

Departament de Biblioteconomia

i Documentació

Facultat de Biblioteconomia

i Documentació

Treball de Grau en Comunicació Audiovisual

Curs 2013-14

URBAN ACROLOOP

Alexandra Pujadas

Tutor: Javier Sanz

Barcelona, maig del 2015

El meu agraïment indiscutible a la companyia d'acroïoga *Acroloop*, concretament a l'Anna Li i a l'Oriol Mares, per la seva gran predisposició i per haver volgut compartir el seu art. També agrair a la Clara Esparrach, qui m'ha proporcionat material tècnic sense el qual no hagués estat possible la realització d'aquesta videodansa. Per últim, donar les gràcies al meu tutor Javier Sanz, el qual m'ha anat guiant al llarg del procés aportant tot tipus d'idees.

Abstract

Urban Acroloop és una videodansa executada per la companyia d'acrologa *Acroloop*, composta per l'Anna Li i l'Oriol Mares, en unes piscines abandonades de Rubí. Amb aquesta, es transmet la filosofia d'allò dual, és a dir, la necessitat de l'existència dels oposats per tal de trobar l'equilibri, i com els extrems intenten vèncer constantment l'harmonia que es troba en el punt mig.

ÍNDEX

1. Introducció
2. Acroïoga
 - 2.1. Orígens
 - 2.2. Fonaments de l'acroïoga
 - 2.3. Oposats
3. Equip artístic: Acroloop
4. Narrativa
 - 4.1. Estructura
 - 4.2. Guió
5. Aspectes visuals
 - 5.1. Localització
 - 5.2. Il·luminació
 - 5.3. Composició
 - 5.4. Realització
 - 5.5. Color
6. Aspectes sonors
7. Muntatge
8. Distribució
9. Conclusions
10. Bibliografia

1. INTRODUCCIÓ

Davant d'una infinitat de possibilitats temàtiques per a la realització del treball de fi de grau, no ha estat fàcil triar-ne una, degut a que totes resultaven interessants i enriquidores d'una manera o altra. Tot i així, després d'una primera decisió poc pràctica de dur a terme un treball de producció en parella, m'he acabat decantant per a la realització individual d'un treball de contingut purament creatiu.

Així doncs, la meva creació audiovisual, per situar-la en algun gènere en concret, es tracta d'una videodansa amb fins promocionals d'una companyia d'acroyoga de Barcelona, plena de metafores i simbolismes que s'aniran presentant al llarg dels apartats següents. Abans d'això, s'exposarà detalladament en què consisteix aquesta pràctica meditativa, els seus orígens i d'altres conceptes necessaris per captar la totalitat dels missatges de l'obra.

Aquesta idea neix de les motivacions personals cap a l'espiritualitat, tant present a la meua vida després de practicar durant anys la meditació i el ioga, i tant present a les vides de tothom en general. Són indiferents les doctrines, les ideologies i les religions que es practiquin, però tots els humans, d'alguna manera o altre tendim a investigar i a desenvolupar les característiques de la nostra ànima, adoptant unes creences, actituds i estils de vida que ens porten a buscar el mateix: l'equilibri, o també entès com a felicitat. Per tal de poder parlar d'equilibri, és necessària l'existència de conceptes totalment oposats però complementaris -el ying i el yang-, en els que en cas de crisi o conflicte tots hi oscil·larem algun dia fins que altre cop, siguem capaços de retornar al punt mig, a l'equilibri.

Tot i que no era la meua intenció posicionar-me dins de cap pràctica religiosa en concret, es fa inevitable fer referència a certes doctrines filosòfiques al estar tractant amb l'acroyoga. Tot i així, només ens agafarem als significats i a les simbologies que més ens interessin, sense etiquetar aquesta creació audiovisual com a un producte de caire religiós. Així doncs, per un costat, el ioga està molt relacionat amb el budisme i l'hinduisme, al igual que la meditació, mentre que els conceptes del ying i el yang pertanyen al taoisme. Per tant, aquesta videodansa fusionarà totes aquestes idees, permetent-nos obtenir com a resultat la lluita de dues forces oposades que utilitzen la pràctica meditativa de l'acroyoga per poder arribar a un estat d'equilibri.

Per a la final representació audiovisual abstracte d'aquests conceptes, s'han estudiat els moviments de càmera, il·luminació, música, composició dels plans, entre d'altres, precisos i necessaris, els quals s'aniran exposant al llarg dels apartats d'aquesta memòria final, de tal manera per a que quedin perfectament justificats.

2. ACROIOGA

2.1. ORÍGENS

El significat epistemològic de la paraula en sànscrit *ioga* vol dir *unió* del ser físic i mental amb el ser espiritual. Per tant, el ioga es coneix com un sistema o tradició de la Índia que s'utilitza per a equilibrar el cos, la ment i l'esperit. És una ciència milenària que existeix des de fa més de 5.000 anys, que ha anat evolucionant, però que segueix mantenint el seu objectiu principal, el de trobar benestar, salut, plenitud i arribar a la il·luminació, alhora que vol respondre a preguntes filosòfiques i universals com la veritat sobre l'existència i l'univers, l'origen del patiment i la manera d'aconseguir la felicitat com a un estat interior.

