

BALLI E DANZE

PROPEDEUTICA DANZA CLASSICA

DANZA CLASSICA

PROPEDEUTICA DANZA MODERNA

DANZA MODERNA MEDIE/SUPERIORI

DANZA MODERNA

DANZA MODERNA ADULTI

HIP HOP

HIP HOP MEDIE/SUPERIORI

VIDEO DANCE **NOVITÀ**

BALLO LISCIO

BOOGIE WOOGIE



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. L'inserimento dei bambini di 3 anni sarà confermata a seguito dello svolgimento della prima lezione.

MONOSETTIMANALE

€ 182,00

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

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. L'inserimento dei bambini di 3 anni sarà confermata a seguito dello svolgimento della prima lezione.

MONOSETTIMANALE

€ 242,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17:00-18:30	Mattioli Inferiore		Base 1	ROVAGNASCO	

BISETTIMANALE

€ 424,00

Mercoledì	17:00-18:30	Mattioli Inferiore		Base 1	ROVAGNASCO	
Lunedì	18:30-20:00	Mattioli Inferiore		Base 2*	ROVAGNASCO	
Mercoledì	18:30-20:00	Mattioli Inferiore		Base 2*	ROVAGNASCO	

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

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. L'inserimento dei bambini di 3 anni sarà confermata a seguito dello svolgimento della prima lezione.

MONOSETTIMANALE
€ 182,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	17:00-17:45	De Amicis	3-5 anni		SEGRATE CENTRO	Greta Scalambra
Giovedì	17:00-17:45	Elementari Redecesio	3-5 anni		REDECESIO	
Giovedì	16:15-17:00	Mattioli inferiore	3-5 anni		ROVAGNASCO	

DANZA MODERNA MEDIE/SUPERIORI

CORSO RAGAZZI

Lasciatevi trasportare dal ritmo e dalle emozioni. Questo corso di danza moderna per adulti combina tecnica, espressività e fluidità dei movimenti, in un ambiente accogliente e stimolante. Non serve esperienza: solo voglia di muoversi e sentirsi liberi.

MONOSETTIMANALE
€ 242,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17:30-19:00	De Amicis	dai 12 anni	Teen	SEGRATE CENTRO	Greta Scalambra
Mercoledì	17:30-19:00	Leopardi Superiore	dai 12 anni	Teen	SEGRATE CENTRO	Greta Scalambra

BISETTIMANALE
€ 424,00

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

€ 191,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17:00-18:00	Elementari Redec시오	6-9 anni	Base 1	REDECESIO	Silvana Positano
Lunedì	18:00-19:00	Elementari Redec시오	10-12 anni	Base 2	REDECESIO	Silvana Positano
Martedì	17:00-18:00	Mattioli Inferiore	6-9 anni	Base 1	ROVAGNASCO	
Giovedì	17:00-18:00	Mattioli Inferiore	6-9 anni	Base 1	ROVAGNASCO	
Martedì	18:00-19:00	Mattioli Inferiore	10-12 anni	Base 2	ROVAGNASCO	
Giovedì	18:00-19:00	Mattioli Inferiore	10-12 anni	Base 2	ROVAGNASCO	
Giovedì	17:00-18:00	De Amicis	6-9 anni	Base 1	SEGRATE CENTRO	Greta Scalambra

BISETTIMANALE

€ 319,00

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

DANZA MODERNA ADULTI

CORSO ADULTI

Lasciati trasportare dal ritmo e dalle emozioni. Questo corso di danza moderna per adulti combina tecnica, espressività e fluidità dei movimenti, in un ambiente accogliente e stimolante. Non serve esperienza: solo voglia di muoversi e sentirsi liberi.

MONOSETTIMANALE

€ 250,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	20:30-22:00	Mattioli Inferiore			ROVAGNASCO	Marta Longoni

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

€ 182,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	17:00-18:00	Elementari Rovagnasco	6-11 anni		ROVAGNASCO	

HIP HOP MEDIE / SUPERIORI

CORSO 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

€ 242,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Giovedì	17:45-19:15	Elementari Redecesio	dai 12 anni	Teen	REDECESIO	

VIDEO DANCE NOVITÀ

CORSO RAGAZZI

Un mix esplosivo di danza e spettacolo! Il corso di Video Dance unisce movimenti energici e coreografie ispirate ai videoclip musicali. Perfetto per chi vuole esprimersi con grinta, stile e personalità, migliorando coordinazione e presenza scenica.

MONOSETTIMANALE

€ 242,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	17:30-19:00	Mattioli Inferiore	dai 12 anni	Teen	ROVAGNASCO	Silvana Positano

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
€ 270,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	20:30-21:30	Mattioli Inferiore	Master		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Martedì	21:30-22:30	Mattioli Inferiore	Avanzato		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Mercoledì	20:30-21:30	Mattioli Inferiore	Avanzato 1		ROVAGNASCO	Daniela Giuliato Silvano Marcarini
Venerdì	20:30-21:30	Mattioli Inferiore	Base		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
€ 270,00

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