

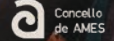
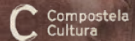
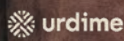
Fran Sieira báilalle a Caamaño&Ameixeiras

Ben Querer



Fran Sieira

Caamaño & Ameixeiras



ÍN DICE

FRAN SIEIRA, COMPAÑÍA DE DANZA	3
TRAXECTORIA	4
QUE É BENQUERER?	5
UN MOMENTO PARA BENQUERER(NOS)	6
ACCESIBILIDADE	6
EQUIPO ARTÍSTICO	7
FICHA ARTÍSTICA	14
FICHA TÉCNICA	15
GALERÍA DE IMAXES	19
CONTACTO	22



FRAN SIEIRA

compañía de danza

Creada no 2017, fundamenta o seu traballo nunha revisión do folclore galego dende un marco contemporáneo. A compañía estuda o movemento a través do baile tradicional galego e utilízao como o seu principal mecanismo de expresión, creando **unha linguaxe do movemento de vangarda como reflexo da nosa tradición.**

A través da creación colectiva achega **proxectos artísticos con vocación social** e con moi boa acollida entre o público. Dende as marxes, a compañía crea espectáculos que teñen a vontade de xerar conciencia social e devolverlle á sociedade aquilo co que a inspirou.



tra xec to RIA



As manifestacións artísticas como compañía profesional comezan no 2018. Entre os seus traballos *para sala* destacan: **EntreSoños** (2018); **DeMente** (2021) a través das Axudas á creación da Xunta de Galicia, programada en Camino Escena Norte 2022; **Ceibe** (2024) a través das Axudas á creación da Xunta de Galicia, seleccionada para os Catálogos Platea 2024 e 2025.



Os principais traballos *para rúa e espazos non convencionais* son: **Coreografías dun DeMente** (2021), seleccionada para a Rede Acieloabierto 2022, participou nos Festivais Internacionais de Lorient, Francia (2022), e Manizales e Medellín, Colombia (2023), seleccionada no Catálogo Danza a Escena 2023; **NeutrX** (2022); **Un Baile Ceibe** (2025), seleccionada para a Rede Acieloabierto 2025 e para o Catálogo Danza a Escena 2026.

QUE é BENQUERER?

BenQuerer é unha peza íntima e emocional que conecta co cotiá, co día a día, e cos nosos procesos de adaptación ante os cambios. Non fala da felicidade permanente, nin de estar sempre ben: fala de aceptar os momentos **nos que o corpo di basta**, de coidarse e de aprender a **poñer límites**.

Nun mundo de constante cambio, nun sistema que premia producir, avanzar, continuar, ... **podemos permitirmos parar?** Podemos mostrarnos vulnerables, sen medo ao xuízo ou a ser vistas como fráxiles?

Desde as marxas e sempre con perspectiva de xénero esta nova proposta de Fran Sieira ofrece o resultado do proceso creativo máis persoal da súa carreira artística, onde a través do seu propio relato convida a reflexionar sobre a importancia do autocoidado emocional, o amor propio e o **respecto a unha mesma**.

BenQuerer, estreada o 6 e 7 de febreiro no Teatro Principal de Santiago de Compostela, é o primeiro **Só de danza** da compañía onde o propio **Fran Sieira** como intérprete está **acompañado** en escena **pola música en directo** do grupo galego **Caamaño&Ameixeiras**. Peza coreográfica de **55 minutos** de duración en **formato de sala**, pero adaptable a espazos non convencionais, con **dirección artística** do propio **Fran Sieira** e o **Colectivo VACAburra**, Andrea Quintana e Gena Baamonde, **coreografía** de **Fran Sieira** e **Andrea Quintana**, **vestiario** de **Èrica Oubiña**, **iluminación** de **Fidel Vázquez** e **espazo sonoro** de **Isaac Millán**.