Aquesta paraula s'associa a pràctiques de meditació budista, hinduista i jainista. Aquestes tres religions, tot i que divergeixen en alguns aspectes, en comparteixen molts d'altres. D'una manera o altre, defensen la idea de que a través de la meditació, representada amb la postura de ioga de la flor de loto, es pot arribar a un estat d'alliberament tant del patiment com del cicle de reencarnacions, conegut com a nirvana, o dit d'una altra manera, s'aconsegueix l'equilibri i la pau interior.

Amb el temps, s'han anat desenvolupant diferents tipus de ioga, els quals persegueixen els mateixos fins prenent camins diferents. Els més coneguts són els exposats a continuació:

- a) *Raja-yoga*: o conegut també com el *ashtanga-yoga*, és el ioga psicomental, el més conegut i extés.
- b) *Jñana-yoga*: accentua l'alliberament de la ment de la influència d'allò sensorial, és el ioga del coneixement.
- c) *Karma-yoga*: és el ioga de l'acció desinteressada, és a dir, que es recolza en el compliment de cada acció sense aferrar-se als resultats.
- d) *Hatha-yoga*: aquest tipus de ioga es centra en obtenir la regulació i el control de la respiració, alhora que busca la fixació de la ment en una idea o cosa determinada, per tant, el podríem catalogar com el ioga corporal.

Pel que fa a l'acroioga, aquesta pràctica neix com un esport a l'any 1135, també a la Índia, però no és fins al 1987 que es va començar a donar a conèixer a l'Occident, sota el nom de ioga acrobàtic. Més tard, al 2001, els instructors canadencs Jessica Goldberg i Eugene Poku van registrar la marca *Acroyoga*, i va ser aleshores quan realment es va començar a popularitzar tant el terme com la pràctica d'aquesta disciplina. Així doncs, podem considerar aquest tipus de ioga com el més contemporani i que s'adapta a les necessitats d'un món occidental molt més actiu.

2.2. FONAMENTS DE L'ACROIOGA

El terme *acroioga* és la fusió de les paraules en sànscrit *ioga*, vista en l'anterior apartat, i del grec *acro*, que vol dir *alçada*. Per tant, el significat d'acroioga és *unió en l'alçada*, així doncs, és la combinació de les tradicionals postures del ioga i la seva filosofia amb el dinamisme de les acrobàcies de circ.

Aquesta pràctica, al contrari del ioga tradicional, es realitza en parella. Cada component adquireix un rol diferent, el de base o el de volador. Entenem com a base a la persona que es situa a sota, estirada amb l'esquena al terra, la qual que ha de comptar amb força i solidesa, mentre que entenem com a volador a la persona del damunt, la qual ha de tenir equilibri i flexibilitat. Així doncs, el treball que es realitza és molt complet abarçant un entrenament físic, mental i espiritual entrant en contacte amb els altres i amb un mateix.

Hi ha una gran diversitat d'asanes per realitzar, des de torsions, inversions, postures per enfortir els músculs, per relaxar-se, etc. El més comú és començar amb figures bàsiques com la de l'ocell, en la qual els dos cossos es troben en paral·lel col·locant els peus de la base a l'alçada de la cadera del volador, i a mida que es va agafant seguretat i confiança es comencen a realitzar postures més complexes, com les que requereixen inversió, i de manera encadenada s'arriben a convertir en belles coreografies. L'acroioga no requereix una gran condició física, sinó que es tracta de tenir consciència del cos i, per tant, es converteix en una cosa accessible per a tothom.



Padmasana - Flor de loto



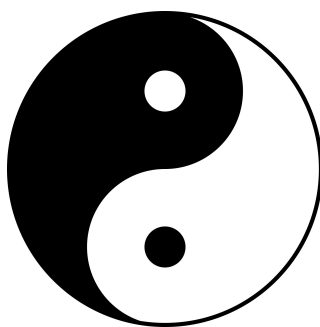
Asana invertida

2.3. OPOSATS

Com bé s'ha dit a la introducció, la temàtica d'aquesta creació audiovisual girarà al voltant de la lluita de dues forces oposades que cerquen l'harmonia. Per tant, resulta necessari introduir els termes taoístes *ying* i *yang*.

Aquests dos conceptes, provinents de la medicina tradicional xinesa, exposen la dualitat de tot allò que existeix a l'univers. Són dues forces fonamentals oposades i complementaries que es troben en totes les coses, i que estan en constant moviment. D'aquesta manera, cada ser, objecte o pensament depèn del seu complementari per a la seva existència i que, alhora, existeix dins d'ell mateix. Es tracta d'un equilibri dinàmic, és a dir, com que sorgeixen al mateix temps, són iguals, sense estar supeditats l'un a l'altre, i si un desapareix l'altre també. Per tant, tot és un. El *ying* representa l'energia femenina i negativa, el color negre, l'esperit, el silenci, la nit, l'hivern, la força expansiva, el fred, la lluna i allò arrodonit, tou i humit. El *yang*, en canvi, representa l'energia masculina i positiva, el color blanc, el cos, el soroll, el dia, l'estiu, la força contractiva, la calor, el sol i allò angulós, dur i sec.

