

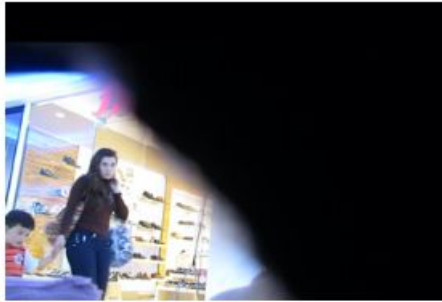
# PROCESSO DE CRIAÇÃO

Videoarte e métodos de gravação experimental

Tópicos Especiais em Poéticas Visuais e Processos de Criação II  
Hermes Renato Hildebrand

Mónica Pulido Vasquez

2022



2012- Início da experimentação com  
câmera escondida e espões

exercícios de olhar, 2012

Rotura de ejercicio: (3100) No 00  
 Pasas y diferentes maquina  
 ritmo diferente de vibración  
 enfoque plano y direccionamiento

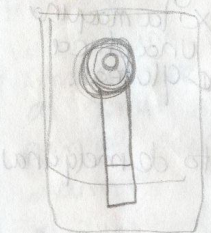
- 1 Cardiovascular
  - 2 Pesas
  - 3 Intermedias
- Proteccion a maquinas  
 cuerpos partes  
 La Eliminación

\* Sujetos asistidos  
 Motrices Cardiovascular  
 aerobicos

Hombres - Pesas

\* Punto de vibración

No steady cam  
 con simulo



\* equipos de deporte



Balaca  
 retazo

Cadena (con boton)

Brazo (boton)  
 bolillo falso  
 Camara

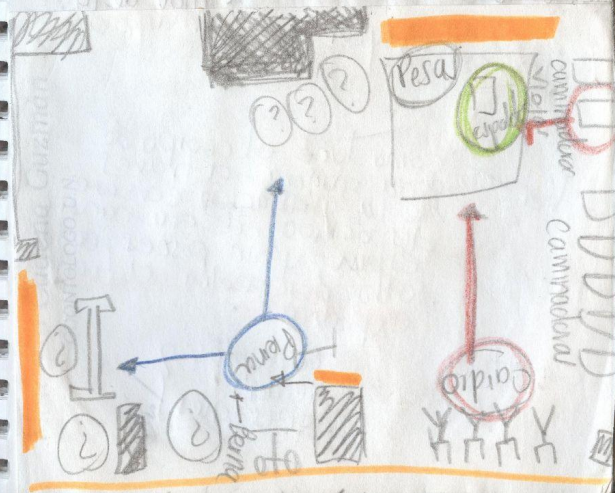
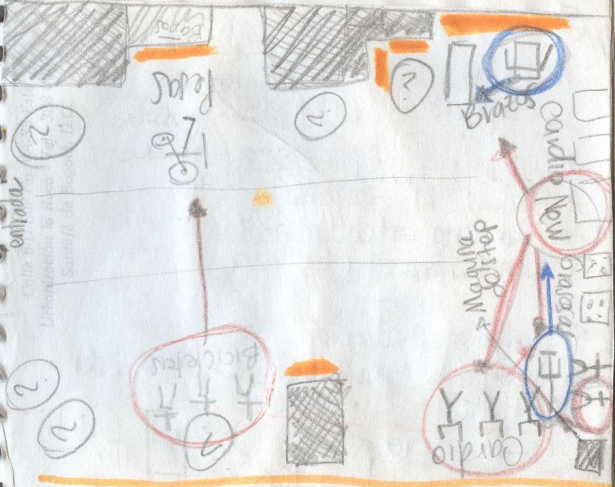
Relog

manilla en cuero

Bodilla  
 Chubon

Balaca

generador de potencia D.C.  
 Episcopio 12-1000 - 147 - 288 0003  
 Calle D 2m 120 - 47 32 1288



Leg Extensión	4x15	FL	Halcones adelante	4x20	FL	Press plano	4x15	FL
Abductor	4x15	FL	Remo al piso	4x20	FL	Press inclinado	4x15	L/f
Abductor	4x15	FL	Remo Hammer	4x20	FL	Pull Over	4x15	FL
Extensión tubo mb	4x15	FL	Elevación frontal	4x15	FL	Curl M6	4x15	FL
Patada de burro mc	4x15	FL	Elevación lateral	4x15	FL	Curl polea	4x15	FL
Leg Curl	4x15	FL	Arriba de Lumbares	4x15	FL	Crunch	4x25	FL
Push Down	4x15	FL	Martes / Viernes					
Copa	4x15	FL	1 semana Lateral 2 semana Abad 3 semana frontal					
Impresión lateral	4x20	FL	Miércoles / Jueves					
			L/A Ritmo Maquinas Cardiovascular de Colantamento + Maquiras del dia +					

