

Aunque el museo está cerrado “Bailar el barrio” no para. Aquí os dejamos las instrucciones que nos ha facilitado Elena Córdoba para hacer en casa.
¡Todos a bailar!

INSTRUCCIONES PARA BAILAR COMO UN BOSQUE

Lugar y posición: en nuestro cuarto con los ojos cerrados

Paso 1. Miramos el vídeo.

<https://www.youtube.com/watch?v=TlnGqd4uXC4>

Paso 2. Buscamos una música tranquila que nos guste.

Paso 3. Nos colocamos en el centro del cuarto.

Paso 4. Bailamos con los ojos cerrado y sin cambiar los pies de sitio, como si tuviéramos raíces. Nos imaginamos el balanceo de los árboles. Bailamos con los ojos cerrados hasta que se acabe la música.

Paso 5. Abrimos los ojos despacito, despacito, como si hubiéramos estado muy lejos.

INSTRUCCIONES PARA BAILAR CON LA PARED

Lugar y posición: en una pared que no tenga muchas colgadas, no importa que sea pequeña.

Paso 1. Vemos el vídeo

<https://www.youtube.com/watch?v=8CnFo7qinng>

Paso 2. Buscamos una música que nos guste y que no sea muy cañera. Os proponemos esta:

<https://www.youtube.com/watch?v=FZg9F8LMfu0>

Paso 3. Apoyamos la espalda en la pared y empezamos un baile con los hombros y los brazos parecido al del oso, lo más importante es no despegarnos del todo de la pared.

Paso 4. Ponemos la música del vídeo.

Paso 5. Nos apoyamos en la pared otra vez y volvemos a bailar. Esta vez también podemos agacharnos todo lo que queramos, ponernos de puntillas, levantar una pierna o la otra porque LA PARED NOS ESTÁ SUJETANDO, no nos podemos caer, no paramos hasta que se nos acabe la música.