Quan s'apliquen aquests principis a les vivendes, es parla de *feng shui*, també d'origen xinès i taoísta. Es tracta d'un sistema filosòfic que busca equilibrar aquestes dues forces mitjançant l'arquitectura i el disseny d'un espai, per tal d'obtenir una bona energia vital, o el que es el mateix, un *chi* propici. Aquest concepte és important ja que s'en parlarà a l'apartat de localització.



Ying i yang

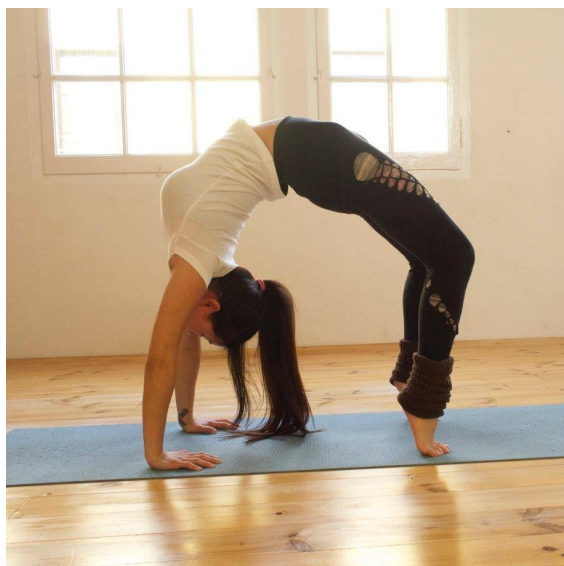
Al llarg de la videodansa es podran veure representats el *ying* i el *yang* i tot un munt de forces oposades que també en faran referència, les quals s'aniran esmentant al llarg dels apartats corresponents del treball. Per començar, l'acroioga ja es una unió d'oposats en si mateix, ja que és la combinació de la calma i la passivitat del ioga amb el dinamisme i la tensió de les acrobàcies. A més a més, a cadascuna de les persones que practica l'acroioga en parella se li adjudica un dels rols, base o volador, convertint-se en oposats, però alhora completament necessaris l'un per l'altre, per tal que les asanes de l'acroioga siguin possibles de realitzar, ja que sense base no pot existir el volador, i viceversa.

3. EQUIP ARTÍSTIC

Acroloop és una parella artística nascuda a Barcelona, que barreja les acrobacies i els equilibris de circ, amb la suavitat i l'harmonia de les asanes del yoga. Ofereixen espectacles personalitzats per esdeveniments, exposicions, inauguracions, presentacions de marques i productes, així com classes regulars i tallers.

Els integrants d'Acroloop són l'**Anna Li Lin** i l'**Oriol Mares**, dos joves que es van fusionar gràcies a la passió que compartien per aquest art. L'Oriol, el més gran dels dos, de mare pintora i pare terapeuta, es va entregar a la música, a la màgia, a les acrobacies i a recórrer món. Després de formar-se com a terapeuta Gestalt durant 4 anys, va experimentar amb la meditació, el ioga, el tantra, les constel·lacions familiars, la biodansa, i diferents formes de prendre consciència.

Encaminant-se cap a aquesta cerca de serenitat i harmonia, va decidir viatjar a la Índia a trobar la seva verdadera vocació, i allà va ser on l'acroioga va aparèixer en el seu camí. De seguida es va enamorar del que això requeria, tant per la part física (equilibri, força, elasticitat i tècnica), com per la part més terapèutica (impaciència, pors, desconfiança i falta de comunicació). D'aquesta manera, va trobar una forma diferent i divertida de treballar la dificultat que existeix avui en dia entre les relacions interpersonals, alhora que exercitava el seu cos i la seva ment. Més tard, va acabar formant-se com a professor d'acrobacies a l'escola de circ *Rogelio* de Barcelona, fins que finalment ha creat *Acroloop*, un projecte al que hi destina la majoria del seu temps.



Anna Li Lin



Oriol Mares

Per l'altre costat, l'Anna, una jove de 21 anys, està especialitzada en estudis d'acupuntura herbodietètica naturista, Tai Qi, Qui Gong i en sabiduria familiar de la medicina tradicional xinesa. Des de que va descobrir l'acroioga al 2013, l'ha vist com una pràctica renovadora i recomanable per a una àmplia varietat de persones ja que no es limita ni per edat, pes, ètnia, estatus social, sexe, ni complexió física. Sent que l'acroioga és com el joc del moment present, en el que posa tota l'atenció i intenció en el cos, mentre que la ment calla. Degut a la seva curta trajectoria en aquesta pràctica, es fa evident que l'evolució feta en tan sols dos anys és de gran magnitud gràcies a la quantitat d'hores que hi ha destinat.

