpo que está en contacto con la danza o con las artes en general, se vuelve altamente sensible, debido a la conciencia generada por la práctica, está interesado, dispuesto y listo para dejarse corresponder por los estímulos generados de su entorno.

La interpretación es personal, quien conduce le sugiere al ejecutante que indague sobre su cuerpo y creatividad, que sea parte del proceso y que le permita explorar distintos estados anímicos. De esta manera podemos evitar el aspecto autoritario que ha sido protagonista de la historia de la educación dancística.

La mente y el cuerpo realizan una conexión que permite lograr en el movimiento una calidad diferente y contrastante.

“En el caso de la danza, técnicas de movimiento y procesos de arte con el cuerpo, se puede decir que las imágenes funcionan para muchos, los conceptos para aquellos que estén familiarizados con la terminología que se utilice, a menos de que se comuniquen conceptos universales como el peso, el tiempo, entre otros.” Olarte, R. (2007).

En la danza, la práctica constante es fundamental y apoyada de conceptos que sean aplicados a esta se obtiene una ejecución significativa.

Concluyo con esta cita que rescata la intención en el movimiento.

“Vivir la vida misma desde la conexión sólida con la propia esencia; de esta manera se producirán encuentros auténticos que determinarán el curso del movimiento de uno y del otro”. Olarte, R. (2007).

### **3.2 La kinesfera aplicada al manejo de la bata de cola.**

“Los bailarines dan vida al espacio, transformándolo en algo dotado de significado y expresión”. Molinuevo (2010).

Como se ha mencionado el concepto de “kinesfera”, se ha entendido como un espacio imaginario que nos rodea a partir de nuestras extremidades inferiores estiradas y pies colocados en el piso, de manera que esta nace a partir del centro de nuestro cuerpo, con esto surgen una serie de preguntas: ¿Qué pasa cuando a nuestro cuerpo se le aumenta una indumentaria con un largo y un peso determinado?, ¿Puede ser vista y sentida como una extremidad más de nuestro cuerpo?, ¿Qué alteraciones la bata de cola ocasiona a nuestra kinesfera?

El uso de la bata de cola brinda una sensación al cuerpo en la cual esta debe adaptarse completamente al movimiento, al traerla puesta se logra una conexión a la tierra.

Como respuesta a las preguntas anteriores, la kinesfera despierta la conciencia hacia la delimitación de nuestro cuerpo y la relación espacial de las extremidades, en el momento de traer la bata de cola nos hacemos conscientes de que nuestro espacio ya no es el mismo, este se amplía a la vez que nuestro cuerpo cuenta ahora con una larga extensión por detrás de nosotros y con un peso que necesita de cierta fuerza para moverse, nuestra sensación para trasladarse de un lugar a otro se siente como una fuerza opuesta que te detiene por detrás y el espacio para mover las piernas se ha reducido, por lo que el equilibrio y control del cuerpo se pierde por instantes.

Para apoyarnos en la kinesfera se fijan puntos específicos, líneas y trazos imaginarios dentro de esta, para así concretar el movimiento del cuerpo en el espacio. La concientización del bailarín es esencial para la relación con su espacio,

objetos que lo rodeen y elementos involucrados. La kinesfera nos permite especificar el acoplamiento del cuerpo con la bata de cola, el movimiento que se genera a partir del esfuerzo que realizan nuestros músculos y la interpretación en cada movimiento.

Como propuesta para la exploración de la kinesfera con bata de cola se sugiere utilizar las extremidades inferiores del cuerpo para descubrir los diferentes tipos de movimiento y niveles (alto, medio y bajo) para averiguar las posibilidades a partir de la bata y a su vez involucrar consignas sobre las direcciones y tiempos.

Definir trazos con las piernas, ser claros sobre las direcciones en las que se mueve, ya sea de atrás hacia adelante, de adelante hacia atrás o de un lado a otro específicamente, esto para ser conscientes de la limpieza durante la ejecución.

