



JESÚS SÁNCHEZ JIMÉNEZ

Nuestro monitor de danza haka combina su profunda experiencia en la tradición ancestral de la haka con conocimientos en disciplinas complementarias como el chi kung y el chamanismo. Esta formación diversa le permite ofrecer una experiencia enriquecida y auténtica, integrando técnicas de respiración, energía y conexión espiritual que potencian la fuerza, el compromiso y la profundidad emocional en la interpretación de la haka.

DANZA HAKA

TEAM BUILDING

LA DANZA HAKA

La Haka, es una danza tradicional maori, baluarte de la cultura y tradición de los pueblos nativos de Nueva Zelanda. Representa movimientos y expresiones corporales, mostrando tanto poder y desafío a los rivales, como una ceremonia de hospitalidad y concordia.

DESARROLLO ACTIVIDAD

1. **Introducción cultural:** Se explica el origen, significado y simbolismo de la haka para contextualizar la actividad.
2. **Calentamiento y práctica:** Los participantes realizan ejercicios físicos y prácticas de movimientos básicos para prepararse.
3. **Aprendizaje de la haka:** Se enseña una haka específica, incluyendo gestos, cantos y movimientos característicos.
4. **Ejecutar en grupo:** El equipo practica la danza juntos, trabajando en coordinación y sincronización.
5. **Pintura de caras.** Se crea el ambiente para la danza haka
6. **Se crean dinámicas de grupos.** Se divide los participantes en varios clanes. Elección de jefe y varios roles dentro del grupo.
7. **Presentación final:** Se realiza una presentación en grupo, fomentando el orgullo y la cohesión.
8. **Reflexión y cierre:** Se llevan a cabo debates o reflexiones sobre el trabajo en equipo, las dificultades superadas y las lecciones aprendidas.
 - La actividad durará entre 60 y 120 minutos, preferentemente en exteriores y en un entorno natural

BENEFICIOS DANZA HAKA

- Mejora la comunicación y la coordinación.
- Fortalece el espíritu de equipo y el sentido de pertenencia.
- Fomenta la confianza y la empatía entre participantes.
- Promueve el respeto por las culturas originarias.
- Genera una experiencia memorable y motivadora.
- Fortalece el empoderamiento individual
- Alivia la ansiedad y el estrés
- Fortalece el trabajo en equipo y la confianza mutua
- Crea momentos únicos

EL RESURGIR DE LA DANZA HAKA

Tras la introducción e interpretación de la danza haka, en la selección nacional de rugby de Nueva Zelanda, los All Blacks, esta danza se dio a conocer a nivel mundial, ayudando de una manera notable en sus éxitos deportivos,

La esencia de la danza haka es que consigue transmitir de forma grupal, una fuerza, motivación y unidad, tanto a quienes la realizan como a quienes la observan.

