Disfrute del Festival Calma en la Ciudad en los escenarios de Idartes

- Teatro el Parque, Escenarios Móviles, Castillo de las Artes y La Casona de la Danza serán partícipes con una programación variada como talleres, yoga, conciertos y más.
- Serán 10 días en los cuales podrá encontrar distintas actividades en torno al cuerpo, la mente y emociones conscientes.

Bogotá, 12 de junio de 2025- Llega la tercera edición del Festival Calma en la Ciudad que contará con más de 1.500 actividades para población beneficiaria de diferentes programas y políticas sociales de la Administración Distrital, como habitantes de calle y comunidades migrantes, y 120 de estas serán gratuitas y abiertas a toda la ciudadanía.

Idartes pondrá a su disposición su red de escenarios. El Teatro El Parque presentará una sesión de Yoga y un concierto para conectar con la tierra; los Escenarios Móviles tendrán dos días de programación con talleres, conciertos y yoga; El Castillo de las Artes contará con un taller para conectar el cuerpo presente y finalmente La Casona de la Danza tendrá una serie de talleres para todas las personas que quieran ser uno con el universo.

Durante diez días, del 14 al 23 de junio, Bogotá se conectará con el bienestar en la tercera edición del 'Festival Calma en la Ciudad: Cuerpo, mente y emociones conscientes', un evento distrital liderado por la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte a través de la estrategia Bogotá, Cultura más consciente, que contará con conciertos, caminatas ecológicas, yoga, meditaciones guiadas, danza, arte, conversatorios y actividades gratuitas en las 20 localidades.

- **El Castillo de las Artes: (Calle 23 # 14-19)**

El 16 de junio a las 2 p.m. las personas podrán conectar el cuerpo presente gracias a un taller con Lina Marcela Galindo, quien es bailarina, coreógrafa y docente.

- Taller Conectando con el cuerpo presente - [inscripción previa](#)

- **La Casona de la Danza: (Cra. 1 # 17-01)**

Contará con una programación de talleres desde el 16 hasta el 21 de junio.

- Taller Casa Torácica en conexión Movimiento restaurativo inspirado en Feldenkrais - [inscripción previa.](#)
- Taller de la atención a la sensación Moviéndose con facilidad desde el método Feldenkrais - [inscripción previa.](#)

- Taller Postura en libertad - Pausando desde el método Feldenkrais - [inscripción previa](#)
- Taller de giros nivel inicial - [inscripción previa](#)

Consulte toda la programación de La Casona de la Danza e inscríbese en: <https://danzaenlaciudad.gov.co//2024/programacion>

- **Teatro El Parque: (Cra. 5 # 36-05)**

El sábado 21 de junio desde las 2 p.m. las personas podrán disfrutar de una clase de yoga en familia, diseñada para incluir a todos: niñas, niños, adolescentes y padres creando un ambiente divertido y lleno de energía.

Posteriormente a las 3 p.m. las personas podrán disfrutar de un concierto de Tatiana Samper, quien hace música para el despertar de la conciencia, la Paz, la defensa y el cuidado de la Madre Tierra y el empoderamiento femenino.

Su música mezcla cumbia, reggae, rock y baladas, entre otros ritmos y sonoridades del mundo. Por su contenido y su esencia hace parte del nuevo género mundial conocido como 'Música Medicina'.

- **Escenarios Móviles:**

Serán dos días (22 y 23 de junio en el **Parque de los Novios - Calle 63 #45-10**) con una programación variada, desde las 8 de la mañana hasta las 5 de la tarde.

Domingo 22 de junio

- Taller de Danza Urbana con Cuerpo Consciente
- Taller de Danza Árabe con Cuerpo Consciente
- Yoga para Todes
- Fendelkrais
- Meditación
- Taller de Danza Afro y yoga
- Democratizar el cuerpo: fluir en movimiento.
- Meditación Guiada
- Concierto La Payara

Lunes 23 de junio

- El Arte de Soltar: Apertura de Caderas y Liberación de la zona lumbar - Yoga para Todes
- Firmeza y estabilidad posturas fundamentales en Yoga - Yoga para todes
- Acro Yoga
- Práctica de Kundalini Yoga. A cargo de Laura Alvarez. Happy Yoga. (Tarima Central)
- Clase de Tango (carpas alternativa)
- Te propongo la charla Ayurveda: Alimentación consciente y bienestar

- Meditación Guiada
- Concierto Aristi

Para más información sobre el Festival Calma ingrese a:

<https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/es/principal/noticias/no-te-pierdas-estos-eventos-del-festival-calma-2025>