

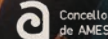
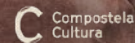
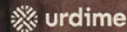
Fran Sieira bálalle a Caamaño&Ameixeiras

Ben Querer



Fran Sieira

Caamaño & Ameixeiras



ÍN DICE

FRAN SIEIRA, COMPAÑÍA DE DANZA	3
TRAYECTORIA	4
QUÉ ES BENQUERER?	5
UN MOMENTO PARA BENQUERER(NOS)	6
ACCESIBILIDAD	6
EQUIPO ARTÍSTICO	7
FICHA ARTÍSTICA	14
FICHA TÉCNICA	15
GALERÍA DE IMÁGENES	19
CONTACTO	22



FRAN SIEIRA

compañía de danza

FRAN SIEIRA COMPAÑÍA DE DANZA fundamenta su trabajo en una revisión del folclore gallego desde un marco contemporáneo. La compañía estudia el movimiento a través del baile tradicional y lo utiliza como su principal mecanismo de expresión, creando un lenguaje del movimiento de vanguardia como **reflejo de nuestra tradición.**

A través de la creación colectiva, aborda proyectos artísticos con vocación social y con muy buena acogida entre el público. Desde los márgenes, la compañía crea espectáculos que tienen la voluntad de generar conciencia social y devolverle a la sociedad **aquello con lo que la inspiró.**



tra yec to RIA



Las manifestaciones artísticas como compañía profesional comienzan en 2018: Entre sus trabajos para sala destacan: **EntreSoños** (2018); **DeMente** (2021) a través de las Ayudas a la creación escénica de la Xunta de Galicia, programada en Camino Escena Norte 2022; **Ceibe** (2024) a través de las Ayudas a la creación escénica de la Xunta de Galicia, seleccionada para los Catálogos Platea 2024 e 2025 del INAEM.



Los principales trabajos para calle y espacios no convencionales son: **Coreografías dun DeMente** (2021), seleccionada para la Red Acieloabierto 2022, participó en los Festivales Internacionales de Lorient, Francia (2022), y Manizales y Medellín, Colombia (2023), seleccionada en el Catálogo Danza a Escena 2023; **NeutrX** (2022); **Un Baile Ceibe** (2025), seleccionada para la Red Acieloabierto 2025 y para el Catálogo Danza a Escena 2026.

QUÉ es BENQUERER?

BenQuerer es una pieza íntima y emocional que conecta con lo cotidiano, con el día a día, y con nuestros procesos de adaptación ante los cambios. No habla de la felicidad permanente, ni de estar siempre bien: habla de aceptar los momentos en los que el cuerpo dice **basta**, de cuidarse y de **aprender a poner límites**.

En un mundo de constante cambio, en un sistema que premia producir, avanzar, continuar... ¿Podemos permitirnos **parar**? ¿Podemos mostrarnos vulnerables, sin miedo al juicio o a ser vistas como frágiles?

Desde los márgenes y siempre con perspectiva de género, esta nueva propuesta de Fran Sieira ofrece el resultado del proceso creativo más personal de su carrera artística, donde a través de su propio relato nos invita a reflexionar sobre la importancia del autocuidado emocional, el amor propio y el **respeto a una misma**.

BenQuerer, estrenada el 6 y 7 de febrero en el Teatro Principal de Santiago de Compostela, es el **primer SOLO de danza** de la compañía donde el propio **Fran Sieira como intérprete** está acompañado en escena por la música en directo del grupo gallego **Caamaño&Ameixeiras**. Pieza coreográfica de **55 minutos** de duración en formato de sala, pero adaptable a espacios no convencionales, con dirección artística del propio **Fran Sieira y el Colectivo VACAburra**, Andrea Quintana y Gena Baamonde, coreografía de Fran Sieira y Andrea Quintana, vestuario de Èrica Oubiña, iluminación de Fidel Vázquez y espacio sonoro de Isaac Millán.