# Rascunhos

Maquina	Partes	Posición	Mov.	Parte que se trabaja	# Video
Remo al piso		sentado	↔	espalda pectorales	1
Remo Hammer		sentado	↔	espalda otras	
Press Plano	Pesas	acostado	↑↓	Pectorales	
Press inclinado	Pesas	acostado	↑↓	Pectorales	
Pull over	Pesas	acostado	↑↓	Dorsal (otras)	
Lumbares		apoyado	↑↓	Lumbares	
Crunch		acostado	↑↓	Abdominales	

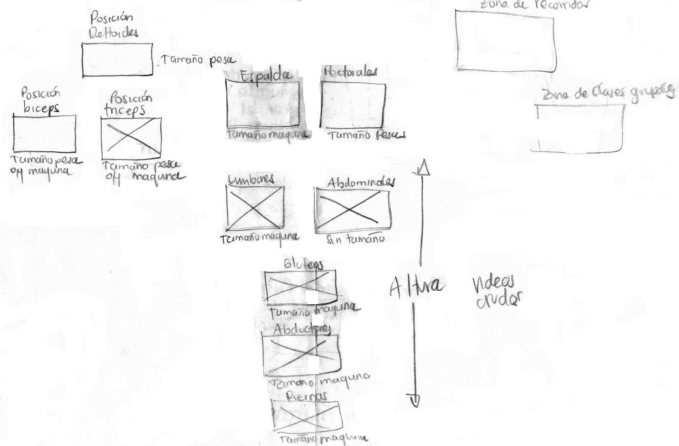
  

Punto superior: Cuello, Pull-over Dorsal, Remo a Pie, Remo tenor, espaldas, Press Plano, Press inclinado, Pectorales  
 Punto intermedio: Wrist muñeca, Push Down x 1, Curl M6, biceps, Curl polea, Cril polea, Lumbares x 2, Abdominales x 2  
 Punto inferior: Aductores x 2, Extension otro x 2, Extension Gluteo x 2, Leg extension x 1

