

BALLI E DANZE

PROPEDEUTICA DANZA CLASSICA
PROPEDEUTICA DANZA MODERNA
DANZA MODERNA
DANZA MODERNA INTERMEDIO /
INTERMEDIO AVANZATO
DANZA CLASSICA
DANZA CONTEMPORANEA **NOVITÀ**
HIP HOP

URBAN DANCE **NOVITÀ**
BREAK DANCE **NOVITÀ**
TEATRO DANZA **NOVITÀ**
COUNTRY WESTERN DANCE
BALLO LISCIO
BOOGIE WOOGIE
LABORATORIO COREUTICO
PERMANENTE **NOVITÀ**

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.

MONOSETTIMANALE
€ 165,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	16,15-17,00	Mattioli Inferiore	3-5 anni		ROVAGNASCO	Elena Martinelli

PROPEDEUTICA DANZA MODERNA

CORSO BAMBINI

Il corso di propedeutica danza moderna è rivolto ai bambini dai 3 ai 5 anni ed è strutturato in forma di gioco con la musica permettendo ai piccoli di avvicinarsi alla danza divertendosi. I bambini impareranno attraverso semplici coreografie a mantenere una corretta postura sviluppando maggiore elasticità, ma soprattutto verranno stimolate le capacità di coordinazione e ritmo musicale. I bambini di 3 anni verranno inseriti previa valutazione dello specialista durante la lezione di prova.

MONOSETTIMANALE
€ 165,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	17,00-17,45	De Amicis	3-5 anni		SEGRATE CENTRO	Giada Biglieri
Mercoledì	17,00-17,45	Elementari Redecesio	3-5 anni		REDECESIO	Giada Biglieri
Giovedì	16,15-17,00	Mattioli inferiore	3-5 anni		ROVAGNASCO	Morena Galletti

DANZA MODERNA

CORSO BAMBINI/RAGAZZI

La Danza Moderna è una forma di danza che si concentra sulla seria espressione delle emozioni interiori, usando uno stile interpretativo a flusso libero, piuttosto che seguire le rigide regole caratteristiche di molte discipline di danza. Nel corso degli anni, la danza moderna si è mescolata più strettamente con altre discipline come la danza jazz, il balletto o altre forme di danza, diventando così un linguaggio ben definito. Le moderne tecniche di danza hanno enfatizzato l'uso espressivo del busto, il lavoro a terra, le cadute e il recupero, l'uso della respirazione e movimenti più naturali e umani.

MONOSETTIMANALE

€ 174,00

BISETTIMANALE

€ 290,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	16,45-17,45	Elementari MI 2 Sud	6-9 anni	Base 1	MILANO 2	Morena Galietti
Venerdì	17,00-18,00	Elementari Redecesio	6-9 anni	Base 1	REDECESIO	Anna Viotto
Venerdì	18,00-19,00	Elementari Redecesio	10-12 anni	Base 1	REDECESIO	Anna Viotto
Lunedì	17,00-18,00	Elementari Redecesio	6-9 anni	Base 2*	REDECESIO	Anna Viotto
Giovedì	17,00-18,00	Elementari Redecesio	6-9 anni	Base 2*	REDECESIO	Anna Viotto
Lunedì	18,00-19,00	Elementari Redecesio	10-12 anni	Base 2*	REDECESIO	Anna Viotto
Giovedì	18,00-19,00	Elementari Redecesio	10-12 anni	Base 2*	REDECESIO	Anna Viotto
Venerdì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	6-9 anni	Base 1	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	10-12 anni	Base 2*	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Giovedì	17,00-18,00	Mattioli Inferiore	10-12 anni	Base 2*	ROVAGNASCO	Morena Galietti
Martedì	18,00-19,00	De Amicis	6-9 anni	Base 1	SEGRATE CENTRO	Giada Biglieri
Giovedì	18,00-19,00	De Amicis	6-9 anni	Base 1	SEGRATE CENTRO	Giada Biglieri

* L'inserimento nei corsi avverrà previa valutazione dell'insegnante. È suggerita la frequentazione bisettimanale.

DANZA MODERNA | INTERMEDIO */ INTERMEDIO AVANZATO *

CORSO BAMBINI

BISETTIMANALE
€ 385,00

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

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

DANZA CLASSICA

CORSO BAMBINI

La Danza Classica è una danza accademica supportata da una tecnica ben codificata.

Questa disciplina, alla base di ogni altra tecnica, insegna: grazia, eleganza, flessibilità, rigore, disciplina e armonia del corpo.

MONOSETTIMANALE
€ 220,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17,00-18,30	Mattioli Inferiore		Base 1	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Mercoledì	17,00-18,30	Mattioli Inferiore		Base 1	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Lunedì	18,30-20,00	Mattioli Inferiore		Base 2*	ROVAGNASCO	Elena Martinelli
Venerdì	18,30-20,00	Mattioli Inferiore		Base 2*	ROVAGNASCO	Elena Martinelli

BISETTIMANALE
€ 385,00

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

DANZA CONTEMPORANEA **NOVITÀ**

CORSO BAMBINI/RAGAZZI

La danza contemporanea è una forma espressiva del corpo basata sui movimenti liberi e sull'improvvisazione. Il carattere distintivo di questa disciplina risiede nell'alternanza tra la forza del movimento e il rilascio e nell'importanza della consapevolezza di ogni gesto.