En aquesta peça audiovisual l'Anna representarà el Ying, l'energia femenina, mentre que l'Oriol simbolitzarà el Yang, l'energia masculina, cadascú fent honor al seu gènere. Altres contraris presents en aquesta parella artística són, en primer lloc, els seus orígens. És a dir, per un costat l'Anna té unes faccions d'origen xinès mentre que l'Oriol és clarament de raça europea. D'aquesta manera, és possible representar l'acroioga amb la fusió del ioga tradicional d'origen oriental amb les acrobacies més occidentals i contemporànies. Finalment, també es contraposa l'experiència de l'Oriol amb la innocència i el curt recorregut professional de l'Anna, dos plantejaments igual de necessaris ja que mentre un aportarà solidesa, tècnica i seguretat, l'altre tindrà més tendència a la creativitat i innovació.

4. NARRATIVA

4.1. ESTRUCTURA

En aquesta videodansa d'uns 3 minuts de durada, és possible apreciar-hi una estructura dividida en els tres blocs tradicionals: una introducció, un desenvolupament de l'acció i un desenllaç. En el primer bloc, de 20 segons de durada, es situen a dues persones en un espai, de manera individual, a les quals alguna cosa els hi ha cridat l'atenció. El segon bloc comença quan aquestes dues persones es troben finalment dins d'un mateix pla, i té una durada d'aproximadament 2 minuts i mig. A partir d'aquí, comença una acció que va *in crescendo*, fins que, en un tercer i últim bloc de 10 segons, les dues persones tornen a mostrar-se separades, l'una davant de l'altre, donant per finalitzada la batalla de forces oposades.

Bloc 1:



Bloc 2:



Bloc 3:



4.2. GUIÓ

Fins aquí s'han anat donant quatre pinzellades sobre la narració que conté aquest vídeo d'acroioga, però en aquest apartat desglosarem al màxim la idea i en parlarem part per part.

En primer lloc, la línia general i la intenció del projecte, és la de representar un concepte universal mitjançant tot un seguit de metàfores. Parlant més explícitament, es tracta de mostrar a dues forces oposades que es troben en desequilibri, les quals busquen la unió per tal de poder tornar a l'harmonia, ja que són contràries però totalment complementàries. Per fer-ho, s'han pres com a referència tots els conceptes exposats en els anteriors apartats com el ying i el yang, el feng shui, el budisme, l'energia vital chi, el ioga, etc.

Al llarg del vídeo, el qual anomenarem videodansa o videoart, s'anirà percebent una evolució a través, tant dels recursos tècnics, com els moviments de càmera i els tipus de plans, com dels propis moviments de cos efectuats pels dos acròbates. Aquesta evolució, començarà amb un estat d'inquietud i angoixa, mostrant plans dinàmics, moguts, subjectius i curts, i s'anirà incrementant fins a arribar a la quietud, mostrant plans cada vegada més estàtics, objectius i generals. Alhora, però, com es tracta d'una mena de lluita d'energies, hi haurà moments en els quals s'intercalaran tot tipus de plans, per donar a entendre que quan s'està aconseguint arribar a l'equilibri, alguna cosa el torna a trencar posant-hi resistència.

Aquest joc d'oposats, pot ser interpretat per l'espectador de dues maneres diferents, o bé d'una manera més palpable i observable, o bé de manera abstracta. És a dir, el videoart està ple de simbologies i recursos que mostraran aquesta oposició de forces com, per exemple, el color de la roba dels artistes, els moviments d'acroioga efectuats amb més o menys agressivitat, l'energia masculina i femenina representada amb el noi i la noia, la llum i l'ombra, etc. Amb tot això, ha de ser possible identificar les idees abstractes representades, però en cas de que no fos així, la localització tan degenerada en la que es troben dona moltes pistes de que es pot tractar d'un cas de feng shui, en el qual les energies despreses amb el ioga intervenen en la renovació de l'espai.

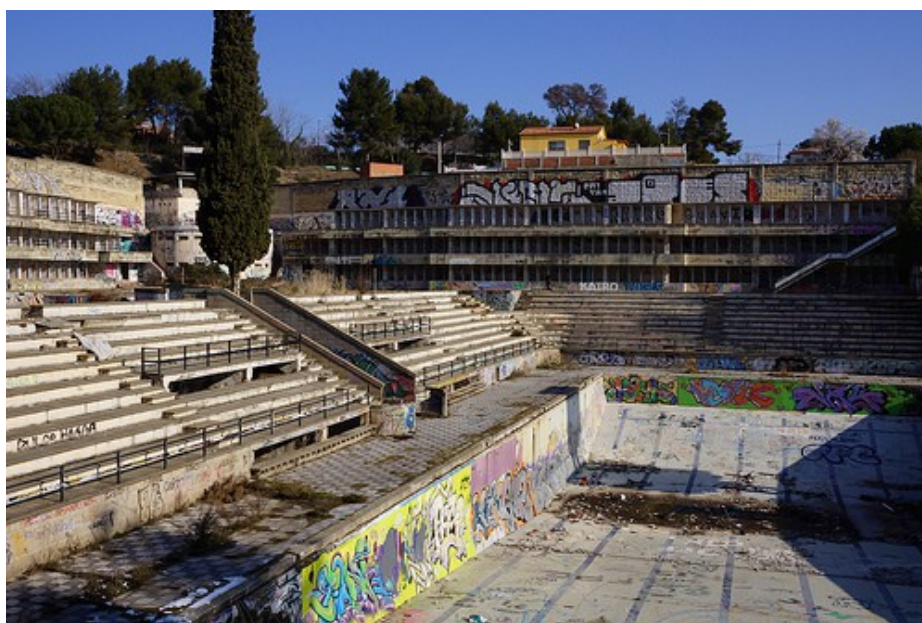
En definitiva, l'objectiu que es pretén aconseguir és el de defensar la idea de que un no pot existir sense el seu oposat, en qualsevol àmbit universal. És a dir, les dones no existirien sense els homes, el dia no existiria sense la nit, la tristesa no existiria sense la felicitat, l'amor no existiria sense l'odi, i viceversa, ja fos perquè científicament fos impossible o perquè sense un tampoc apreciariem l'existència de l'altre.

