

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

Le lezioni si svolgono il:

📍 Martedì e Giovedì dalle 14.00 alle 15.00

**Classi a numero chiuso**

È OBBLIGATORIA la prenotazione per tramite

Whatsapp al  3345426368