



# DEGENÉRATE MUCHO

**UN ESPECTÁCULO  
CON MUCHO HUMOR  
Y MÚSICA EN DIRECTO**

**QUE REFLEXIONA SOBRE  
CÓMO NOS CONSTRUIMOS**

**SACUDIRÁ TU IDENTIDAD**





**SINOPSIS:**



**¿A QUIÉN SE LE OCURRIÓ DIVIDIRLO TODO EN DOS?**

**BLANCO • NEGRO, BUENO • MALO,  
VERDAD • MENTIRA, YING • YANG,  
MASCULINO • FEMENINO...**

**“SERÁS FEMENINA Y ENTRARÁS POR LA PUERTA GRANDE  
EN EL MUNDO DE LAS EMOCIONES.”**

**“SERÁS MASCULINO Y ENTRARÁS POR LA PUERTA GRANDE  
EN EL MUNDO DE LOS PRIVILEGIOS.”**

**NOSOTRAS QUEREMOS SER PERSONAS, NADA MÁS**

**ESTA ES LA HISTORIA DE UN FALLO EN EL SISTEMA**





**Creadoras de sólida trayectoria que han formado  
un dúo como su nombre indica: XL.**

Marta, formada desde lo gestual, Nía desde lo textual, ambas en la carretera desde el 2003, haciendo todo tipo de espectáculos, aprendido el oficio sin perder un ápice de arte, consolidan su proyecto común con este segundo espectáculo.

Desde 2013 llevan repartiendo humor, amor y música por los escenarios nacionales e internacionales.

Su primer espectáculo **“Abandónate Mucho”**, donde destrozan el mito del amor romántico, las llevo por festivales como Fira Tárrega, La Mostra de Igualada, Festus, TNT, Titirimundi, Escena Poblenou, Circ Cric, Eztena, Vilareal, etc... Incluso fueron invitadas por Andreu Buenafuente a su programa televisivo “Late Motiv”. Traspasando fronteras, llegan a Colombia, Miami y México.

**¡MÁS DE 400 ACTUACIONES QUE HABLAN  
DE LO NECESARIO DE SUS PROPUESTAS!**





Con este nuevo espectáculo, llenas de argumentos, sin abandonar el **sentido del humor y la música en directo** que las caracteriza, afrontan la ardua tarea de volver a deconstruirse, desde una perspectiva feminista, para resurgir mejoradas, invitándonos a participar en un festín de lágrimas y carcajadas, de contradicciones personales y colectivas, de imposiciones y rebeldía.

**¿QUIÉN DIJO QUE LAS SEGUNDAS  
PARTES NO SON BUENAS?  
¡EN ESTE CASO, SON MEJORES!**



Las  
XL



ME IMPORTAN UN CARAJO  
LOS PELOS DEL SOBACO  
¿SOY MASCULINA?



FLIPO VIENDO POR ENÉSIMA  
VEZ PRETY WOMAN  
¿SOY FEMENINA?



**FICHA  
ARTÍSTICA:**



**EN ESCENA**

Las XL: Marta Sitjà y Nía Cortijo

**IDEA ORIGINAL**

Las XL

**TEXTOS**

Las XL y Paloma Tosar

**VESTUARIO**

Laura León

**CARACTERIZACIÓN**

Dabiz Moreno

**DISEÑO Y REALIZACIÓN DE TÍTERES**

Manu Sinkeli

**ILUMINACIÓN**

Iván Monje

**PRODUCCIÓN MUSICAL**

Iván Monje

**ESCENOGRAFÍA**

Carlos Monzón

**REALIZACIÓN DE VÍDEO**

Dabiz Moreno

**DISEÑO GRÁFICO**

Myriam Cea

**CONTACTO Y  
CONTRATACIONES**

---

**[lasequisele@gmail.com](mailto:lasequisele@gmail.com)**

---

**696064249 // 661410691**

---

   
 @lasxl

   
 @lasXL

   
 @lasxl