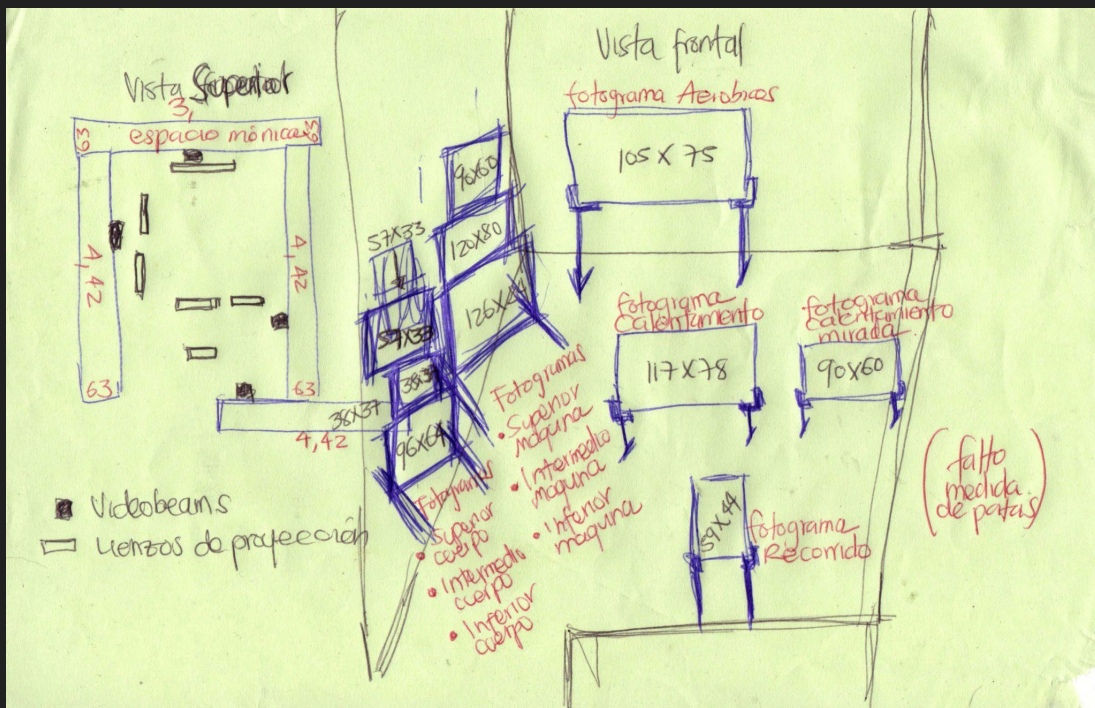
  

Recomiendo	
Calentamiento	
Punto superior	6 de pie 4 sentados ↔ 3 acostados ↓
1 video	9 Pesas
Punto intermedio	
1 apoyado	↓
1 acostado	↓
Punto inferior	
2 sentados ↔	↓
2 apoyados/pie	↓
Clases grupales	

Posiciones según la parte del cuerpo  
tamaño imagen de las máquinas



Video del cuerpo del ejercicio  
registro del cuerpo (ojo)