Es diferente el trabajo de las piernas, ya que hay un peso que estas tendrán que cargar, y de cierto largo de cola que involucra el cambio de control y equilibrio del cuerpo. Con la bata se generará una serie de fuerzas opuestas, para esto el cuerpo tiene que dividirse en dos, la parte superior de la cintura hacia arriba es la elevación del cuerpo, a partir del centro (abdomen) se genera el control de fuerza del resto del cuerpo, los brazos son la guía para los impulsos y equilibrio en los movimientos, la cabeza se utiliza para enfocar puntos de dirección, la parte inferior del cuerpo se encarga de la fuerza necesaria para cargar o mover la bata.

Las fuerzas de oposición mantienen al cuerpo alargado y la energía fluyendo a través de él.



Para las personas cercanas al arte, las emociones y sensaciones son parte influyente de su trabajo. El objetivo de la mayoría de estas es el lograr transmitir al espectador parte de estos sentimientos involucrados, y si bien no se transmiten al cien, permiten entonces que el espectador las genere a partir de lo percibido. Para los bailarines el uso de las emociones se vuelve una herramienta fundamental en su danza.

El uso de un elemento externo para el baile puede ser un puente conductor de energía, que permite al cuerpo generar diferentes y posibles movimientos.

A partir de una guía dirigida se motiva al ejecutante a realizar una auto-exploración dentro de su cuerpo a través de imágenes o en este caso, conceptos sobre kinesfera.


A grandes rasgos, presento a continuación un glosario de pasos o movimientos que no forman parte de una técnica formal, a la vez que sugiero un nombre para estos, junto con una propuesta para lograr ese movimiento a partir del uso de la kinesfera, lo cual permite realizar con mayor exactitud el movimiento, observarlo y dirigirlo. Encontraremos términos de los cuatro factores siempre presentes en todo movimiento que a continuación defino: (Cuadro 1.)

- ❖ Flujo: **controlado/libre**. Responsable de la continuidad de los movimientos, controlado (tenso), libre (fluido, relajado).

- ❖ Tiempo: **repentino/sostenido**. Describe la duración o continuación del movimiento, repentino (urgencia, sorpresa), sostenido (alargamiento, continuidad).
- ❖ Peso: **fuerte/suave**. Se mueve o no contra la gravedad, fuerte (firme o resistente), suave (delicado, ligero).
- ❖ Espacio: **directo/flexible**. Se mueve hacia el entorno, directo (dirección rectilínea), flexible (dirección ondulada).


Surgen así diversas posibilidades según la combinación de los elementos.



**Cuadro 1.** Descripción de pasos básicos con bata de cola y propuesta a partir del manejo de la kinesfera.


Pasos básicos	Propuesta	Secuencias fotográficas
<p><b>Acomodar o cambiar la bata de lado.</b></p> <p><b>1-</b>Gira la cola y el cuerpo sobre el pie de base (pie izquierdo), sosteniendo la cola sobre la pierna que está en el aire (derecha). Con esto se cambia la cola de izquierda a derecha.</p> <p><b>2-</b>La pierna que está en el aire se coloca en una actitud, dejando posada la</p>	<p><b>1-</b>La pierna que carga la cola la sostiene desde las lumbares, elevando ligeramente la cadera, manteniendo el equilibrio del cuerpo sobre el apoyo de la pierna base en un <i>attitude derrière</i>.</p> <p><b>2-</b>La cola desde un alcance cercano a un nivel bajo cambia de lado.</p>	

<p>bata en la lateral del lado correspondiente del que se cargó la cola.</p>		
<p><b>Desplazamiento con meneo de cadera.</b></p> <p><b>1-</b>Se levanta el pie derecho desplazándolo de atrás hacia adelante en un sentido circular, la parte exterior del pie que movemos en el filo del ultimo volante de la bata.</p> <p><b>2-</b>Se apoya el pie del aire para volver a cambiar de pie.</p> <p><b>3-</b>La bata serpentea de derecha a izquierda, siempre desplazándose hacia adelante.</p>	<p><b>1-</b>Partiendo desde las lumbares y con toda la pierna se eleva la cola realizando a propósito una elevación notoria de la cadera para poder moverla hacia adelante.</p> <p><b>2-</b>La ejecutante se desplaza por el espacio repitiendo de igual manera la acción con la otra pierna.</p> <p><b>3-</b>La cola no pasa de un nivel bajo en un alcance cercano, la cadera se mueve balanceándose de un lado a otro, con cierto peso en la parte posterior del cuerpo.</p> <p><b>4-</b>Las rodillas se mantienen ligeramente dobladas y la cola no deja de moverse de un lado a otro, teniendo como imagen de referencia el movimiento ondulatorio de las serpientes.</p> <p><b>5-</b>La energía se queda acumulada en la parte del abdomen para darle movilidad a la parte posterior del cuerpo. Se</p>	 