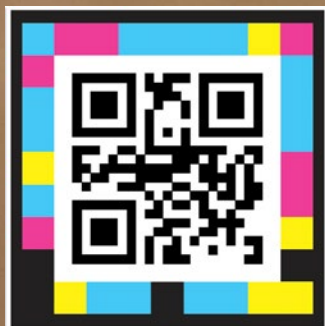
La producción de *BenQuerer* fue realizada con recursos propios de la compañía y con la colaboración de las Residencias Atopémonos Bailando, el Concello de Santiago de Compostela, el Concello de Ames y de Codisoil SA.

un MOMENTO para BENQUERER (nos)

BenQuerer no finaliza después de los saludos; al finalizar la obra, se crea un momento **para todas nosotras**. Os haremos partícipes de una **pequeña posfunción** en la que nos acercamos al trabajo de las artistas y abrimos un espacio de diálogo para compartir reflexiones alrededor del **autocuidado**.

Para esta actividad de mediación necesitamos de la **ayuda del público**: les propondremos que, antes del comienzo de la función, cubran un pequeño **cuestionario anónimo**. Con sus respuestas obtendremos cierta información de la audiencia de la que forman parte y enriqueceremos, de esta manera, la dinámica.

El público accederá al cuestionario a través de un **código QR accesible** que encontrarán en sus folletos de mano:



ACCESIBILIDADE EN BENQUERER

BenQuerer puede ser más accesible gracias a la **reserva de butacas preferentes** y a las siguientes medidas (previo acuerdo con cada espacio):

- Bucle magnético individual.
- Mochilas vibratorias.
- Intérprete de LSE en el coloquio posfunción.
- Folleto con las letras de las canciones.
- Paseo táctil previo.
- Folleto en braille.

equi po artís- tico



FRAN SIEIRA

Bailador desde los 8 años (en 1990) en la escuela del **Grupo de Baile y Música tradicional Tahúme de Ribeira**.



A partir del año 1997 comienza su camino como **bailador titular** de esta misma agrupación y ya en el año 2003 consolida su formación dentro del cuerpo de baile del Grupo para la recuperación de bailes, músicas y cantares tradicionales de la A.C.F O Fiadeiro de Vigo, y además en este mismo año asume la **dirección artística** del Grupo de Baile y Música tradicional Tahúme. Del año 2004 al 2009 pasa a formar parte del **equipo docente** de la escuela de la A.C.F. O Fiadeiro como profesor de baile tradicional. En 2009 nace la **Asociación Cultural Traspés** de la que es **socio fundador** y en la que asume la dirección artística del Grupo de música y baile tradicional.

Dentro de su formación, cabe destacar el **Grado profesional de Danza Contemporánea** finalizado en el 2023 del Conservatorio Profesional de Danza de Lugo.

Dentro de su experiencia como intérprete, tenemos la de bailador del espectáculo **Isolma** de la compañía de baile GS21 en el año 2007. La de bailador del espectáculo **Alén da Croa** de la compañía Quique Peón Cía en el año 2012 y **Amizade** en el 2013. La de bailador del espectáculo **Son** de 2016 a 2018 en la compañía Nova Galega de Danza.



dirección artística y coreo- grafía



COLECTIVO VACA**burra**

Acompañando a Fran Sieira en la **dirección artística**, contamos con el **Colectivo VACA**burra****.

VACAburra**** es el resultado de la colisión de dos artistas, **Andrea Quintana** y **Gena Baamonde**, una vaca y una burra que unen sus inquietudes y trayectorias en un proyecto común que gira en torno a la **creación escénica** y **coreográfica en clave contemporánea**. Su trabajo tiene como eje central el lenguaje del propio cuerpo, una escena política atravesada por una **mirada transfeminista y disidente**, con el humor como herramienta necesaria. Un baile continuo, un tentar intentando, abrir grietas en los muros, fuerza bruta en **estado salvaje**.

Ellas en conjunto harán este **acompañamiento de dirección y movimiento**, siendo la mirada externa de este **íntimo proceso creativo**.



