

Danzas africanas



Horario:	Dimecres de 20.15 a 21.45 h
Profesor:	Robert
Espacio:	Sala 2
Cuota:	45,93 €
Inici taller:	Dimecres 25 de gener

Duración del curso: 13.30 h (9 sessions)

Descripción del curso:

Son el origen de los bailes americanos, como el funky o la capoeira, debido a la exportación de esclavos a este continente.

Son universalmente reconocidas las propiedades terapéuticas de los ritmos de este tipo de danzas. Desde el punto de vista físico, el motor se sitúa en las caderas y la pelvis, además de en las piernas y los brazos, con lo que se consigue fortalecer todos los músculos del cuerpo. También permiten trabajar la coordinación y disociación del cuerpo, además de la creatividad individual gracias a la improvisación de movimientos.

Desde el punto de vista psíquico, los ritmos son capaces de levantar el ánimo y permiten contactar con las sensaciones y emociones internas para liberarlas.