5. ASPECTES VISUALS

5.1. LOCALITZACIÓ

La localització triada per a la realització d'aquesta videodansa ha estat un recinte de Rubí on s'hi troben unes piscines abandonades, en estat decadent, on l'entrada està totalment prohibida a tot individu. D'aquesta manera, se li otorga un estil completament urbà i contemporani a una pràctica que s'acostuma a contextualitzar en espais naturals com podria ser la platja, la muntanya, etc. Es tracta d'encarar la puresa, la inocència i l'harmonia del ioga, amb la degeneració i la destrucció d'un espai tant roï, amb la intenció de jugar amb els oposats. L'únic inconvenient de la localització ha estat la precaució que s'ha hagut de prendre degut a l'estat de les instal·lacions, així com els vidres i d'altres objectes punxats que es trobessin a la vora d'on practicaven l'acroioga els artistes, descalços i amb poca roba.

A nivell visual, però, tot i que sigui una zona molt assetjada amb pintades a les parets, vidres d'ampolles trencades, murs destrossats, brossa de tot tipus i objectes escampats per tot arreu, arriba a tenir un encant artístic considerable. Sense cap presència humana a la vista, és possible palpar tota la vida que hi ha hagut allà en altres moments i totes les històries que hi han quedat gravades a les parets.



Vista general de les piscines, Rubí.

Al tractar-se d'un espai de molta extensió, les possibilitats de situació eren infinites i, per tant, cal detallar que el vídeo ha estat enregistrat en una zona exterior, però coberta d'un porxo, la qual queda situada al damunt d'una petita plataforma que s'hi arriba pujant poques escales. D'aquesta

manera, els dos personatges queden situats just al davant de nombroses pintades de colors vius i permet grans enquadraments, els quals es comentaran posteriorment.



Un dels porxos de les piscines, Rubí.

Recuperant el concepte del *feng shui*, es podria considerar que aquest espai té una dominant d'energia yang, degut a la gran quantitat de colors visibles, a les línies rectes, a la duresa, a la sequedat i a l'excitació i nerviosisme visual que transmet. D'aquesta manera, l'objectiu de la dansa serà estabilitzar l'energia de l'espai, equilibrant les forces del ying i el yang. Gràcies a l'elecció d'aquesta localització, la metafora d'aconseguir l'harmonia dels contraris es converteix en una idea més palpable i menys abstracte.

5.2. IL·LUMINACIÓ

Pel que fa a la il·luminació, s'ha optat per una llum natural per dos motius: en primer lloc, perquè al tractar-se d'un exterior de dia, la llum era abundant i no era necessari el reforç de cap altre tipus de focus de llum artificial, per un altre costat, però, encara que hagués estat necessari aquesta llum adicional, no hagués estat possible trobar endolls on connectar-hi res al trobar-nos en un espai completament abandonat des de fa una dècada, i lluny de qualsevol residència.

Com deia, el vídeo està enregistrat en un exterior amb llum de dia, tot i així, els personatges es troben col·locats a l'ombra, sota un porxo, en el qual es refugien d'una llum dura incident. A més a més, l'exposició de llum és l'adequada, sense haver cremar ni subexposat la imatge. Amb tot això, els contrastos obtinguts són suaus, i el motiu d'això és altre vegada el de jugar amb els oposats. És a dir, la força yang simbolitza la calor, el sol, el dia i l'estiu, mentre que la força ying encarna el fred, la lluna, la nit i l'hivern. Així doncs, s'obté una fusió dels dos oposats quan en un dia completament assolellat i calorós, l'acció succeeix a la penombra.

5.3. COMPOSICIÓ

Com bé s'explica en l'apartat de narrativa, en cadascun dels blocs la composició dels plans varia, ja que en la introducció i el desenllaç es mostren plans on la idea és transmetre sensació d'aïllament dels personatges, mostrant-los totalment sols i desequilibrats en un espai buit, mentre que durant el desenvolupament de l'acció, cal mostrar l'unió i la consonància entre aquests.