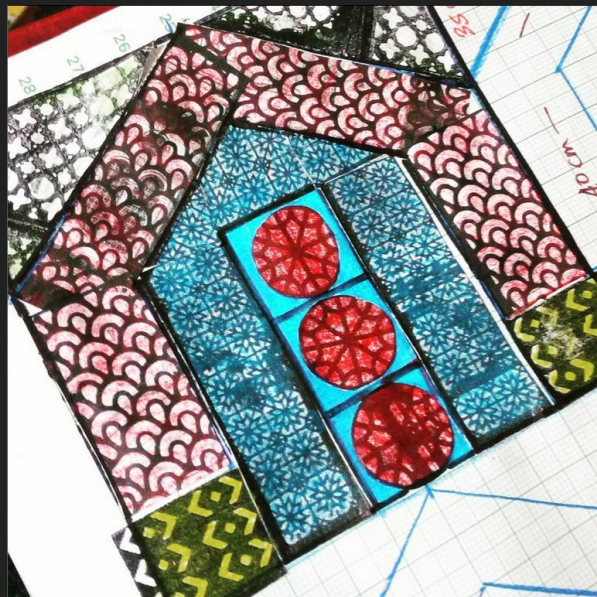
Rascunhos e Criação



Vídeo instalação



Vera-d-mirarse,2013



processo de criação

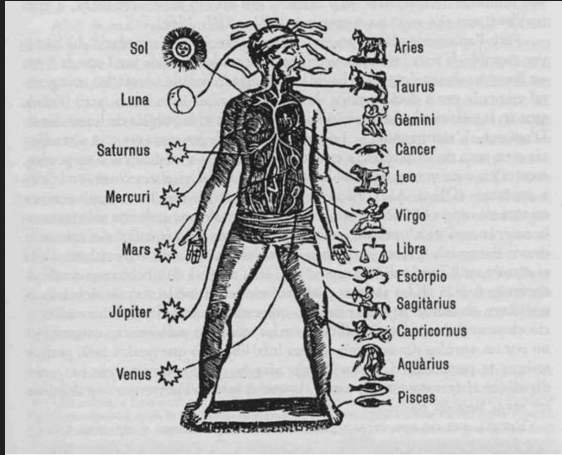




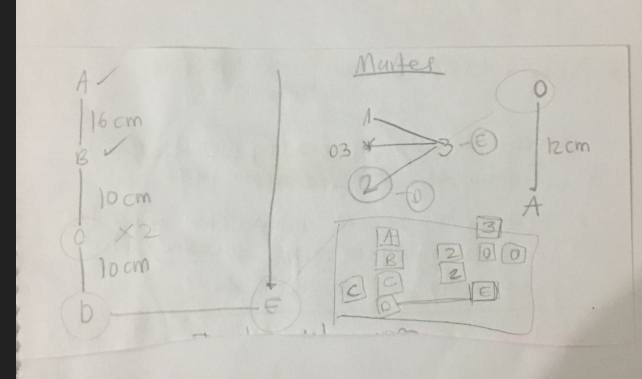
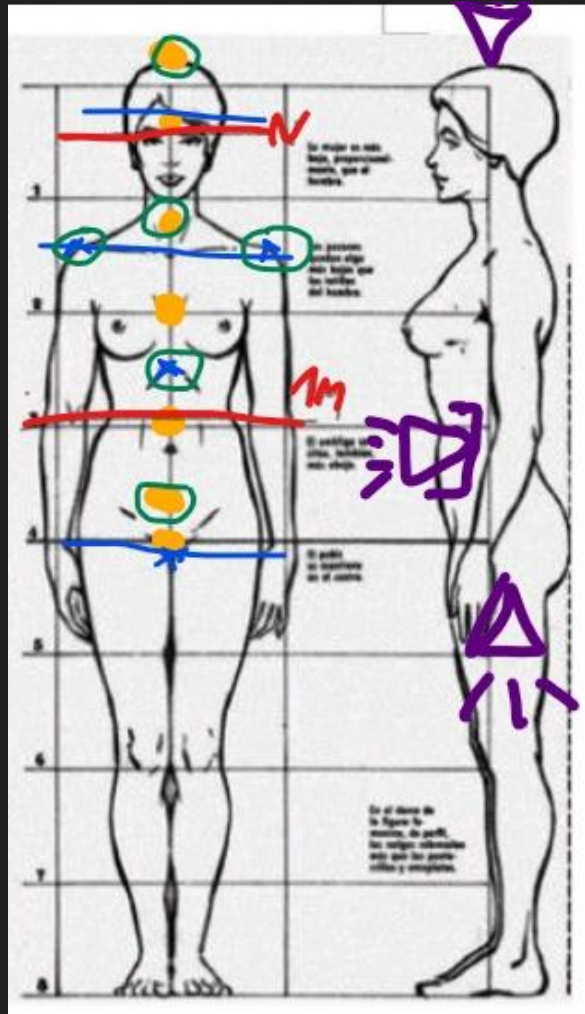
Vídeo instalação



Las flores del deseo, 2017-8

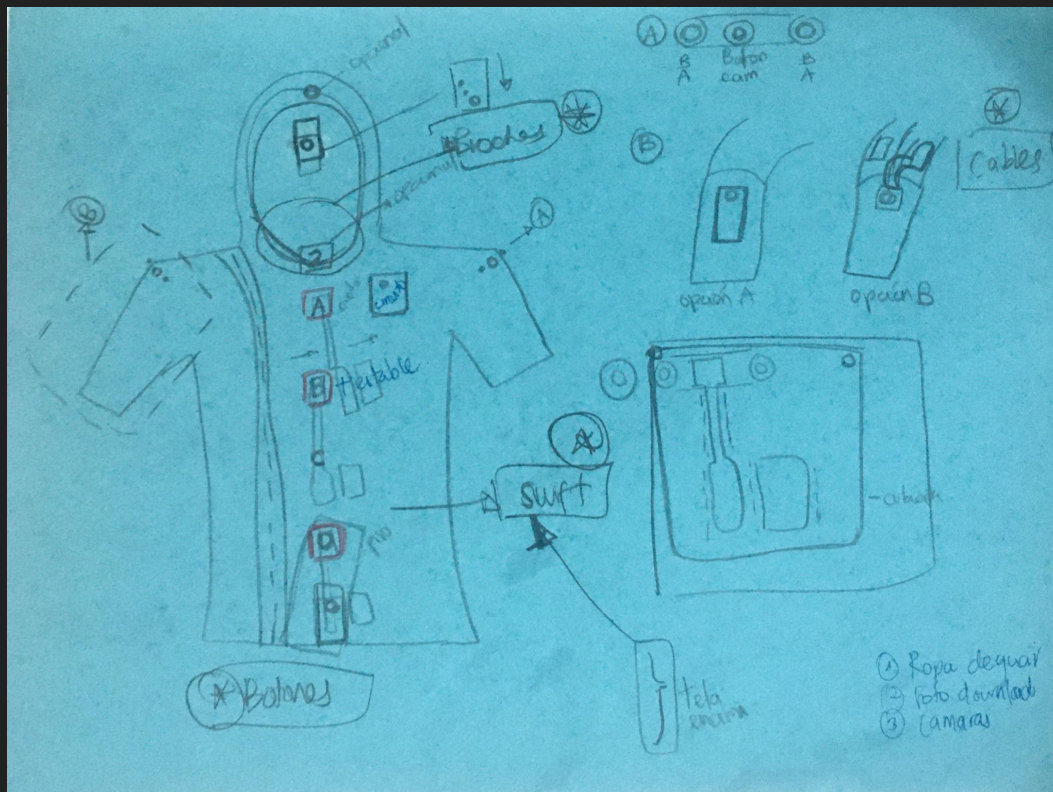


## Rascunhos e ideias









esboço de roupas

# processo de criação de artefatos têxteis

