

## DANZA CLASSICA adulti

### Corsi base e 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 ( <i>corso avanzato</i> )	mercoledì ( <i>corso base</i> )
orari:	20.30 – 21.30	19.30 – 20.30

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

