

Ballet Clásico para adultos

Jóvenes y adultos desde los 25 años

Valor mensual: \$ 43.000
Tarjeta Vecino Las Condes: \$ 39.000
Inicio: 5 de enero
12 sesiones
Lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 9:50 horas

Profesora: María Fernanda Zuazo

Maestra Registrada de la Royal Academy of Dance, Inglaterra (RAD).

Maestra de Ballet Escuela Teatro Municipal de Santiago. Certificación Programa para el adulto mayor Silver Swans™ Licensed Teacher de RAD.

Instructora de Progressing Ballet Technique. Bailarina certificada por la RAD (nivel Avanzado).

Cursos de actualización en Chile y el extranjero.

PROGRAMA

Los cursos del "Ballet Clásico" están especialmente diseñados para adultos, basados en el programa de Silver Swans™ de "Royal Academy of Dance" (RAD) de Inglaterra, enfocado en personas con todo tipo de habilidad o conocimiento, que buscan una nueva alternativa para mantenerse en forma y activos mediante la danza. Ofreciendo además una oportunidad única para divertirse, y disfrutar del bienestar que el ballet conlleva.

OBJETIVOS

El objetivo principal es motivar y estimular el amor por la danza, encantándose (o re-encantándose) de este arte, entregando a la vez las herramientas para elevar la calidad de vida, mediante un sistema con respaldo internacional. Dentro de los beneficios de esta disciplina, destacan:

- Corregir la postura.
- Mejorar el tono muscular y el equilibrio.
- Aumenta el nivel de energía.
- Mejorar la movilidad, control y coordinación.
- Incremento del potencial creativo.
- Desarrollo del sentido musical y expresión corporal.

CONTENIDOS Y METODOLOGÍA

El contenido de este taller está asentado en el programa *Silver Swans™ de RAD* que, combinado con el sistema *Graded Syllabus de RAD*, permiten al alumno adquirir los conocimientos de la técnica académica sin necesidad de contar con conocimientos previos.

A través de ejercicios en el piso (utilizando la metodología *Progressing Ballet Technique*) y en la barra, se desarrollan los cuerpos y mentes de los alumnos, identificando puntos a mejorar, mientras que los ejercicios en el centro los desafían a desarrollar nuevas capacidades y fortalecer habilidades propias. Mediante actividades grupales de creación propia, se despierta la creatividad, y permite buscar nuevas formas de expresión a través del cuerpo y el movimiento.