



BALLI E DANZE

BABY DANCE
COUNTRY WESTERN
DANCE
DANZA MODERNA

DANZA MODERNA
PERCORSO ACCADEMICO
DANZA
CONTEMPORANEA
DANZA CLASSICA
BALLO LISCIO
BOOGIE WOOGIE
HIP HOP

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-MI-01	Lunedì	16,15-17,00	MI2 Nord	3-5 anni		MILANO 2	€ 150,00	Giulia Coerezza
BD-RE-01	Mercoledì	16,45-17,45	Media Redecesio	3-5 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	Giovedì	16,45-17,45	Elementari De Amicis	3-5 anni		SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Elena Padovani

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	Elementari Rovagnasco	Base		ROVAGNASCO	€ 220,00	Valeria Carcaiso
CD-RO-02	Lunedì	21,00-22,00	Elementari Rovagnasco	Intermedio		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	17,00-18,00	Elementari MI2	6-11 anni	Open	MILANO 2	€ 150,00	Morena Galietti
DM-RE-01	Martedì Giovedì	16,45-17,45	Elementari Redecesio	6-8 anni	Base 1	REDECESIO	€ 265,00	Valentina Casorati
DM-RE-02	Lunedì Mercoledì	16,45-18,15 18,00-19,30	Media Redecesio Elementari Redecesio	9-11 anni	Base 2	REDECESIO	€ 350,00	Valentina Casorati
DM-RE-03*	Martedì Giovedì	17,45-19,15	Elementari Redecesio		Intermedio	REDECESIO	€ 350,00	Valentina Casorati
DM-RO-01	Venerdì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	6-8 anni	Base 1	ROVAGNASCO	€ 150,00	Morena Galietti
DM-RO-02	Martedì Giovedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	9-11 anni	Base 2	ROVAGNASCO	€ 265,00	Morena Galietti
DM-RO-03	Martedì Venerdì	15,30-17,00	Mattioli Inferiore	Medie-Superiori	Pre-intermedio	ROVAGNASCO	€ 350,00	Morena Galietti
DM-RO-04*	Martedì Giovedì	18,00-19,30	Mattioli inferiore		Intermedio	ROVAGNASCO	€ 350,00	Morena Galietti
DM-SC-01	Martedì Giovedì	18,00-19,00	Elementari De Amicis	6-11 anni	Open	SEGRATE CENTRO	€ 265,00	Elena Padovani

*L'inserimento all'interno del corso è previsto previa valutazione dell'insegnante.

DANZA MODERNA - PERCORSO ACCADEMICO

Il PERCORSO ACCADEMICO e' diretto a tutti gli allievi, che si iscrivono a due giorni di danza moderna ed al corso DC-RO-02 o DC-RO-03 (anche monosettimanale). Lo studio delle basi di danza classica miglioreranno le loro prestazioni negli altri stili poichè 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 e' particolarmente consigliato a chi partecipa o intende partecipare a concorsi di danza.

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE L'ABBINAMENTO DI UN CORSO BISETTIMANALE DI DANZA MODERNA AL CORSO DC-RO-02 O DC-RO-03 (anche monosettimanale) PERMETTERA' DI AVERE QUEST'ULTIMO AD UN PREZZO AGEVOLATO pari ad €200 (€100 per monosettimanale).

DANZA CONTEMPORANEA

La danza contemporanea rappresenta un'evoluzione della danza moderna in cui poter sperimentare linguaggi diversi. E' un contenitore, un movimento culturale nel quale i ballerini possono esprimersi nella totale libertà corporea. L'obiettivo del corso è quello di formare ballerini che, senza trascurare la base della tecnica classica, possano sperimentare nuove tecniche che sviluppino al massimo le proprie potenzialità espressive, dinamiche ed atletiche.

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
DO-RO-01	Lunedì	19,30-20,30	Mattioli Inferiore		Open	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli

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-RO-01	Lunedì	16,30-17,30	Mattioli Inferiore	Materna	Giocodanza	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli
DC-RO-02	Lunedì Mercoledì	17,30-18,30	Mattioli Inferiore	Elementari	Livello 1 - Base	ROVAGNASCO	€ 265,00	Jessica Rapelli
DC-RO-03*	Lunedì Mercoledì	18,30-19,30	Mattioli Inferiore	Elementari	Livello 2 - Pre intermedio	ROVAGNASCO	€ 265,00	Jessica Rapelli
DC-RO-04	Mercoledì	16,30-17,30	Mattioli Inferiore	Medie-Superiori	Open	ROVAGNASCO	€ 150,00	Jessica Rapelli

* L'inserimento all'interno del corso è previsto previa valutazione dell'insegnante.

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 31-01-19 - 30% entro il 31-03-19).

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
LI-RO-01	Martedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Avanzato 2		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
LI-RO-02	Lunedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Avanzato 1		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
LI-RO-03	Giovedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Intermedio 2		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
LI-RO-04	Venerdì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Intermedio 1		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
LI-RO-05	Giovedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini

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 31-01-19 - 30% entro il 31-03-19).

CODICE	GIORNI	ORARIO	PALESTRA	DESTINATARI	DENOMINAZIONE	QUARTIERE	QUOTA €	
BW-RO-01	Martedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Avanzato		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
BW-RO-02	Lunedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Intermedio		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & Silvano Marcarini
BW-RO-03	Venerdì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	€ 440,00 a coppia	Daniela Giuliano & 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-RE-01	Venerdi	16,45-17,45	Elementari Redecesio	6-11 anni	Base	REDECESIO	€ 150,00	Salvatore Massa
HH-RE-02	Venerdi	17,45-19,15	Elementari Redecesio	9-14 anni	Intermedio	REDECESIO	€ 200,00	Salvatore Massa
HH-RO-01	Mercoledì	17,00-18,00	Elementari Rovagnasco	6-11 anni	Open	ROVAGNASCO	€ 150,00	Morena Galietti
HH-SC-01	Martedì	16,45-17,45	Elementari De Amicis	6-11 anni	Open	SEGRATE CENTRO	€ 150,00	Elena Padovani