

CURSOS+ TALLERES

SEGUNDO SEMESTRE

BAILE MISCELÁNEO

Se sugiere desde los 50 años
Valor mensual: $ 40.000
Tarjeta Vecino Las Condes:
$ 36.000
Inicio: 5 de agosto
8 sesiones
Martes y viernes,
15:00 a 16:30 horas

PROFESOR: ARTURO PERALTA

Escuela de Danza Universidad De Chile, perteneció como olista al Ballet Folclórico Nacional (BAFONA) al Ballet Nacional Chileno de la Universidad de Chile.

DESCRIPCIÓN

El baile es un excelente ejercicio. Combina coordinación, agilidad, fortalece la musculatura, musicalidad y, lo más importante, es muy entretenido y potencia la sociabilidad. Esto lo convierte en una excelente opción de actividad física, especialmente para el adulto, ya que, la intensidad del ejercicio se puede adaptar a su condición particular y muy pocas enfermedades son incompatibles con el baile. Este taller está dirigido especialmente a adultos que han sido testigo viviente de cómo ha evolucionado la música, los bailes y sus ritmos.

PROGRAMA

Como objetivo principal el taller busca revivir y/o aprender pasos de baile de diferentes épocas en forma lúdicas, desarrollando una mejor expresión corporal, teniendo en cuenta además que el baile estimula la concentración, el bienestar físico y mental.