A **produción** de **BenQuerer** foi levada a cabo con recursos propios da compañía e coa **colaboración** das **Residencias Atopémonos Bailando**, o **Concello de Santiago de Compostela**, **Concello de Ames** e **Codisoil SA**.

un MOMENTO para BENQUERER (nos)

BenQuerer non finaliza despois dos saídos, ao remate da obra temos un momento para todas nós. Facémosvos partícipes dunha pequena posfunción na que nos achegamos ao traballo das artistas e abrimos un espazo de diálogo para compartir reflexións arredor do autocoidado.

Para esta actividade de mediación precisamos da axuda do público: propoñémoslles que antes do comezo da función cubran este pequeno cuestionario anónimo. Coas súas respostas acadaremos certa información da audiencia da que hoxe forman parte e enriquecer, deste xeito, a dinámica.

O público accederá ao cuestionario a través do seguinte código QR que atoparán nos seus folletos de man:



ACCESIBILIDADE EN BENQUERER

BenQuerer pode ser máis accesible grazas á reserva de butacas preferentes e as seguintes medidas (previo acordo con cada espazo):

- Bucle magnético individual.
- Mochilas vibratorias.
- Intérprete de LSE no faladoiro posfunción.
- Folleto coas letras das cancións.
- Paseo táctil previo.
- Folleto en braille.

equi po artís- tico



FRAN SIEIRA

Bailador dende os 8 anos (en 1990) na escola do Grupo de Baile e Música tradicional **Tahúme de Ribeira**.



A partir do ano 1997 comeza o seu camiño como bailarador titular de esta mesma agrupación e xa no ano 2003 consolida a súa formación como bailarador dentro do corpo de **bailadores do Grupo para a recuperación de Bailes, Músicas e Cantares tradicionais da A.C.F O Fiadeiro de Vigo**, e ademais neste mesmo ano asume a **dirección artística** do Grupo de Baile e Música tradicional Tahúme. Do ano 2004 ao 2009 pasa a formar parte do equipo docente da escola da A.C.F. O Fiadeiro como mestre de baile tradicional. En 2009 nace a Asociación Cultural Traspés da que é **socio fundador** e na que asume a **dirección artística** do Grupo de música e baile tradicional.

Dentro da súa formación cabe destacar o **Grao profesional de Danza Contemporánea** acadado no 2023 no Conservatorio Profesional de danza de Lugo.

Dentro da súa experiencia como intérprete temos a de bailarador do espectáculo **Isolma** da compañía de baile GS21 no ano 2007. A de bailarador do espectáculo **Alén da Croa** da compañía Quique Peón Cía no ano 2012 e **Amizade** no ano 2013. A de bailarador do espectáculo **Son** de 2016 na compañía **Nova Galega de Danza**.



dirección artística e coreo- grafía



COLECTIVO VACA**burra**

Acompañando a Fran Sieira na dirección artística contamos co Colectivo VACA**burra**.

VACA**burra** é o resultado da colisión de dúas artistas, **Andrea Quintana** e **Gena Baamonde**, unha vaca e unha burra que unen as súas inquedanzas e traxectorias nun proxecto común que xira en torno á **creación escénica e coreográfica** en clave contemporánea. O seu traballo ten como eixo central a linguaxe do corpo, unha escena política **atravesada** por unha ollada **transfeminista e disidente**, co humor como ferramenta necesaria. Un baile continuo, un tentar tentando, abrir fendas nos muros, **forza bruta en estado salvaxe**.

Elas en conxunto farán este acompañamento de dirección e movemento, sendo a mirada externa deste **íntimo proceso creativo**.



GENA BAAMONDE

Creadora, directora, investigadora e intérprete con una ampla traxectoria artística no campo da práctica escénica e da creación contemporánea. Interesada nas **prácticas artísticas bastardas** e nos cuestionamentos da tríade **sexo-xénero-sexualidade** que atravesan os corpos. Formada en artes escénicas, movemento e dramaturxia, así mesmo ten formación en igualdade, xénero e diversidade sexual. Acaba de defender a súa tese doutoral, ***Sexualidades Des-Xeneradas na práctica escénica contemporánea***. Entre os seus últimos proxectos escénicos, destaca a dramaturxia e dirección do espectáculo ***Elisa e Marcela*** para A Panadaría Teatro, traballo que recibiu, entre outros, o **Premio María Casares á Mellor Dirección e Mellor Texto Orixinal**, o Premio **Luísa Villalta** de Igualdade e o XIV Premio **LGBT do colectivo ALAS**. Dirixiu o espectáculo ***Neorretranca e Posmorriña*** para o Centro Dramático Galego. Xunto a Andrea Quintana crea o colectivo artístico **VACAburra**, con el que crean as pezas ***O raro é que bailar sexa raro***, ***Metodoloxías Carroñeras para corpos invertidos*** e ***Festina Lente*** en coprodución co Centro Coreográfico Galego.