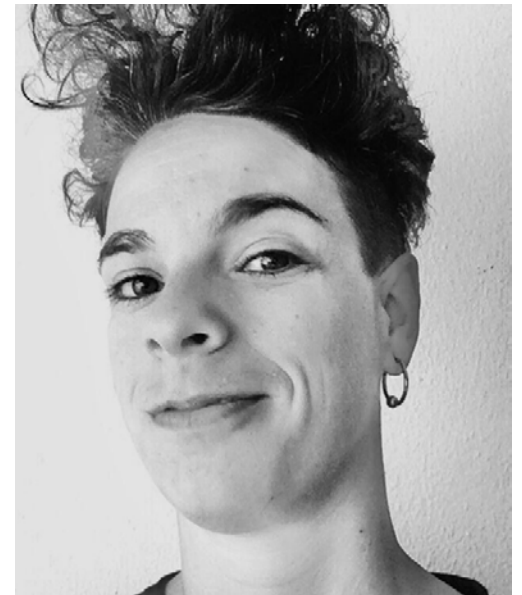
GENA BAAMONDE

Creadora, directora, investigadora e intérprete con una amplia trayectoria artística en el campo de la práctica escénica y de la creación contemporánea. Interesada en las **prácticas artísticas bastardas** y en los cuestionamientos de la tríada **sexo-género-sexualidad** que atraviesan los cuerpos. Formada en **artes escénicas, movimiento y dramaturgia**, también tiene formación en **igualdad, género y diversidad sexual**. Acaba de defender su tesis doctoral, ***Sexualidades Des-Generadas en la práctica escénica contemporánea***. Entre sus últimos proyectos escénicos, destaca la dramaturgia y dirección del espectáculo ***Elisa e Marcela*** para A Panadaría Teatro, trabajo que recibió, entre otros, el Premio María Casares a Mejor Dirección y Mejor Texto Original, el Premio Luísa Villalta de Igualdad y el XIV Premio LGBT del colectivo ALAS. Dirigió el espectáculo ***Neorretranca y Posmorriña*** para el Centro Dramático Gallego. Junto a Andrea Quintana crea el colectivo artístico VACAburra, con el que crean las piezas ***O raro é que bailar sexa raro***, ***Metodoloxías Carroñeras para corpos invertidos*** y ***Festina Lente*** en coproducción con el Centro Coreográfico Gallego.

ANDREA QUINTANA

Bailarina, coreógrafa, diplomada en danza clásica, formada en **danza contemporánea** en Madrid, Barcelona y Bruselas. Estudia **Anatomía Aplicada al Deporte** en Euskadi, en Bélgica estudia **dibujo, escultura e Hª del Arte** en la Academie de Beaux Arts de Saint JooseNode, estudia **ilustración** en la Escuela de Arte de San Telmo en Málaga. Trabajó como **intérprete**, entre otros, para Daniel Abreu, Voadora, Lipi Hernández, Pablo Esbert, Igor Calonge, Asier Zabaleta, Pisando Ovos, Teresa Navarrete, Hika Teatro, Carmen Werner, Patricia Ruz, Arrieritos o el CDG.

A lo largo de su trayectoria crea **seis Solos**, entre ellos ***Garabato***, premio Injuve 2012, o la pieza más reciente ***O raro é que bailar sexa raro***.





coreo- grafía

BenQuerer, como la pieza más íntima y personal del artista, profundiza en el **movimiento más genuino** de Fran Sieira como intérprete y coreógrafo de la mano de **Andrea Quintana**. Esa interpretación de nuestro folclore desde un marco contemporáneo es su sello más característico, donde el baile tradicional, la danza gallega y los movimientos más contemporáneos se funden de una manera que **difumina las líneas de cada uno de los lenguajes**, creando, de este modo, un lenguaje propio de **vanguardia como reflejo de nuestra tradición**.

La coreografía navega entre lo tradicional y el movimiento más contemporáneo a través de la creación del propio Fran Sieira y Andrea Quintana.



mú sica

El espacio sonoro de *BenQuerer* gira alrededor de **cinco temas** pertenecientes a la discografía de **Caamaño&Ameixeiras**.

