



ARCI Educazione Permanente
Corsi di Cultura
ottobre 2010

Informazioni e Iscrizioni

Fino a sabato 16 ottobre 2010, presso Arci Treviso, via Bolzano 3,
tel 0422 410590, fax 0422 411162, www.arcitv.it

Orario Iscrizioni: da lunedì a venerdì, ore 9.00-12.30 e 15.00-19.30; sabato ore 10.00-12.30

Danza del ventre

Corso base

8 incontri / 10 ore

Insegnante Cinzia Bonato

Il corso insegna i passi fondamentali della danza del ventre, fornendo le basi per creare successive coreografie. Danza del ventre prevede 5 livelli: principiante, elementare, pre-intermedio, intermedio e avanzato.

Cinzia Bonato, laureata in Lingue e Civiltà Orientali, ha studiato con numerosi maestri, approfondendo diversi stili di danza quali: sharqi, shaabi, baladi, fusion. È Maestra di Danze Orientali (Federazione Maestri Italiani di Danza Sportiva, MIDAS, riconosciuta CONI).

- 1** Esercizi di equilibrio e coordinazione. Tecniche per muovere separatamente le varie parti del corpo in modo fluido e armonioso.
- 2** Movimenti di base della danza del ventre: il cammello, il cerchio, la vibrazione, l'otto e movimenti di anca nelle loro varianti.
- 3** Creazione di piccole coreografie.

Unico Turno

Inizio: lunedì 18 ottobre.

Frequenza: il lunedì, ore 20.00-21.15, una volta alla settimana

Costo: 75 euro comprensivo di tessera Arci 2011 (ridotto 70 euro)