ANDREA QUINTANA

Bailarina, coreógrafa, diplomada en danza clásica, formada en danza contemporánea en Madrid, Barcelona e Bruselas. Estuda **Anatomía Aplicada ao Deporte** en Euskadi, en Bélxica estuda **debuxo**, escultura e **Hª do Arte** na Academie de Beaux Arts de Saint JooseNode, estuda **ilustración** na Escola de Arte de San Telmo en Málaga. Traballou como intérprete, entre outros, para Daniel Abreu, Voadora, Lipi Hernández, Pablo Esbert, Igor Calonge, Asier Zabaleta, Pisando Ovos, Teresa Navarrete, Hika Teatro, Carmen Werner, Patricia Ruz, Arrieritos ou o CDG. Ao longo da súa traxectoria crea seis Sos, entre eles ***Garabato***, premio Injuve 2012 ou a peza máis recente ***O raro é que bailar sexa raro***.





coreo- grafía

BenQuerer, como a peza máis íntima e persoal do artista, afonda no movemento máis xenuíno de Fran Sieira como intérprete e coreógrafo. Esa interpretación do noso folclore dende un marco contemporáneo é o seu selo máis característico, donde o **baile tradicional**, a **danza galega** e os movementos máis contemporáneos fúndense dun xeito que esvaen as liñas de cada unha das linguaxes creando, deste xeito, unha **linguaxe propia de vangarda** como reflexo da nosa tradición.

A coreografía navega entre o tradicional e o movemento máis contemporáneo a través da creación do propio Fran Sieira e Andrea Quintana.



mú sica

O espazo sonoro de BenQuerer xira ao redor de cinco temas pertencentes á discografía de Caamaño & Ameixeiras. Como fan acérrimo do grupo folc, Fran Sieira sempre quixo poñerlle movemento ás súas músicas e que mellor forma que facelo coa peza máis persoal do artista, o seu primeiro Só de danza.



CAAMAÑO&AMEIXEIRAS

Sabela Caamaño (acordeón cromático) e Antía Ameixeiras (violín e voz) forman **Caamaño&Ameixeiras**, un dúo galego ligado á música e ao baile de raíz. Desde o seu nacemento, en 2018, este dúo conta cunha intensa traxectoria, tanto a nivel **nacional como internacional**. Tomando como punto de partida a tradición, o dúo consegue crear unha linguaxe propia e única, con composicións e arranxos persoais e vivos que manteñen a **esencia do popular** incorporando **recursos contemporáneos** e situando a emoción en primeiro plano.

Discografía: **Aire!** (Segell Microscopi, 2021) (Premio Martín Códax da Música 2021 na categoría de Folk, 1º Premio no Folkez Blai 2021 (Ermua, País Vasco), Premio Opinión da Música de Raíz ao disco do ano 2021), **Quitar o aire** (Raso Estudio, 2023), con Hevi (Malandrómeda) aos mandos da produción.

vesti-

O vestuario forma parte dun todo, acadando unha perfecta consonancia coa obra e co tema a tratar e buscando conexións co imaxinario colectivo. Xogando con grandes volumes, cunha paleta de cores que vai do branco cru ao marrón escuro, **acercándonos á terra**, con referencias ás **zocas** como calzado tradicional e grandes cestas de carga na cabeza como posibles contencións de movemento apoiando a dramaturxia da peza.

Èrica e Fran veñen de traballar xuntas en **Ceibe**, e a conexión entre ambas, o bo entendemento e as súas sinerxías foron claves para apoiar a dramaturxia.