Como fan acérrimo del grupo folc, Fran Sieira siempre quiso ponerle movimiento a sus músicas y qué mejor manera que hacerlo con la pieza más personal del artista, **su primer solo de danza**.



CAAMAÑO&AMEIXEIRAS

Sabela Caamaño (acordeón cromático) y **Antía Ameixeiras** (violín y voz) forman **Caamaño&Ameixeiras**, un dúo gallego ligado a la música y al baile de raíz. Desde su nacimiento, en 2018, este dúo cuenta con una intensa trayectoria, tanto a nivel nacional como internacional. Tomando como punto de partida **la tradición**, el dúo construye un lenguaje **propio y singular**, a través de composiciones y arreglos personales y vivos que dialogan orgánicamente con ella, preservando la **esencia de lo popular** e incorporando a la vez **recursos contemporáneos**. Destaca también el cuidado y la solidez interpretativa del dúo, fruto de una **profunda y amplia formación musical e instrumental**. Su propuesta sitúa la emoción y la expresión en el centro, reivindicando la música de raíz como un espacio de creación, **riesgo y libertad**.

Discografía: **Aire!** (Segell Microscopi, 2021) (Premio Martín Códax de la Música 2021 en la categoría de Folk, 1º Premio en el Folkez Blai 2021 (Ermua, País Vasco), Premio Opinión de la Música de Raíz al disco del año 2021), **Quitar o aire** (Raso Estudio, 2023), con **Hevi** (Malandrómeda) a los mandos de la producción.

vestu-

El vestuario forma parte de un todo, consiguiendo una perfecta consonancia con la obra y con el tema a tratar y buscando conexiones con el imaginario colectivo, teniendo en cuenta en todo momento el espacio escénico, la luz y el espacio sonoro. **Jugando con volúmenes**, con una paleta de colores que va del blanco crudo al marrón oscuro, **acercándonos a la tierra**, con referencias a las **zuecas** como calzado tradicional y grandes **cestas de carga** en la cabeza como posibles contenciones de movimiento, apoyando la dramaturgia de la obra.



Èrica Oubiña es la encargada de la creación de un vestuario que **romperá con las identidades de género tradicionales**, reflejo de una sociedad plural y diversa.

Desde sus inicios en la Facultad de Diseño, comienza a colaborar y trabajar en distintos proyectos de las artes escénicas, destacando su trabajo de 2019 con la obra **Leira**, de la compañía Nova Galega de Danza, como diseñadora de vestuario. En los últimos años, concilia su trabajo como **cofundadora y diseñadora en Ìk Studio** con el diseño de vestuario para artes escénicas, destacando también su participación en obras como **Credo**, obra para el cierre de la Puerta Santa de 2022 realizada por Nova Galega de Danza, o **Balor**, obra de teatro de la compañía Artesacía, **Ceibe** y **Un Baile Ceibe** de Fran Sieira, compañía de danza y **Ronda**, el nuevo álbum de Mondra.



ilumi na -ción

El **diseño de iluminación** corrió a cargo de **Fidel Vázquez Díaz**, iluminador con una amplia trayectoria en el campo del teatro y la música en Galicia. La luz ayuda a ambientar un espacio escénico para el trato de una **temática con muchas luces y sombras** a lo largo de los años. De esta manera, contextualizamos situaciones complicadas para el ojo del espectador, haciéndolo **partícipe de sensaciones**.

Es un trabajo meticuloso acorde al momento escénico que apoyará a la coreografía en todo momento, ensalzando nuestra principal herramienta de expresión: **nuestro baile tradicional**.

La luz es una pieza fundamental en un espectáculo de danza donde trabajamos la **fisicalidad y la estética** dentro de una fuerte contextualización y una clara dramaturgia.