A més a més, dins del bloc 2 en el qual s'exposa l'acció, és possible apreciar la diversitat de tipus de plans segons l'efecte psicològic que es vol provocar. Tenim des de plans generals molt llargs que mostren els personatges a la llunyania, contextualitzant-los perfectament dins l'espai, fins a plans detalls en els quals es perceben les textures de la pell i la roba humanitzant els personatges i simbolitzant la seva unió, deixant de banda l'espai i la matèria per centrar-se en l'espiritualitat. Alhora, hi ha la presència d'altres tipus de plans com els mitjos, els quals pretenen mostrar una mescla d'acció i dramatisme al mateix temps. Al llarg de la lluita de forces, s'aniran intercalant aquests tres tipus de plans per anar mostrant l'equilibri o l'inestabilitat de les dues energies i, d'aquesta manera, jugar altre cop amb els oposats.

Un altre tema important a tractar el qual otorga originalitat a la composició d'aquests plans, és que hi predomina la horitzontalitat, al contrari del que estem acostumats a veure en qualsevol tipus de peça audiovisual. Tot i que s'observin certes línies verticals provinents de l'estructura de l'edifici, el focus d'atenció recau sobre els dos personatges els quals es troben completament en horitzontal, paral·lelament al terra, al igual que les diferents escales que s'hi observen. Aquest tipus de línies acostumen a suggerir estabilitat, repòs i quietud. Aquest fet, alhora, provoca un canvi en l'eix de la càmera i en la perspectiva que adopta l'ull de l'espectador i, per tant, s'ha aprofitat aquesta oportunitat per a captar imatges des de totes les perspectives possibles.

Resumint, la composició jugarà dos papers importants en el moment de mostrar aquesta unió o separació de forces. Per un costat, amb plans aïllats o conjunts dels personatges segons el bloc narratiu en el que ens trobem i, per un altre costat, plans curts o plans més llargs dins del bloc 2.



Pla detall



Pla mig



Pla general

5.4. REALITZACIÓ

Abans de tot, dir que per a la realització dels moviments de càmera de manera que s'obtingués el ritme desitjat per a la dansa, ha estat necessària la utilització d'una *steady cam*. Sense aquest recurs tècnic, segurament no s'hauria pogut apostar per aquest tipus d'enregistrament, ja que hagués estat molt més difícil dur a terme plans subjectius en moviment.

Així doncs, al llarg del vídeo s'aprecien dos tipus de moviments de càmera. Per un costat, trobarem plans estàtics o de moviment mínim, mentre que n'hi haurà d'altres amb una activitat molt més ràpida i àgil que duren a terme un seguiment del cos acompanyant-lo en els seus moviments. Els primers, tenen la funció de mostrar l'escenari de forma objectiva, sense que l'espectador es vegi introduït en l'acció, i simulant l'estabilitat entre les dues energies. No obstant, els segons es decanten per un punt de vista totalment subjectiu, introduint-nos dins la dansa, al mateix temps que volen aportar confusió i desordre.

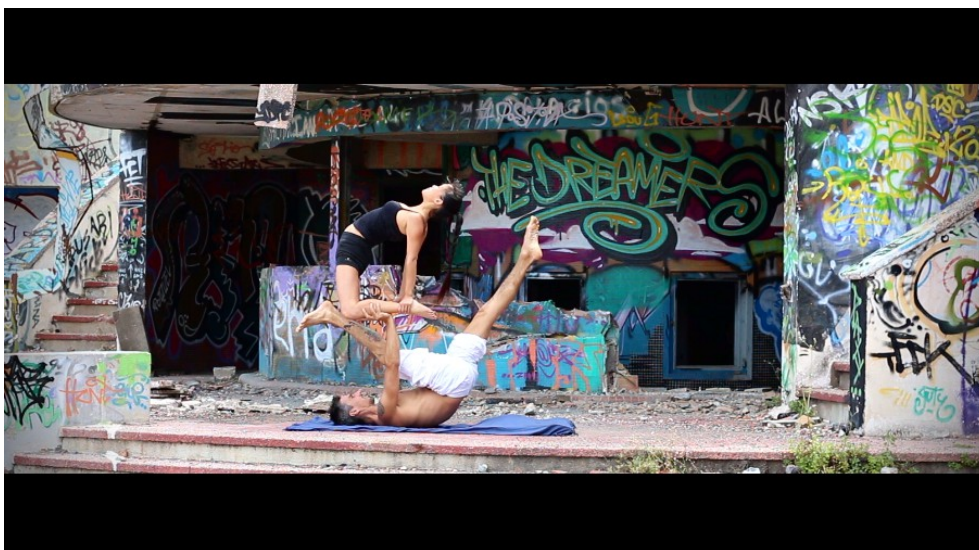
Aquest aspecte visual anirà de la mà de la composició dels plans ja que, majoritàriament, els plans més llargs seran els més estàtics, mentre que els plans més curts i els plans detall seran els més dinàmics. A partir d'aquí, s'efectuarà una combinació dels dos tipus de moviments segons l'efecte que es vulgui transmetre, desafiant la força de les energies oposades.