Èrica Oubiña é a encargada da creación dun vestuario que **romperá coas identidades de xénero tradicionais** reflexo dunha sociedade plural e diversa.

Dende os seus inicios na facultade de Deseño, comeza a colaborar e traballar en distintos proxectos de artes escénicas destacando o seu traballo de 2019 coa obra **Leira**, da compañía Nova Galega de Danza, como deseñadora de vestuario. Nos últimos anos concilia o seu traballo como cofundadora e deseñadora en **Ìk Studio** co deseño de vestuario para artes escénicas, destacando tamén a súa participación en obras como **Credo**, obra para o Peche da Porta Santa de 2022 realizada por Nova Galega de Danza, **Balor**, obra de teatro da compañía Artesacía, **Ceibe** e **Un Baile Ceibe** de Fran Sieira, compañía de danza e **Ronda** o novo Albúm de Mondra.

ilumi na -ción

Na iluminación contamos con Fidel Vázquez Díaz, iluminador cunha ampla traxectoria no eido do teatro, a danza e a música en Galicia. A luz axudará a ambientar un espazo escénico para o tratamento dunha temática con **moitas luces e sombras ao longo dos anos**. Deste xeito contextualizaranse situacións complicadas para o ollo do espectador chegando a facelo partícipe do imaxinario da obra.

A luz é unha peza fundamental para só de danza onde traballamos a fisicalidade e a estética a través **do noso propio corpo**. Fidel será o encargado de iluminar a escuridade deste relato autobiográfico cheo de luces e sombras.



**FIDEL
VÁZQUEZ
DÍAZ**

Iluminador, técnico de escena, operador de mesa e músico lucense que conta cunha longa experiencia profesional como iluminador, con máis de cincuenta obras dende o ano 2002. Entre a variedade de proxectos nos que traballou, pódense atopar obras de teatro, danza, cabaret, cine e música.

Cabe destacar que forma parte do **Grupo Chévere**. Nomeado aos premios Mestre Mateo 2019 a mellor dirección de fotografía por **Eroski Paraíso**, entre outros, e Premio María Casares 2014, á mellor iluminación por **Eurozone**.

ficha artística

DATA DE ESTREA

6 e 7 de febreiro de 2026 no
Teatro Principal de Santiago de
Compostela.

