

La **Danza Classica** come benessere fisico è la più grande rivelazione di sempre

Rimodella il corpo, snellisce e ha effetti positivi sulla mente
Praticare la **danza classica** porta benefici visibili anche a distanza di anni, perché questa disciplina severissima, modella il fisico a 360°:

glutei e cosce sono scolpiti, le braccia flessuose, la schiena forte e resistente

Port de bras per armonizzare le braccia
Plié relevé per tonificare i glutei
Rond de jambe per modellare le gambe

E' un toccasana per la **postura**: distende, rinforza e allunga la **colonna vertebrale**, dona armonia ed eleganza al corpo e ovviamente aumenta **resistenza** e tono muscolare

La tecnica della **danza classica** rappresenta il più alto vocabolario della **danza** e porta dentro di se la storia e la tradizione

Questo corso è una proposta a quanti desiderano **apprendere le basi** di questa affascinante tecnica ma con un metodo che tiene conto delle difficoltà che un corpo già sviluppato può incontrare

È OBBLIGATORIA la prenotazione per tramite



Whatsapp al 3345426368