5.5. COLOR

L'últim aspecte visual important a tractar és el color. Els colors en aquest vídeo ajuden a fer molt evident les contradiccions que s'han anat comentant anteriorment. És a dir, l'Anna, qui representa el ying i, per tant, el color negre, va vestida amb roba completament negra, mentre que l'Oriol, qui representa el yang i, per tant, el color blanc, duu uns pantalons blancs. Si fèssim un anàlisi visual fins aquí, es podria afirmar que existeix una bona harmonia entre els dos personatges. Tot i així, examinant el conjunt global, ens adonem que existeix una clara dissonància entre la puresa del blanc i el negre amb la resta de colors de l'espai.

Aquesta esdevé una de les raons per les quals s'ha triat aquesta localització, per la gran riquesa de coloració de les parets, trencant amb la monotonía i, sobretot, amb l'equilibri. A més a més, els colors uniformes dels personatges permeten que aquests destaquin damunt del fons heterogeni, ja que si fos d'una altra manera quedarien dissimulats dins l'espai.

En el moment de l'edició, també s'ha dut a terme un etalonatge, en el qual s'ha buscat pujar el contrast de les imatges, sense intervenir en la saturació natural ja obtinguda, i col·locant les dues barres horitzontals negres, les quals otorguen un aspecte més videoartístic a l'obra audiovisual.



6. ASPECTES SONORS

Per tal de contrarestar l'harmonia de l'acroïoga, s'ha introduït un fil musical dotat de percussió i caire urbanístic, el qual introdueix sensacions de tensió i incertesa. El títol d'aquesta peça és *Spaceships* de Ryan Little, però no compta amb drets d'autor, ja que ha estat trobada en un banc de música lliure.

La gran compenetració entre les imatges i la música es fa evident des del primer segon, ja que a cada cop, o a cada petit clímax, es produeix un o més canvis de plans, jugant amb el caos que transmet en certs moments la música. D'altra banda, també és possible escoltar fragments en els quals desapareix la percussió i, aleshores, s'aprofita l'ocasió per introduir plans més estàtics i un muntatge més seré.

Per tot això, la música no és tan sols un element que acompanya de fons, sinó que és un component protagonista més d'aquesta creació. Sense la seva presència, la videodansa no tindria el mateix sentit, i les imatges perdrien totalment el ritme i l'agressivitat que desprenen.

7. MUNTATGE

En primer lloc, a l'inici del bloc 1 s'ha fet un muntatge en paral·lel de les imatges per separat dels personatges, mostrant així el desequilibri i la separació que pateixen les dues forces dispersades. Aquests plans són de poca durada, amb una ràpida intercalació per mostrar dinamisme, excitació i ansietat. Alhora, es van intercalant plans en negre, per incrementar més aquest misteri i generar grans expectatives en l'espectador.

A continuació, el ritme de les imatges es calma per tal de començar aquesta dansa. Les dues energies començaran a buscar l'unió i l'equilibri, però els extrems intentaran trencar-lo. Això es simbolitzarà amb la interpolació de plans curts amb plans llargs, utilitzant un encadenament ràpid i imprecís de les imatges quan es vulgui transmetre desequilibri, i un de més lent i seré quan el ying i el yang s'estiguin avenint. Arriba un moment en el qual els moviments tant de càmera, com les postures d'acroïoga esdevenen més agressives, i això es potencia amb un muntatge més actiu i caòtic. Aquest és el punt més àlgid del vídeo el qual, un cop superat, dona pas a un equilibri permanent i un muntatge altre cop tranquil i sensat, mostrant de nou imatges dels dos personatges, l'un davant de l'altre, però aquesta vegada generalment dins d'un mateix pla.

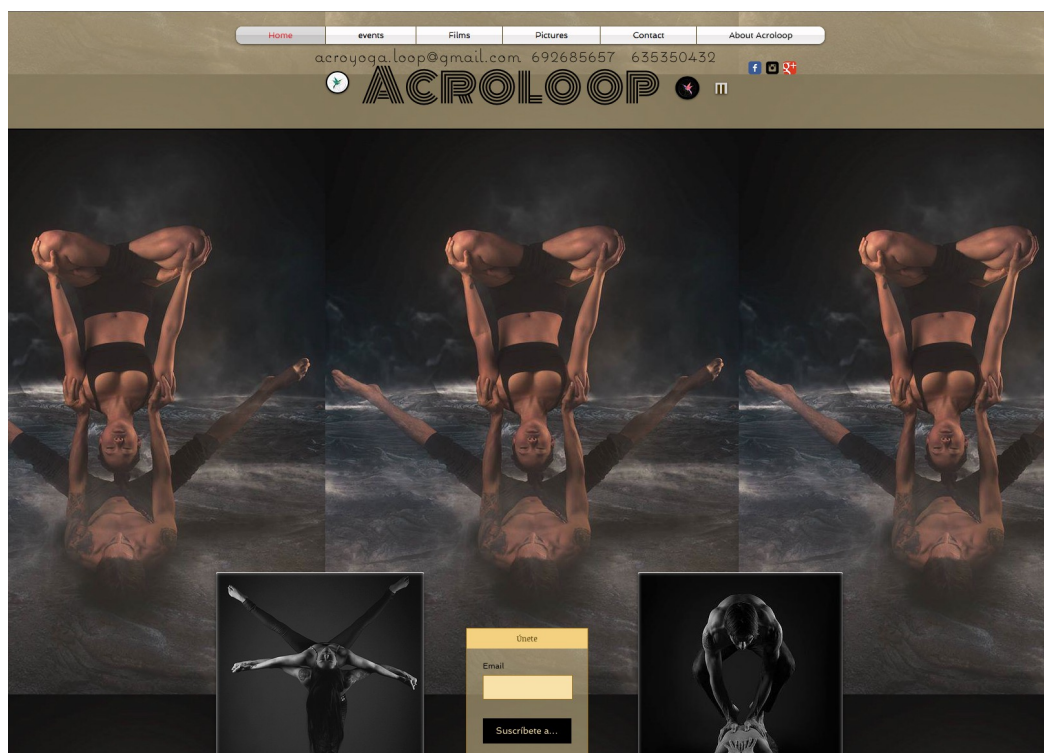
Com s'ha dit també en l'anterior apartat, el muntatge ha anat completament de la mà del ritme de la música, coordinant-se en tot moment els dos factors.