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

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

TÍTULO DO PROXECTO **BenQuerer**

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

| AUTORÍA **Fran Sieira**

| COREOGRAFÍA **Fran Sieira e Andrea Quintana**

| BAILADOR **Fran Sieira**

| VESTIARIO **Èrica Oubiña**

| ILUMINACIÓN **Fidel Vázquez**

| ESPAZO SONORO **Isaac Millán**

| ESPAZO ESCÉNICO **Fran Sieira**

| CESTERÍA **Fran Sieira**

| FOTOGRAFÍA **Aigi Boga**

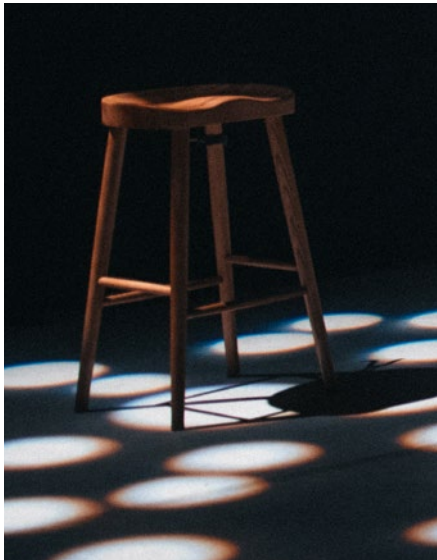
| CARTAZ **NoveNoel**

| FOLLETO E DOSSIER **Sol Álvarez**

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

| DISTRIBUCIÓN **Urdime**

ficha técnica

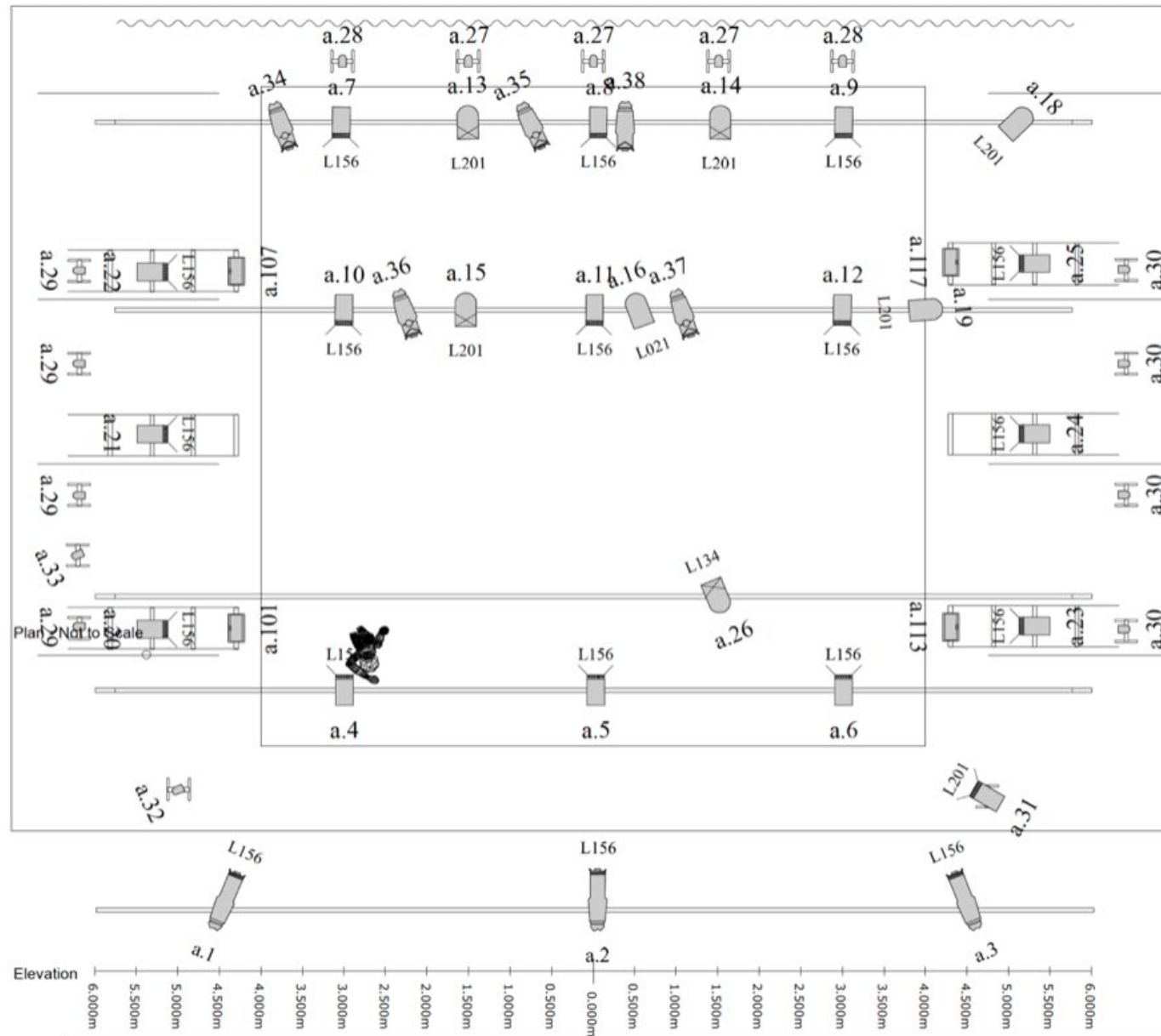


- Espazo escénico de 8x8 metros.
- Cámara negra á italiana.
- Telón negro.
- Linoleo branco (aporta cía).



