

BALLI E DANZE

BABY DANCE

DANZA MODERNA

DANZA MODERNA PRE-INTERMEDIO/INTERMEDIO

PROPEDEUTICA DANZA CLASSICA

DANZA CLASSICA

DANZA CLASSICA PUNTE

COUNTRY WESTERN DANCE

BALLO LISCIO

BOOGIE WOOGIE

HIP HOP

BABY DANCE

CORSO BAMBINI

La Baby Dance è 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.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € **99,00**

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € **66,00**

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Mercoledì	17,00-17,45	Elementari Redecesio	3-5 anni		REDECESIO	Eleonora Gheller
Giovedì	16,15-17,00	Mattioli Inferiore	3-5 anni		ROVAGNASCO	Morena Galietti
Giovedì	17,15-18,00	Leopardi Inferiore	3-5 anni		SEGRATE CENTRO	Sara Fraschini

DANZA MODERNA

CORSO BAMBINI/RAGAZZI

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.

QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 104,00

Bisettimanale € 174,00

RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 70,00

Bisettimanale € 116,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17,00-18,00	Elementari MI 2 Sud	6-11 anni	Open	MILANO 2	Morena Galietti
Martedì	16,45-17,45	Elementari Redecesio	6-8 anni	Base 1	REDECESIO	Eleonora Gheller
Giovedì	16,45-17,45	Elementari Redecesio	6-8 anni	Base 1	REDECESIO	Eleonora Gheller
Martedì	17,45-18,45	Elementari Redecesio	9-11 anni	Base 2	REDECESIO	Eleonora Gheller
Giovedì	17,45-18,45	Elementari Redecesio	9-11 anni	Base 2	REDECESIO	Eleonora Gheller
Venerdì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	6-8 anni	Base 1	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	9-11 anni	Base 2	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Giovedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	9-11 anni	Base 2	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì	18,00-19,00	Leopardi Inferiore	6-11 anni	Open	SEGRATE CENTRO	Sara Frascini
Giovedì	18,00-19,00	Leopardi Inferiore	6-11 anni	Open	SEGRATE CENTRO	Sara Frascini
Martedì	15,30-16,30	Palazzetto	Medie- Superiori	Open	SEGRATE CENTRO	Eleonora Lazzaretti
Giovedì	15,30-16,30	Palazzetto	Medie- Superiori	Open	SEGRATE CENTRO	Eleonora Lazzaretti

DANZA MODERNA | PRE-INTERMEDIO / INTERMEDIO

CORSO BAMBINI

QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 132,00

Bisettimanale € 220,00

RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 88,00

Bisettimanale € 165,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì*	15,30-17,00	Mattioli Inferiore	Medie-Superiori	Pre-intermedio	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Venerdì*	15,30-17,00	Mattioli Inferiore	Medie-Superiori	Pre-intermedio	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì *	18,00-19,30	Mattioli inferiore		Intermedio	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Giovedì *	18,00-19,30	Mattioli inferiore		Intermedio	ROVAGNASCO	Morena Galietti

* L'inserimento nei corsi avverrà previa valutazione dell'insegnante

PROPEDEUTICA DANZA CLASSICA

CORSO BAMBINI

La propedeutica danza classica oppure gioco danza si basa su metodi o programmi adatti all'età pre-scolare che spesso fanno riferimento alla dimensione del "gioco" essendo quella più familiare per i bambini. I bambini di 3 anni verranno inseriti previa valutazione e autorizzazione dell'insegnante durante la lezione di prova obbligatoria.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 99,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 66,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	16,15-17,00	Mattioli Inferiore	Materna	Giocodanza	ROVAGNASCO	Elena Martinelli

DANZA CLASSICA

CORSO 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.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 104,00
Bisettimanale € 174,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 70,00
Bisettimanale € 116,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	Elementare	Livello Base	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Mercoledì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	Elementare	Livello Base	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Lunedì	18,00-19,00	Mattioli Inferiore		Livello Pre-intermedio	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Venerdì	18,00-19,00	Mattioli Inferiore		Livello Pre-intermedio	ROVAGNASCO	Elena Martinelli

DANZA CLASSICA - PUNTE

CORSO BAMBINI

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 99,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 66,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	19,00-19,30	Mattioli Inferiore	Elementare	Livello Base	ROVAGNASCO	Elena Martinelli

* L'inserimento nei corsi avverrà previa valutazione dell'insegnante e frequentazione obbligatoria del corso di danza classica

COUNTRY WESTERN DANCE

CORSO ADULTI

È una vera danza sportiva, con le sue regole, la sua tecnica, 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.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 147,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 98,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	Valeria Carcaiso
Lunedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Avanzato		ROVAGNASCO	Valeria Carcaiso

BALLO LISCIO

CORSO ADULTI

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.

QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 147,00

RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 98,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Mercoledì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Mercoledì	20,30-21,30	Mattioli inferiore	Intermedio		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Venerdì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Avanzato 1		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Martedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Avanzato 2		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini

BOOGIE WOOGIE

CORSO ADULTI

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.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 147,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 98,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Giovedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Intermedio		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Venerdì	20,30-21,30	Mattioli inferiore	Avanzato		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini

HIP HOP

CORSO BAMBINI

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.

QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 99,00

RINNOVO QUADRIMESTRE
Monosettimanale € 66,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	18,00-19,00	Media Redecesio	6-11 anni		REDECESIO	Salvatore Massa
Mercoledì	17,00-18,00	Elementari Rovagnasco	6-11 anni		ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì	17,00-18,00	Leopardi Inferiore	6-11 anni		SEGRATE CENTRO	