	<p>puede realizar en un flujo libre con un tiempo sostenido y un espacio flexible.</p>	
<p><b>Giro apartando la bata del centro del cuerpo.</b></p> <p><b>1-</b>Se levanta la cola desde la parte posterior con el pie derecho hasta colocarnos de perfil, con ayuda de la cadera se ayuda a transportar la cola de detrás hacia adelante.</p> <p><b>2-</b>Girando sobre las plantas, se retira la bata hacia atrás con la pierna izquierda.</p>	<p><b>1-</b>Con una sensación de elevación se sostiene la cola involucrando las lumbares y fuerza en la pierna que la sostiene en un <i>attitude derrière</i>.</p> <p><b>2-</b>La fuerza del abdomen y la pierna base estabilizan y controlan el resto del cuerpo para trasladar la cola de atrás hacia adelante y dejarla colocada en el piso.</p> <p><b>3-</b>En un medio giro la cola envuelve a la ejecutante para después poderla patear hacia afuera desde las orillas de la cola con el pie que queda por delante, permitiendo que la cola se eleve a un nivel medio con el impulso de la patada para pasarla hacia atrás que implica un alcance lejano de la bata al cuerpo.</p>	
<p><b>Promenade.</b></p> <p><b>1-</b>Partiendo de una cuarta posición de pies se gira directamente y se mantiene la bata</p>	<p><b>1-</b>Con sentido de elevación y control del cuerpo completamente sujetado se gira con la cola sostenida en la</p>	

<p>siempre en el aire.</p> <p>2-La pierna que sostiene la bata llega a colocarse por delante permitiendo que la bata se extienda totalmente.</p>	<p>pierna a partir de los volantes de la orilla del mismo lado de la pierna que la lleva.</p> <p>2-El pie va apuntado y escondido entre los volantes con una ligera elevación de la cadera y la pierna en posición de un <i>promenade in attitude derrière</i>.</p> <p>3-Se mantiene para llevar la bata en un nivel bajo y la cola va a un alcance lejano ya que la cola se alarga al ir girando en un tiempo sostenido.</p>	
<p><b>Giro por delante.</b></p> <p>1-Giro cruzando la pierna derecha por delante de la izquierda, hasta este momento la bata se ha desplazado hacia adelante,</p> <p>2-Se continúa el giro y se retira la cola con la pierna izquierda, hasta colocarla por detrás.</p>	<p>1-Sobre el eje del cuerpo cruzando la pierna derecha por delante se gira permitiendo que la bata se enrolle a nuestro cuerpo en un alcance cercano.</p> <p>2-Se patea con fuerza en una diagonal hacia atrás con la pierna izquierda desde la punta de la cola para que esta se eleve al aire en nivel medio llegando por detrás, la cola viaja en una dirección central hacia afuera.</p>	

