

# Ballet para jóvenes y adultos

Desde 14 años

Valor Mensual: $ 46.000
Tarjeta Vecino
Las Condes: $ 42.000

Inicio: 3 de agosto
8 sesiones
Lunes y miércoles
de 17:00 a 18:00 horas

**Inscríbete aquí**

## Profesora: **Javiera Catalán**

Bailarina, profesora de ballet certificada por la Royal Academy of Dance y Técnico en Preparación Física. Complementa su formación como instructora de Stott Pilates y Coach Animal Flow® Nivel 1, integrando herramientas de acondicionamiento físico, movilidad, conciencia corporal y control del movimiento en sus procesos de enseñanza. Cuenta con más de doce años de experiencia en formación artística infantil, juvenil y adulta. Actualmente se desempeña como maestra titular en la Escuela de Ballet del Teatro Municipal de Santiago y anteriormente formó parte del equipo docente de la Escuela de las Artes Teatro del Lago.

### Descripción

Taller dirigido a jóvenes y adultos con experiencia básica o intermedia en ballet, así como a quienes deseen iniciarse o retomar la práctica de la danza. Las clases contemplan trabajo de barra, centro y desplazamientos, desarrollando progresivamente aspectos técnicos, musicales y expresivos propios del ballet clásico, adaptados a las necesidades y objetivos de los participantes.

### Objetivo general

Desarrollar las bases técnicas del ballet clásico, favoreciendo el conocimiento corporal, la coordinación, la fuerza, la flexibilidad, la musicalidad y la expresión artística mediante una enseñanza progresiva y adaptada a las características de cada grupo.

**Objetivos específicos**

- Conocer y aplicar los principios fundamentales de la técnica del ballet clásico.
- Mejorar la postura, la alineación y la conciencia corporal.
- Desarrollar fuerza, coordinación, equilibrio y movilidad.
- Potenciar la musicalidad y la relación entre movimiento y música.
- Adquirir vocabulario y comprensión de los pasos y posiciones fundamentales del ballet.
- Favorecer la memoria corporal mediante secuencias progresivas de movimiento.
- Promover la expresión artística, la creatividad y la confianza personal.
- Fomentar hábitos de disciplina, constancia y trabajo colaborativo.

**Contenidos**

- Principios básicos de postura y alineación corporal.
- Posiciones fundamentales de pies y brazos.
- Trabajo técnico de barra.
- Trabajo de centro y desplazamientos.
- Introducción a giros y saltos acordes al nivel.
- Desarrollo de la musicalidad, coordinación y expresión artística.
- Aprendizaje de secuencias y combinaciones coreográficas.

**Actividades de cierre**

- Clase abierta para familiares e invitados.
- Muestra coreográfica de cierre de semestre.