

# Curso de Dança de Verão 2015

Prof. Marta Aguilar



Vagas limitadas!

De 20 a 24 de Julho:

-Manhã: 09h30 às 13h30;

-Tarde: 14h30 às 19h00.

Preços especiais para alunos!

**Academia de Dança de Gaia**

Rua da Rasa, 716 e 718, 4400-269  
Mafamude, VN Gaia

918255634 / 222424823

Inscrições até dia 15 de Julho!

info@academiadedancadegaia.com

www.academiadedancadegaia.com

# Curso de Dança de Verão 2015



A dança no mundo e na História:

- Evolução e História da dança
- Danças Clássicas e Contemporâneas
- Danças de Época e Sociais
- Danças Rituais, Folclóricas e do Mundo
- Paralelismos e Diferenças entre estilos

Biomecânica do corpo na dança:

- Postura, Centro e Eixo(s) de equilíbrio
- Força, Flexibilidade e Respiração
- Musculatura, Torções e Giros
- Articulações, Elasticidade e Saltos

\* Trazer caderno e lápis/caneta;  
roupa confortável e soquetes;  
água e lanches (para meio da manhã e meio da tarde)

Dançar para mim ou para os outros,  
comigo mesmo ou com os outros:

- Espaço, Pontos, Linhas e Formações
- Barra, Centro e Chão
- Expressão Corporal e Emocional
- Solo, Dueto e Grupo
- Coreografia vs. Improviso

\* Durante a hora de almoço  
os alunos podem ir almoçar a casa  
ou podem trazer a sua refeição, prato, copo e talheres  
e almoçar nas instalações da Academia.

**Preços Alunos Academia**

Curso Completo = 100€  
Meio Curso (só Manhãs / só Tardes) = 60€  
Um Dia = 30€  
Uma Manhã OU Uma Tarde = 17,50€

**Preços Não Alunos**

Curso Completo = 125€  
Meio Curso (só Manhãs / só Tardes) = 85€  
Um Dia = 42,50€  
Uma Manhã OU Uma Tarde = 22,50€