

Ballet

Duración

El curso tiene una duración de 12 meses.

Dirigido a

Niños y adolescentes de diferentes grupos de edad:

- De 5 a 8 años
- De 9 a 12 años
- De 13 a 16 años

Objetivos

El curso ofrece una introducción dinámica y divertida a la danza clásica mediante actividades de técnica que combinan coordinación, flexibilidad, fuerza y resistencia. A través de ejercicios de centro, suelo y barra podrás mejorar tu condición física y explorar movimientos armoniosos para descubrir y controlar tu expresión corporal.

Beneficios

A través del curso se potencian diversas habilidades como:

- La orientación y la conciencia espacial
- La atención y la concentración
- La agilidad y el equilibrio
- El ritmo y la musicalidad
- La disciplina y la perseverancia.



¿Sabías que?

La danza clásica está recomendada en terapias de rehabilitación para la corrección de la postura o los pies planos.