<p><b>Giro por detrás.</b></p> <p>1-Se cruza la pierna derecha por detrás de la izquierda. Acompañado de un pequeño golpe de cadera con el que se ha desplazado la bata hacia la izquierda.</p> <p>2-Se gira sobre las plantas de los pies, al llegar de perfil se retira la bata con la pierna derecha hacia atrás</p>	<p>1-Cruzando la pierna derecha por detrás de la izquierda se eleva sujetando todo el cuerpo y con la ayuda de la cadera se impulsa para el giro.</p> <p>2-La cola en el transcurso del giro se enreda al cuerpo transportándose de la periferia al centro, que después pasa a un alcance lejano ya que la cola se pateo hacia atrás permitiendo que esta se eleve del piso y se aleje del cuerpo en un nivel bajo para que esta caiga por detrás.</p>	
<p><b>Desplazamiento acentuado.</b></p> <p>1-Con una posición cerrada de pies y desplazándose hacia adelante, alternando las piernas con un pequeño matiz en la rodilla suspendiendo para darle aire al volante de enfrente.</p>	<p>1-Manteniendo los pies en paralelo, desplazándose por el espacio se levantan las rodillas alternadamente y marcando un acento al elevar la pierna en el cual, los volantes de la cola de enfrente quedan suspendidos en el aire.</p> <p>2-Solo la parte de enfrente de la cola es la que se eleva y se mantiene alargada por detrás del cuerpo, esto lo hace a un alcance lejano</p>	

	<p>manteniéndose en un nivel bajo con un espacio directo.</p>	
<p><b>Vuelta sostenida con patada.</b></p> <p>1-Se comienza con una vuelta sostenida hacia la derecha.</p> <p>2-Con la pierna derecha se retira la bata hacia atrás para volver a apoyar esa misma pierna y continuar con otra vuelta sostenida repitiendo la misma acción.</p>	<p>1-Se realiza una vuelta sostenida hacia la derecha, permitiendo que la cola se enrolle al cuerpo, sujetando y elevando el cuerpo para realizar el giro, sin despegar del suelo los pies.</p> <p>2-Al terminar el giro en dirección central se pateo hacia atrás la cola con la pierna derecha realizando un <i>rond de jambe en l'air en dehors</i> volviéndola a apoyar para terminar o volver a empezar otro giro de la misma manera.</p>	

<p><b>Medios giros cargando la bata.</b></p> <p><b>1-</b>De perfil con la pierna derecha se da un paso cambiando de frente y con la pierna izquierda se levanta la bata con un pequeño impulso que trajo el cambio de frente mandándola hacia enfrente.</p> <p><b>2-</b>Se apoya el pie izquierdo y se realiza otro medio giro por el lado derecho.</p> <p><b>3-</b>Se retira la bata hacia atrás con la pierna derecha, esa misma pierna se apoya.</p> <p><b>4-</b>Se trae la cola hacia adelante con la pierna izquierda, apoya esa pierna se da un medio giro y se vuelve a retirar la bata hacia atrás siempre con la pierna que tienes adelante.</p>	<p><b>1-</b>Se realiza un medio giro con la pierna derecha y se trae hacia enfrente la cola sosteniéndola con la pierna izquierda en un <i>attitude</i>.</p> <p><b>2-</b>Levantando ligeramente la cadera, se apoya esta pierna.</p> <p><b>3-</b>Se continua con el giro pateándola hacia atrás con la pierna derecha.</p> <p><b>4-</b>Al terminarlo, esta se vuelve a colocar para volver a cambiar de frente hacia adelante, elevando la cola con la pierna izquierda en un <i>attitude</i> nuevamente para traerla hacia adelante, se coloca en el piso y se completa el giro.</p> <p><b>5-</b>Se pateo hacia atrás con la pierna derecha y así se repite cuantas veces se quiera.</p> <p><b>6-</b>La bata la mayoría del tiempo se mantiene en el aire en un alcance lejano y en un nivel bajo cuando pasa por el <i>attitude</i> pero, cuando se gira la cola se enrolla acercándose al centro del cuerpo en un alcance cercano y se vuelve a alejar con fuerza al</p>	
---	---	--



	<p>patearla. El control del cuerpo predomina en este ejercicio ya que el cuerpo está en constante movimiento ya sea girando y cargando la bata, esto se realiza en un tiempo sostenido con peso fuerte.</p>	
--	---	--

“El cuerpo de la notación Laban es uno más del infinito de cuerpos posibles; otro cuadro, otra sensación, otra proyección mental de sí, una obra de arte.” Rico y cols. (2015).

