

BALLI E DANZE

BABY DANCE
COUNTRY WESTERN DANCE
DANZA MODERNA
DANZA MODERNA-PERCORSO
ACCADEMICO
BACHATA

HIP HOP
DANZA CLASSICA
BOOGIE WOOGIE
BALLO LISCIO
BALLI DI GRUPPO

BABY DANCE

La Baby Dance é un Corso di avviamento alla Danza per Bambini dai 3 ai 5 anni, è strutturato sotto forma di Gioco e permetterà ai bambini di avvicinarsi alla danza divertendosi! I bambini impareranno attraverso semplici balletti, una corretta postura, una maggiore elasticità, ma soprattutto verranno stimolate la loro capacità di coordinazione e il ritmo musicale!

I bambini di 3 anni verranno inseriti previa valutazione dello specialista durante la lezione di prova.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
BD-RE-01	Martedì Giovedì	16,45-17,45	Elementari Redecesio	5-7 anni		REDECESIO	€ 265,00	Valentina Casorati
BD-RE-02	Mercoledì	16,45-17,45	Media Redecesio	3-4 anni		REDECESIO	€ 150,00	Valentina Casorati
BD-RO-01	Giovedì	16,15-17,00	Mattioli inferiore	3-5 anni		ROVAGNASCO	€ 150,00	Morena Galietti
BD-SC-01	Martedì	16,45-17,45	Elementari De Amicis	3-4 anni		SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Chiara Bilotta
BD-SC-02	Giovedì	16,45-17,45	Elementari De Amicis	5-7 anni		SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Chiara Bilotta

COUNTRY WESTERN DANCE

È una vera danza sportiva, con le sue regole, la sua tecnica, la sua teoria e la sua storia, anche se il suo ingrediente fondamentale è il divertimento! Rientra nella categoria dei balli di gruppo in linea (nonostante comprenda anche balli di coppia, in cerchio, ecc.), ma si differenzia per la musica su cui si eseguono i passi, tutta rigorosamente country style.

È adatta davvero a tutti: uomini e donne; adolescenti, giovani e adulti; persone in forma e gente che non ha mai fatto sport in vita propria.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
CD-RO-01	Lunedì	20,00-21,00	Mattioli Inferiore		Intermedio	ROVAGNASCO	€ 220,00	Valeria Carcaiso
CD-RO-02	Lunedì	21,00-22,00	Mattioli Inferiore		Avanzato	ROVAGNASCO	€ 220,00	Valeria Carcaiso
CD-RO-03	Mercoledì	20,00-21,00	Elementari Rovagnasco		Base	ROVAGNASCO	€ 220,00	Valeria Carcaiso

DANZA MODERNA



La danza Moderna è una disciplina che va in netto contrasto con il balletto. Essa infatti rifiuta l'utilizzo innaturale del corpo, valorizzando invece il gesto e il movimento che esprimono la personalità e la sensibilità del danzatore.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
DM-MI-01	Lunedì	16,45-18,15	Media Sabin	dai 10 anni		MILANO 2	€ 200,00	Valentina Casorati
DM-RE-01	Mercoledì	18,00-19,30	Elementari Redeceso	7-11 anni		REDECESIO	€ 200,00	Valentina Casorati
DM-RE-02	Martedì Giovedì Venerdì	17,45-19,15 17,45-19,15 18,00-19,30	Elementari Redeceso Elementari Redeceso Mattioli Inferiore	dai 10 anni	Intermedio	REDECESIO REDECESIO ROVAGNASCO	€ 435,00	Valentina Casorati
DM-RO-01	Martedì Giovedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	6-9 anni		ROVAGNASCO	€ 265,00	Morena Galletti
DM-RO-02	Martedì Giovedì Venerdì	18,00-19,30 18,00-19,30 19,00-20,30	Mattioli Inferiore Mattioli Inferiore Elementari Nenni	dai 10 anni	Open	ROVAGNASCO	€ 435,00	Morena Galletti
DM-SC-01	Giovedì	17,45-18,45	Elementari De Amicis	7-11 anni		SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Chiara Bilotta

DANZA MODERNA - PERCORSO ACCADEMICO



IL PERCORSO ACCADEMICO è diretto a tutti gli allievi dai 12 anni in su, che si iscrivono a due/tre giorni di danza moderna ed al corso DC-RO-03. Lo studio delle basi di danza classica miglioreranno le loro prestazioni negli altri stili poiché daranno al ballerino le conoscenze necessarie per eseguire i movimenti e i passi secondo le regole prestabilite dai codici della danza, risultando puliti, precisi ed eleganti qualunque sia il contesto stilistico e coreografico in cui vengono poi inseriti i vari passi. La lezione di danza classica punterà principalmente sulla preparazione e sul miglioramento tecnico e muscolare dell'allievo senza però tralasciare la parte più espressiva e comunicativa della performance. Per questo il percorso accademico è particolarmente consigliato a chi partecipa o intende partecipare a concorsi di danza.

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE L'ABBINAMENTO DI UN CORSO BI O TRISETTIMANALE DI DANZA MODERNA AL CORSO DC-RO-03. PERMETTERÀ DI AVERE QUEST'ULTIMO AD UN PREZZO AGEVOLATO pari ad €100.

BACHATA

La Bachata è un ballo caraibico originario della repubblica dominicana. Tra i generi caraibici la musica di bachata presenta un suono dolce e melodico. A renderla caratteristica è il movimento sensuale dei fianchi. I prezzi si intendono a coppia, è permessa la partecipazione singola (costo del corso 220€). Per chi si iscrive in coppia è previsto il pagamento in tre rate (40% + quota associativa + bollo al momento dell'iscrizione - 30% entro il 31-01-17 - 30% entro il 31-03-17).