**FIDEL
VÁZQUEZ
DÍAZ**

Fidel Vázquez Díaz es iluminador, técnico de escena, operador de mesa y músico lucense con una amplia experiencia profesional como iluminador, con **más de cincuenta obras** desde el año 2002. Entre la variedad de proyectos en los que ha trabajado podemos encontrar **obras de teatro, danza, cabaret, cine y música**.

Cabe destacar que forma parte del **Grupo Chévere**. Nominado a los premios Mestre Mateo 2019 a mejor dirección de fotografía por **Eroski Paraíso**, entre otros, y Premio María Casares 2014, a la mejor iluminación por **Eurozone**.

ficha artística

FECHA DE ESTRENO

6 y 7 de febrero de 2026 en el
Teatro Principal de Santiago de
Compostela.

| TÍTULO DEL PROYECTO **BenQuerer**

| COMPAÑÍA **Fran Sieira, compañía de danza**

| AUTORÍA **Fran Sieira**

| COREOGRAFÍA **Fran Sieira y Andrea Quintana**

| DIRECCIÓN ARTÍSTICA **Fran Sieira y Colectivo VACAburra (Gena Baamonde y Andrea Quintana)**

| BAILADOR **Fran Sieira**

| MÚSICA EN DIRECTO **Caamaño&Ameixeiras (Sabela Caamaño y Antía Ameixeiras)**

| VESTUARIO **Èrica Oubiña**

| ILUMINACIÓN **Fidel Vázquez**