### **Conclusiones**

Esta sugerencia de aplicar diversos conceptos y medios del entendimiento del movimiento surge a partir de querer hallar en mi cuerpo un motor extra para mis calidades de movimiento y para darle un significado a mi danza que conlleve a una expresión. Ubicar mi cuerpo en el espacio, habitarlo interna y externamente, estar en el presente, con los sentidos a flor de piel para generar una energía que se propague en todo mi entorno. La exploración de mi cuerpo me permitió conocer el potencial que me brinda, y esto como consecuencia me permitirá determinar el sentido de mi danza.

Al mismo tiempo considero que esta exploración me llevará a escuchar e integrar sugerencias de personas que externamente estén observando los movimientos, y de esta manera soy capaz de conducir mi cuerpo dentro de mi espacio a través de la energía que me permita imprimir en cada movimiento. La finalidad de esta investigación es para todos aquellos que se sientan identificados y compartan la misma inquietud que yo en un principio.

En cuanto a la enseñanza del manejo de la bata de cola considero que no existe una técnica que facilite el aprendizaje para su utilización, todo se basa en estudios que son específicos como los ejercicios preparatorios que anteriormente cité, y que apoyados de esta propuesta el cuerpo será consciente en una primera instancia de cómo debe moverse a partir del espacio y de mantener el control corporal.

Es importante incorporar ejercicios que preparen y fortalezcan la zona de las lumbares, ya que aquí se concentra el impacto al utilizar la bata de cola.

Al mismo tiempo cuando se comienza el proceso de enseñanza se puede complementar con el uso del concepto “kinesfera” que ayudan a mejorar desde la conciencia del bailarín la ejecución de cada movimiento.

Continuamente he escuchado que cada bata de cola es diferente, esto es porque el peso y el largo tienden a variar, a partir de estos factores cada quien pone a consideración la fuerza de impulso que se necesita para cada movimiento.

Algunos consideran que el peso en las batas ayuda y facilita que caiga al piso sin voltearse.

La confección de las batas también ha tenido un impacto significativo en su manejo, ya que estas antiguamente su peso era mayor por los materiales y el almidón con el que eran planchadas. Al ser tan pesadas la zona de las lumbares llevaba toda la carga de trabajo, sin embargo, actualmente ya no son tan pesadas y sus materiales varían, lo que facilita el control y manejo del movimiento de la bata y a su vez no lastima tanto como en los primeros años de su aparición, pero aún sigue teniendo una carga de esfuerzo de trabajo sobre esa zona (lumbares).

La bata de cola al igual que otros elementos para el baile, necesitan de una práctica constante, como exalumna agradezco la oportunidad de haber indagado sobre su manejo en el escenario, ya que actualmente no existe una técnica de la cual un bailarín se pueda apoyar para su aprendizaje, con esta tesina pretendo aportar una guía en base a los ejercicios ya establecidos sobre como detallar cada movimiento y profundizar en su ejecución, ya que en mi experiencia mi aprendizaje se dio solo por imitación sin obtener una razón para cada movimiento.

“Varios aportes conceptuales al lenguaje técnico del movimiento se convierten en los componentes de la experiencia que el maestro o coreógrafo sugiere a su estudiante o bailarín. El profesor o coreógrafo es un testigo que observa y entra en relación con su estudiante o bailarín a partir de su propia vivencia de cuerpo y movimiento, y bajo principios somáticos, recurre a imágenes, contacto y

lenguaje técnico para motivar el proceso de búsqueda de experiencias de movimiento.” Olarte, R. (2007).

### **Referencias:**

Álvarez Caballero, A., & Valdés, J. (2003). Tratado de la bata de cola. Madrid: Alianza Editorial.

Barragán Olarte, R. (2007). El eterno aprendizaje del soma: Análisis de la educación somática y la comunicación del movimiento de la danza. Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas, 3 (1), 105-159.