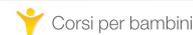
CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
BC-RO-01	Giovedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore		Base	ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliato Silvano Marcarini

HIP HOP

Questa disciplina proviene ed aderisce ai principi estetici e culturali propri del movimento Hip Hop. Elementi di breakdance, locking, popping, uprock e street dance confluiscono in un ballo divertente con elementi tecnici molto adatti ai giovani.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
HH-MI-01	Giovedì	17,00-18,00	Media Sabin	6-11 anni	Open	MILANO 2	€ 150,00	Sofia Venturelli
HH-NO-01	Martedì	16,45-17,45	Elementari Novegro	6-11 anni	Open	NOVEGRO	€ 150,00	Cristina De Togni
HH-RE-01	Venerdì	17,45-18,45	Elementari Redecesio	6-11 anni	Base	REDECESIO	€ 150,00	Riccardo Calia
HH-RE-02	Venerdì	16,45-17,45	Elementari Redecesio	9-14 anni	Intermedio	REDECESIO	€ 150,00	Riccardo Calia
HH-RO-01	Mercoledì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	6-11 anni	Base	ROVAGNASCO	€ 150,00	Morena Galletti
HH-SC-01	Martedì	17,45-18,45	Elementari De Amicis	6-11 anni	Open	SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Chiara Bilotta
HH-SF-01	Mercoledì	16,45-17,45	Elementari Walt Disney	6-11 anni	Open	SAN FELICE	€ 150,00	Sofia Venturelli

DANZA CLASSICA



La Propedeutica classica oppure GiocoDanza si basa su metodi e programmi adatti all'età pre-scolare che spesso fanno riferimento alla dimensione del "Gioco" essendo quella più familiare per i bambini. I programmi d'insegnamento consentono attraverso i vari livelli di studio di sviluppare una ottimale coordinazione motoria, il concetto di ritmo, la memoria visiva e una maggiore capacità espressiva; il tutto sotto forma di attività ludica e leggera accompagnata costantemente dalla musica. Il programma di studio del livello 1 passa gradualmente da una fase di apprendimento fatta di "gioco" a quella che sarà una fase di studio più tecnica e completa. Nel programma è previsto il graduale inserimento della sbarra e di esercizi più complessi e che prepareranno l'allievo ad uno studio della danza sempre più consapevole e appassionato. La lezione di danza classica livello OPEN è rivolta a TUTTI i ballerini dai 10 anni in su che intendono approfondire lo studio delle basi tecniche ma anche culturali di questa disciplina. Tutto ciò contribuisce a rendere la danza classica un sano esercizio fisico ma soprattutto uno stile di vita e di pensiero. I bambini di 3 anni verranno inseriti previa valutazione dello specialista durante la lezione di prova.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
DC-MI-01	Lunedì	16,00-17,00	MI 2 Nord	3-4 anni	Giocodanza	MILANO 2	€ 150,00	Chiara Crippa
DC-MI-02	Lunedì	17,00-18,00	MI 2 Nord	5-8 anni	Livello 1	MILANO 2	€ 150,00	Chiara Crippa
DC-RO-01	Lunedì	16,30-17,30	Mattioli Inferiore	materna	Giocodanza	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli
DC-RO-02	Lunedì	17,30-18,30	Mattioli Inferiore	elementari	Livello 1	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli
DC-RO-03*	Lunedì	18,30-19,30	Mattioli Inferiore	medie superiori	Livello 2	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli

* Fino al 30-09-16 compreso le lezioni si svolgeranno il Venerdì dalle 17.00 alle 18.00. Dal 3 Ottobre 2016 si svolgeranno come indicato da planning.

BOOGIE WOOGIE



Questo corso vi travolgerà con il suo ritmo spregiudicato che molto si avvicina a quello del Rock'n'Roll. È un ballo allegro, spensierato e caratterizzato da movimenti molto veloci. I prezzi si intendono a coppia, è permessa la partecipazione singola (costo del corso 220€). Per chi si iscrive in coppia è previsto il pagamento in tre rate (40% + quota associativa + bollo al momento dell'iscrizione - 30% entro il 31-01-17 - 30% entro il 31-03-17).

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
BW-RO-01	Martedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore		Base	ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano Silvano Marcarini

BALLO LISCIO

In questo corso vengono insegnati Mazurka, Polka, Valzer Viennese, Fox Trot, Tango, Valzer Lento, Rumba, Cha Cha Cha e Beguine. Questo tipo di danza, oltre a dare la possibilità di socializzare durante qualsiasi evento danzante, vi aiuterà a tenere una postura corretta.

I prezzi si intendono a coppia, è permessa la partecipazione singola (costo del corso 220€). Per chi si iscrive in coppia è previsto il pagamento in tre rate (40% + quota associativa + bollo al momento dell'iscrizione - 30% entro il 31-01-17 - 30% entro il 31-03-17).

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
LI-RO-01	Martedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore		Avanzato	ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano Silvano Marcarini
LI-RO-02	Venerdì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore		Intermedio	ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano Silvano Marcarini
LI-RO-03	Giovedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore		Base	ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano Silvano Marcarini

BALLI DI GRUPPO

I balli di gruppo, per i quali non è necessario essere in coppia, si dividono in due categorie: Balli da sala in cui vengono insegnati balli molto divertenti e di facile apprendimento (Samba, Cha Cha Cha, Beguine, Rumba, Boogie Woogie, Polka, Meneito, Bachata, ecc...); Balli su musiche caraibiche nei quali la Cumbia, Candela Cha Cha, Bomba, ecc... scandiranno il ritmo del corso.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
BG-RE-01	Giovedì	20,15-21,15	Media Redecesio		Base	REDECESIO	€ 125,00	Morena Galietti