



DANZA como actividad.

¿Qué es? La danza es un arte donde utiliza los movimientos del cuerpo acompañados de música como una forma de expresión o interacción con fines de entretenimiento, artísticos o de diversión.

¿Por qué es beneficioso? La danza tiene beneficios tanto físicos como emocionales y psicológicos, estimula la circulación sanguínea y el sistema respiratorio, favorece el control corporal, ayuda a corregir la mala postura, ejercita su coordinación, agilidad y equilibrio, desarrolla la expresión corporal, el oído y la memoria, ayuda a socializar y superar la timidez, puede ayudar a reducir síntomas de estrés o ansiedad.

¿Cómo se realiza? Aprenderemos el sentido de la danza a través de juegos individuales, en pareja y grupo, realizaremos ejercicios para fortalecer la musculatura corporal y el equilibrio. Aprenderemos dinámicas musicales, recursos corporales de expresión. Desarrollaremos la capacidad creativa, expresiva y de improvisación por medio del baile así como la expresión corporal.

Al final de curso y como cierre de la actividad, crearemos grandes coreografías originales donde conseguiremos unos movimientos limpios y una correcta expresión del cuerpo, así trataremos de conectar con el público y sobre todo con nosotros mismos.

La enseñanza de la danza permite dar una formación y disciplina bastante completa todo ello a través del cariño y la pasión por esta actividad artística.

NO LO PIENSES MÁS Y... ¡PON A TU PEQUE A BAILAR!

Plazas: la actividad contará con un mínimo de plazas de 5 alumnos/as, así como de un máximo de plazas de 20 alumnos/as para así poder realizar la actividad de una manera correcta y que todos obtengamos beneficios.

Precio: la cuota mensual por la actividad será de 25 euros.

Horario: en principio del horario de la actividad será de 1 hora y media (17.00h a 18.30h), así se podrá realizar 45 min de ballet y 45 min de flamenco.

