

Corso di portamento e gestualità femminile nella salsa cubana

Scheda insegnante

Guarda la scheda di: Francesca Sanità Di Toppi

Martedì

20.00-21.00 - 1° Livello

21,00-22,00 - 2° Livello

Il corso di **Portamento Femminile**, rivolto a chi balla da almeno 6/8 mesi, ha l'obiettivo di dare gli elementi per creare un proprio stile e definire atteggiamenti e movimenti da applicare in diverse situazioni di ballo.

Ogni lezione sarà rivolta al Portamento sia in Salsa sia in Bachata, con accenni in Son,

Reggaeton, Afro e Rumba, in questi ultimi due casi prendendo in considerazione gli Orishas

femminili con le loro movenze base inserite in salsa.

Ogni lezione prevede:

- un'attenzione particolare al movimento del corpo relativamente al portamento femminile,

incentrandosi sui singoli movimenti delle spalle, del petto, del bacino, e dell'armonia tra di essi;

- la cura specifica della gestualità data dai movimenti delle braccia, delle mani, in

corrispondenza di passi ed atteggiamenti;

- pulizia di movimenti usuali da applicare al ballo con la finalità di acquisire fiducia in se stesse

anche negli atteggiamenti quotidiani;

- mini sequenze da poter inserire nel ballo individuale, al momento in cui uomo e donna si

separano ed eseguono pasitos;

- analisi delle varie gestualità da poter utilizzare in figure a coppia.