



## **Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música)**

*Rafael Garcia*

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

# **Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música)**

*Rafael Garcia*

## **Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) Rafael Garcia**

Este libro ofrece las claves de un tipo de práctica mental que puede ayudarte enormemente en cualquier tarea profesional, pero especialmente en aquellas relacionadas con la interpretación musical. Se trata de un set de herramientas psicológicas que ha demostrado una enorme eficacia en la mejora del rendimiento de actividades motrices como el deporte, el teatro o la danza. Esta práctica consiste en dejar por un momento tu instrumento musical y realizar un viaje interior en el que ejercitas desde el pensamiento aquellas habilidades que más necesitas. Además de desarrollar tus destrezas musicales, mediante el entrenamiento mental puedes también incentivar tu capacidad creativa y potenciar con eficacia los recursos que te impulsen a llegar al máximo a tu audiencia.

- Aplicaciones del entrenamiento mental.
- Imaginar el sonido.
- Cómo conectar con las emociones al experimentar el fragmento de una obra.
- Cómo operar mentalmente sobre las diversas cualidades del sonido: afinación, tempo, duración, etc.
- Visualizar elementos y gestos de la técnica

¿Podemos entrenar nuestras habilidades musicales sin el instrumento o sin cantar? ¿Tiene sentido la práctica musical en silencio? La respuesta es afirmativa, y los argumentos son verdaderamente convincentes, tal como lo muestran infinidad de investigaciones, las experiencias de destacados intérpretes, y el autor de este libro en particular. La práctica mental es muy útil para trabajar dificultades específicas en el ámbito de la música, un solo de orquesta, un pasaje complicado de ejecutar. Algunos intérpretes ponderan su uso en la fase inicial del estudio de una nueva obra con el fin de explorar las posibilidades expresivas sin condicionantes. En todo caso, su finalidad es tratar de alcanzar mayor seguridad en el escenario.

## **Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) Details**

Date : Published March 22nd 2017 by Ma Non Troppo

ISBN :

Author : Rafael Garcia

Format : Kindle Edition 192 pages

Genre :



[Download Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo \(Taller de Música\) pdf](#)



[Read Online Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo \(Taller de Música\) pdf](#)

**Download and Read Free Online Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) Rafael García**

---

## **From Reader Review Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) for online ebook**

Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Entrenamiento mental para músicos: Técnicas de estudio mental y visualización para potenciar el rendimiento interpretativo (Taller de Música) Rafael Garcia books to read online.