- Blas J (2007). 50 años de flamencología. Madrid, El Flamenco Vive.
- Bollnow, O. F., & d'Ors, V. (1969). Hombre y espacio. Barcelona: Labor.
- Caballero JM (1957). El Baile Andaluz. Barcelona, Editorial Noguer.
- Carlos de Abelardo, D. (1879). La Moda Elegante. (ed.38).Madrid.
- Carretero C. (1981). El baile. Sevilla, Grupo Andaluz de Ediciones Repiso Lorenzo.
- Castelfido, (1874).Revista La Moda Elegante, p. 7).
- Castelfido, Vizcondesa de. LME, n.º 6, 14/2/1878, p. 39.
- Española, R. A., & Madrid, E. (1956). Diccionario de la lengua española (No. 463 R4).  
Espasa-Calpe.
- Flores, E. O. (2011). La perpetua reinención de la identidad de los géneros en el Baile flamenco/*The perpetual genders identity re-invention in flamenco dance*. Arte, Individuo y Sociedad, 23(1), 19-28.
- Galak, E. L. (2010). La enseñanza de una técnica del cuerpo mezcla permanentemente el gesto y la palabra, el ejemplo y su explicación. Educación Física y Ciencia, 12.
- Gautier, Théophile. Viaje por España, Barcelona: Taifa, 1985 (1845), p. 94-95.
- González, P. P. (2011). La moda en la Restauración, 1868-1890. Museo del traje.
- Hackney, Peggy. *Making Connections. Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*. London: Routledge, 1998.

Hernández, J. M. (2006). Orígenes del Flamenco. Asociación Flamenca de la Universidad de Murcia. Disponible en:< <http://www.regmurcia.com/servlet/s>. Sl.

Hidalgo, F. (2014). Carmen Amaya: La biografía. Primento.

Hodgson, John; *Mastering movement, the life and work of Rudolf Laban* (London: Methuen, 2001, p.181).

Jiménez Romero, L. F. (2015). Proceso de transmisión y adquisición corporal en el baile flamenco.

Laban , Rudolf (1950). *The mastery of movement. Plymouth: Northcote House*, 1988, p.38.

Lebourges, S. (2006). En Busca Del Degage Perfecto. Terminología Del Ballet. UNAM.

Lozano, E. (2015).Revista El Candil, Bata de cola, un capricho de la majeza. (ed.128), 3874-3876.

Martínez Moreno, R. M. (1999). El traje de flamenca: una aproximación etnológica.)

Martínez T (1969). Teoría y práctica del baile flamenco. Madrid, Aguilar.

Molinuevo, J. S., & Martín-Abril, M. B. (2010). Danza, arquitectura del movimiento/*Dance, the Architecture of Movement. Apunts. Educació física i esports*, (101), 99.

Moya, A. (2013). Técnicas básicas del baile flamenco y cómo mejorar el rendimiento de los estudiantes. La Madrugá: Revista de Investigación Sobre Flamenco, (8), 231-245.

Nancy Wozny, "Mind Your Body: Somatics 101." *Dance Magazine* vol. 80 no 7 (julio de 2006).

Naranjo, P. (2004). La cinetografía Laban. *Artes, la revista*, (7), 39-43.

Navarro JL (2002). De Telethusa a la Macarrona. Bailes andaluces y flamencos. Sevilla, Portada Editora.

Newlove, Jean (1993). *Laban of actors and dancers*. New York; Routledge, p.52.

Pablo, E. (2006). Entrevista Milagros Menjibar. *Revista La Flamenca*.

Peralbo, M. J. B. (2008). Entrevista a Sonsoles Olayo Martínez. *Danzaratte: Revista del Conservatorio Superior de Danza de Málaga*, (4), 16-18

Rico, M. D. P. N. (2015). La Cinetografía Laban. *Artes la Revista*, 4(7), 39-43.

Ros, A. (2009). *Laban Movement Analysis*. Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento. *Estudis escènics: quaderns de l'Institut del Teatre*. 2009, Núm. 35.

Todd, Mabel. *The Thinking Body*. London: Dance Books, 1997.

Valle-Alegre, Marqués de. *LME*, n.º 11, 22/3/1872, p. 90.

Wortelkamp, I. (2008). Entre kinesfera y atmósfera-Sobre la coreografía de Sasha Waltz en el Museo Hebreo de Berlín. *Aisthesis*, (43).

Zagalaz, J., & Cachón-Zagalaz, J. (2012). *The flamenco dance in the cafes cantantes epoch: a historiographical review*. El baile flamenco en la época de los cafés cantantes: un recorrido historiográfico.