ILUMINACIÓN

- 16 PC 1Kw.
- 4 PAR 64 lámp cp60 (Nº1).
- 4 PAR 64 lámp cp61 (Nº2)
- 3 Recortes 15/30º.
- 5 Recortes 25/50º (4 con Portagobo).
- 15 PAR 16 (aporta cía).
- 4 Strobos RGB(aporta cía).
- 6 torres de callelmager.
- Máquina de fume tipo Hezer ou de partículas.
- 36 canais de dimer (1 só 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

MICROFONÍA

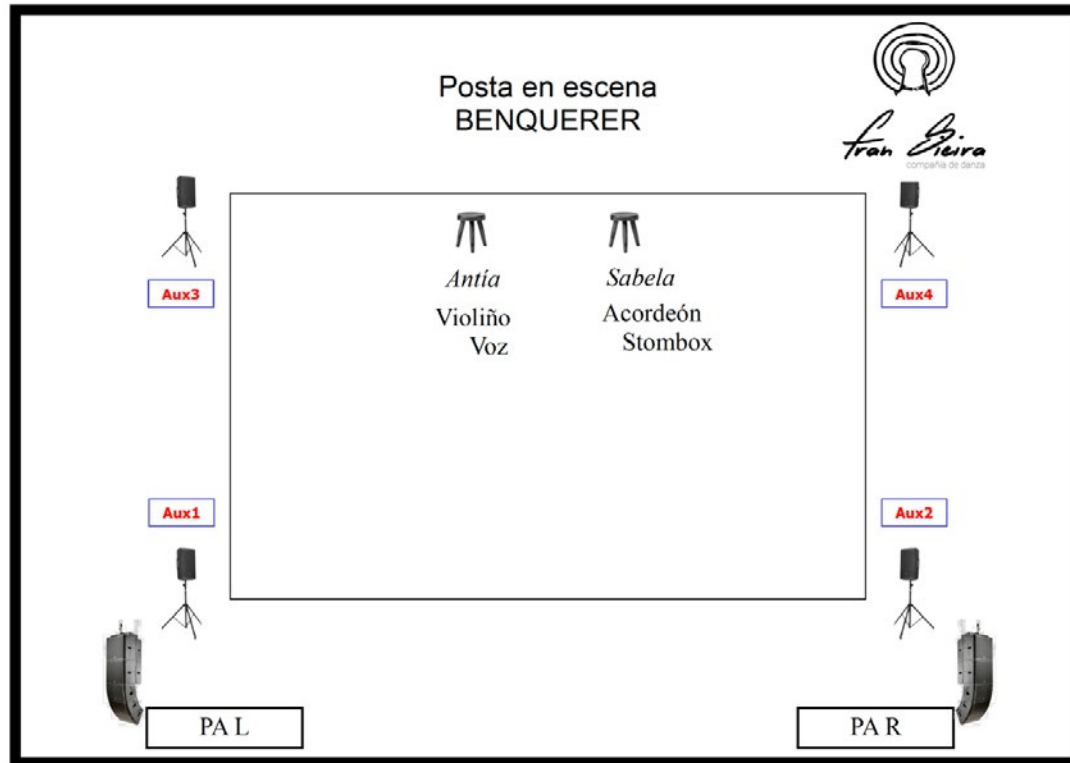
- Voz Antía: **Diadema+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Violíño: **DPA 4099+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Acordeón melodía: **Beta 98+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Acordeón baixos: **Liña+ sistema Shure ULXD (RF G50).**
- Stombox: **DI tipo radial ou BSS.**

**Os sistemas sen fíos e a microfonía será aportada pola compañía.

MONITORAXE

O sistema de monitores comporase de 4 cuñas de mínimo 12 polgadas en trípode que aporten o suficiente SPL para cubrir o escenario. Irán situados un en cada esquina e os 4 con envíos independentes.





MESA DE PA

Preferentemente dixital de calidade profesional de como mínimo 8 canais e 4 envíos pre fader, máis 2 post fader. Ideal con conexión a router para facer o monitoraxe con tablet.

Centrada e sen obstáculos para unha boa escoita!!!

Debe calcularse en función da área a cubrir (105 Db SPL mínimo sen distorsión na mesa de control) e calidade aceptable. É importante, polo estilo, que teña unha boa resposta en graves. Se é posible que esté disposta con vía independente 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