| ESPACIO SONORO **Isaac Millán**

| ESPACIO ESCÉNICO **Fran Sieira**

| CESTERÍA **Fran Sieira**

| FOTOGRAFÍA **Aigi Boga**

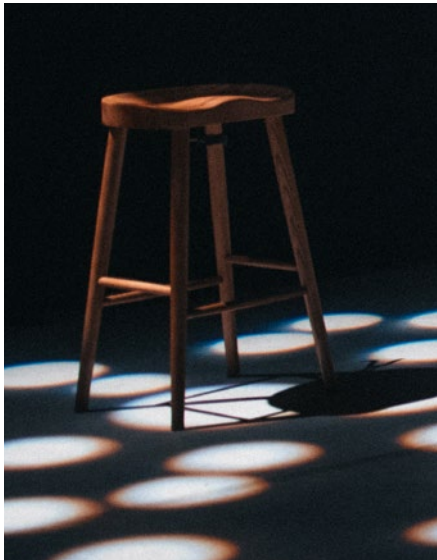
| CARTEL **NoveNoel**

| FOLLETO Y DOSSIER **Sol Álvarez**

| DINÁMICA POSFUNCIÓN **Nancy Silva y Thais Núñez**

| DISTRIBUCIÓN **Urdime**

ficha técnica

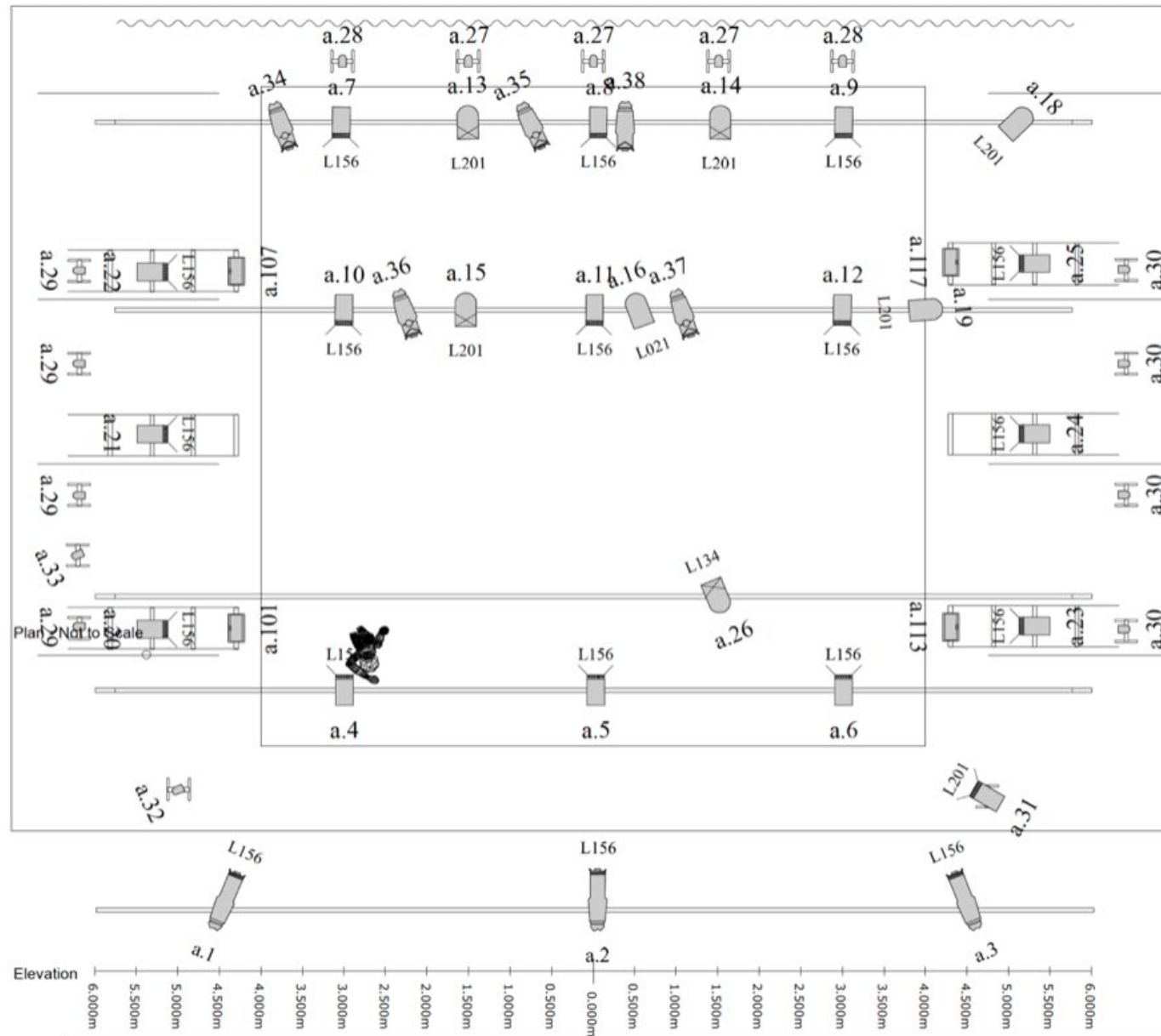


- Espacio escénico de 8x8 metros.
- Cámara negra a la italiana.
- Telón negro.
- Linóleo blanco (aporta cía).



ILUMINACIÓN

- 16 PC 1Kw.
- 4 PAR 64 lámp cp60 (Nº1).
- 4 PAR 64 lámp cp61 (Nº2)
- 3 Recortes 15/30°.
- 5 Recortes 25/50° (4 con Portagobo).
- 15 PAR 16 (aporta cía).
- 4 Strobos RGB (aporta cía).
- 6 torres de callelmager.
- Máquina de humo tipo Hezer o de partículas.
- 36 canales de dimmer (1 solo universo).



BENQUERER



diseño de luces:

Fidel Vázquez

+34 607947797

fvazquezdiaz@miraxe.coop

WWW.Miraxe.coop

Symbol	Name	Count
	PC 1 Kw	16
	Recorte 25/50 Zoom	1
	Recorte 25/50 Zoom con portagobo	4
	Recorte - 15/30 Zoom	3
	PAR 64 cp61	4
	PAR 64 cp62	3
	PAR 16 (aporta a cia)	15
	Strobe RGB (aporta a cia)	4