MONOSETTIMANALE
€ 220,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	15,30-17,00	Mattioli Inferiore		Livello Base	ROVAGNASCO	Anna Viotto
Martedì	17,00-18,30	Mattioli Inferiore		Livello Base	ROVAGNASCO	Anna Viotto

HIP HOP

CORSO BAMBINI/RAGAZZI

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.

MONOSETTIMANALE
€ 165,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Mercoledì	17,45-18,45	Elementari Redecesio	Open Teenagers		REDECESIO	
Mercoledì	17,00-18,00	Elementari Rovagnasco	6-11 anni		ROVAGNASCO	Morena Galietti
Giovedì	17,00-18,00	De Amicis	6-11 anni		SEGRATE CENTRO	Giada Biglieri

URBAN DANCE **NOVITÀ**

CORSO RAGAZZI

Per Urban dance si intende un insieme di stili di danza, nati in America negli spazi aperti quali le strade, feste e parchi. Questo insieme di stili si basa sull'improvvisazione, incoraggiando la socializzazione e l'interazione tra i ballerini. L'insegnante darà una propria interpretazione personale alle lezioni, mescolando i generi e contaminandoli.

MONOSETTIMANALE
€ 245,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	18,45-20,15	Media Redecesio	Open Teenagers		REDECESIO	
Martedì	15,15-16,45	Palazzetto	Open Teenagers		SEGRATE CENTRO	

BREAK DANCE **NOVITÀ**

CORSO RAGAZZI

La Break Dance è un ballo acrobatico di strada, nato negli anni '80 a New York in connessione con la musica rap. Ballo caratterizzato da rapidi movimenti a scatti e da evoluzioni spettacolari.

MONOSETTIMANALE
€ 165,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	17,45-18,45	Media Redecesio	Open Teenagers		REDECESIO	

TEATRO DANZA **NOVITÀ**

CORSO ADULTI

Il teatro danza recupera la dimensione tra gesto e azione e tra gesto e parola. E' una forma di danza che fa uso di simboli, animata dalla fusione tra teatro e arti figurative. In questo corso vengono proposti elementi della danza moderna, della danza libera e del teatro.

MONOSETTIMANALE
€ 220,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	20,00-21,30	Elementari Redecesio		Livello Base	REDECESIO	Anna Viotto

COUNTRY WESTERN DANCE

CORSO ADULTI

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.

MONOSETTIMANALE
€ 245,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	21,30-22,30	Mattioli Inferiore	Base		ROVAGNASCO	Valeria Carcaiso
Lunedì	20,30-21,30	Mattioli Inferiore	Intermedio 1		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.

MONOSETTIMANALE
€ 245,00

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

MONOSETTIMANALE
€ 245,00

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

LABORATORIO COREUTICO PERMANENTE **NOVITÀ**

CORSO BAMBINI/RAGAZZI/ADULTI

Il laboratorio coreutico permanente si propone con una serie di stage ed esperienze formative che regaleranno a tutti i partecipanti la possibilità di ampliare le proprie conoscenze nel settore. Il laboratorio è rivolto non solo agli iscritti della società ma anche a tutti coloro i quali desiderino avvicinarsi alla danza e alle sue sfumature, sperimentando nuove tecniche grazie alla presenza di maestri e professionisti affermati. Il calendario delle lezioni (che si svolgeranno nei week end) verrà pubblicato e aggiornato sul sito della società.

PACCHETTO DANZA BASE

Giorni		Costo	Costo
2 GIORNI DANZA CLASSICA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA	605€	544€	
2 GIORNI DANZA MODERNA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA	510€	459€	
2 GIORNI DANZA MODERNA + 1 GIORNO CLASSICO	510€	459€	
2 GIORNI CLASSICO + 1 GIORNO DANZA MODERNA	559€	503€	
2 GIORNI DANZA CLASSICA + 1 GIORNO MODERNO + 1 GIORNO CONTEMPORANEA	779€	701€	
2 GIORNI DANZA MODERNA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA + 1 GIORNO DANZA CLASSICA	730€	657€	

PACCHETTO DANZA INTERMEDIO / INTERMEDIO AVANZATO

Giorni		Costo	Costo
2 GIORNI DANZA MODERNA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA + 1 GIORNO DANZA CLASSICA	825€	742€	
2 GIORNI DANZA CLASSICA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA	605€	544€	
2 GIORNI DANZA MODERNA + 2 GIORNI DANZA CLASSICA + 1 GIORNO DANZA CONTEMPORANEA	990€	891€	
2 GIORNI CLASSICO + 2 GIORNI DANZA MODERNA	770€	693€	

PACCHETTO STREET DANCE

Giorni		Costo	Costo
1 GIORNO HIP HOP + 1 GIORNO BREAK	330€	297€	
1 GIORNO HIP HOP + 1 GIORNO URBAN	410€	369€	
1 GIORNO HIP HOP + 1 GIORNO BREAK + 1 GIORNO URBAN	575€	517€	