8. DISTRIBUCIÓ

Al tractar-se d'una videodansa amb fins promocionals d'una companyia d'acroioga en concret, la distribució d'aquest producte no ha de córrer necessàriament al meu càrrec. És a dir, entenem aquest projecte com a un encàrrec d'un client, en el qual la meva feina acaba un cop el projecte està finalitzat i entregat. Tot i així, faré un breu esment sobre les possibles vies de difusió.

En primer lloc, *Acroloop* compartirà el vídeo a les seves xarxes socials, les quals es redueixen a una pàgina de Facebook, creant expectatives als seus seguidors uns dies abans de la sortida. Alhora, ho penjaran a l'apartat de contingut audiovisual de la seva pàgina web (www.acroyogabcn.com).

Aquest serà el seu primer vídeo de qualitat, tenint en compte que els anteriors els han enregistrat ells mateixos amb mòvils i d'altres dispositius poc professionals. D'aquesta manera, s'espera que aquesta nova creació compleixi amb la funció de generar nous assistents als seus tallers d'acroioga i que els sorgeixin nous esdeveniments en els quals participar, entre d'altres coses.



Pàgina principal de la web d'Acroloop

9. CONCLUSIONS

Des d'un punt de vista personal, haver dut a terme aquest treball de fi de grau de manera individual m'ha proporcionat una llarga llista de coses positives. En primer lloc, el que implica haver de fer qualsevol treball, que és la constància, la imaginació, la creativitat, la fermesa, etc. A més a més, a diferència de la resta de treballs de la carrera de comunicació audiovisual, que són en grup, en aquesta videodansa he hagut d'abastar tots els àmbits jo mateixa, des de la idea, fins al muntatge i postproducció final, passant pel guió i la realització de càmera, entre d'altres coses. D'aquesta manera, no hi ha hagut possible zona de confort, com passa quan treballes en grup i cadascú es dedica allò del qual té més coneixements, sinó que ha estat una bona manera d'espavilar-me en tots els sentits, reforçant aquelles coses que ja sabia i aprenent-ne de noves.

D'altra banda, aquest treball ha estat molt útil per adonar-me de diferents coses com, per exemple, que després de quatre anys cursant comunicació audiovisual, sense saber mai del cert quin àmbit és el que em motivava més, finalment he descobert que en el futur m'és indiferent a quin àmbit em dediqui mentre la meua feina compleixi amb una finalitat, la d'emocionar. Amb altres paraules, vull dir que trobo que no és tant important la tècnica amb la que s'expliquen les coses, ni una gran qualitat del material del que es disposi, com les ganes de transmetre alguna cosa i que aquesta aconseguixi arribar.

Aquest argument és molt adient a l'hora de parlar de *Urban Acroloop*, ja que tot i que em senti plenament satisfeta amb la feina feta i orgullosa del resultat, està clar que es tracta d'una obra audiovisual d'una estudiant de carrera universitària amb pocs recursos. Tot i així, trobo que aquest tipus de treball d'autor aconseguix moltes més vegades contagiar sentiments i emocions, que no ho faria una feina purament tècnica, duta a terme a partir d'un manual. L'art és molt important, i sovint les escoles el destrueixen volent impartir uns coneixements globals, deixant soterrades les inquietuds de l'alumne.

10. BIBLIOGRAFIA

- Danilo Hernández. (2013). claves del yoga. España: La Liebre de Marzo.
- Guillermo Ferrara. (2001). El arte del tantra. Barcelona: Editorial Océano.
- Marco Santello. (2002). Entre el cielo y la tierra. Madrid: Life Quality Project España.
- Jorge Bucay. (2005). El camino de la felicidad. Barcelona: DeBOLS!LLO.
- About. 2015. Informació pràctica sobre el yoga, des de <http://elyoga.about.com>.
- El Taoísmo. 2012. Informació pràctica sobre la religió taoísta, des de <http://www.eltaoismo.com>.
- Wikipedia. 2015. Informació pràctica sobre el ying i el yand, des de http://es.wikipedia.org/wiki/Yin_y_yang

Urban Acroloop
Universitat de Barcelona,
2015