SONIDO

MICROFONÍA

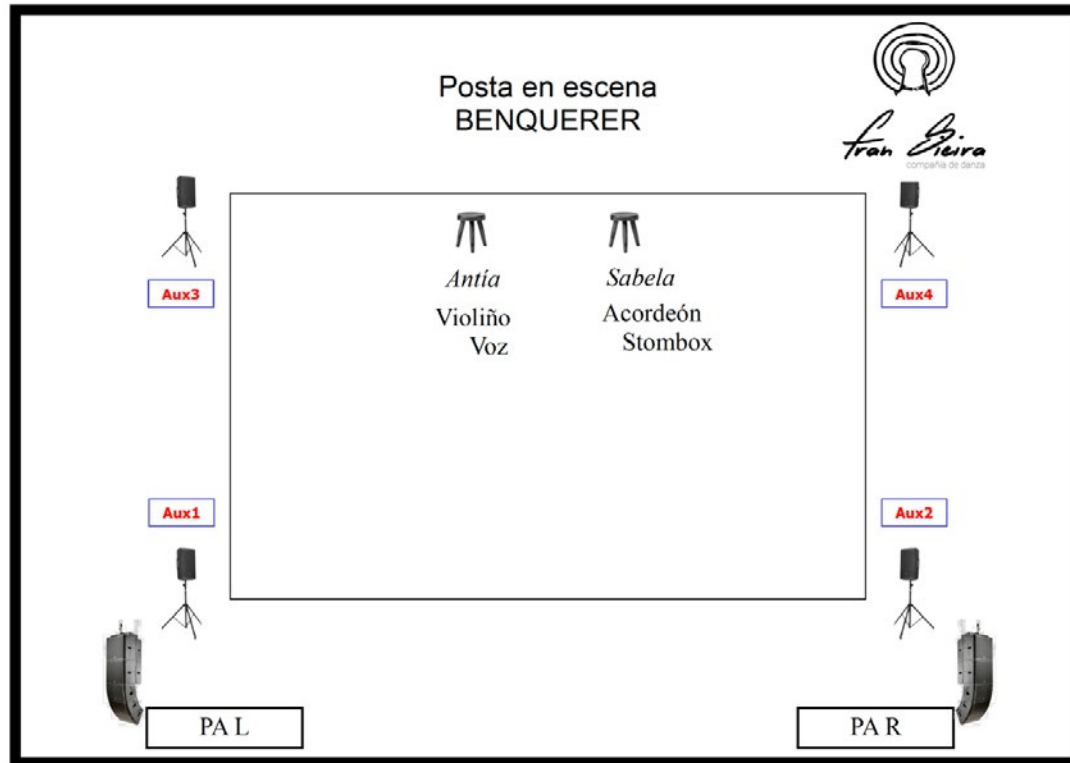
- Voz Antía: **Diadema+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Violín: **DPA 4099+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Acordeón melodía: **Beta 98+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Acordeón bajos: **Línea+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Stombox: **DI tipo radial o BSS.**

**Los sistemas sin cable y la microfonía será aportada por la compañía.

MONITORAJE

El sistema de monitores está compuesto por 4 cuñas de mínimo 12 pulgadas en trípode que aporten el suficiente SPL para cubrir el escenario. Irán situados uno en cada esquina y los 4 con envíos independientes.





MESA DE PA

Preferentemente digital de calidad profesional de como mínimo 8 canales y 4 envíos pre fader, más 2 post fader. Ideal con conexión a router para hacer el monitoraje con tablet.

Centrada y sin obstáculos para una buea escucha!!!

Debe calcularse en función del área a cubrir (105 Db SPL mínimo sin distorsión en la mesa de control) y calidad aceptable. Es importante, por el estilo, que tenga una buena respuesta en graves. Si es posible que esté dispuesta con vía independiente para subgraves.







Fran Sieira

fran@fransieira.com

Web: www.fransieira.com

Instagram: [@fransieiradanza](https://www.instagram.com/fransieiradanza)

Facebook: [@fransieiradanza](https://www.facebook.com/fransieiradanza)

Distribución

Urdime

981 937 424 | 619 920 335

ola@urdime.net

Web: www.urdime.gal

