



## DANZA CLASSICA adulti

Corso avanzato per adulti

La Danza Classica è una disciplina: in quanto tale, essa educa l'allievo a confrontarsi con la propria volontà e capacità di interagire in un gruppo.

La Danza stimola l'interesse verso manifestazioni artistiche come il teatro, il balletto e la musica, favorendo l'espressione e la creatività personale.

I vari esercizi sono utili per **conferire eleganza e bellezza al portamento**, per **migliorare l'efficienza dei muscoli**, **l'elasticità delle articolazioni**, **la funzionalità degli organi interni**.

La danza educa tutta la persona e si prefigge il **corretto ed armonico sviluppo del corpo**, considerato però nella sua totalità fisica e spirituale: è sinonimo di distensione, allegria, gioia, felicità, libera espansione.

Un laboratorio **per chi avrebbe voluto fare danza da bambino, chi ha smesso troppo presto, chi sente la necessità di approfondire il proprio lavoro sul corpo**.

Questo corso è una proposta a quanti desiderano apprendere, rispolverare, approfondire la conoscenza di questa affascinante tecnica, con un metodo che tiene conto delle difficoltà che un corpo già sviluppato può incontrare.

### Regolamento di danza classica

---

**Abbigliamento:** body, collant, mezze punte rosa con elastico applicato, capelli raccolti con chignon. È vietato indossare effetti personali: orologi, catenine, anelli, braccialetti, etc.

**Comportamento:** le allieve sono tenute ad un comportamento composto, educato e rispettoso per le persone e l'ambiente che le circondano, inoltre si raccomanda di rispettare gli orari dei corsi (vedi Regolamento interno)

È possibile scaricare il pdf del **Calendario delle lezioni** dal nostro sito.

### Informazioni tecniche

---

età: dai 18 anni in poi

durata del corso: da settembre a giugno

n° partecipanti: min. 6 - max 20

giorni: martedì

orari: 20.30 – 22.00

luogo delle lezioni: Tana di Messinscena - Largo Brugnatelli 13/7 - Buccinasco (MI)