

Norentzat?

Dantza estilo alai eta dinamikoa ikasi nahi duten 15 urte gorakoentzat dira dantza latinoak.

Ez da ezinbestekoa bikotearekin etortzea.

¿Para quién?

Los Bailes Latinos están dirigidos a todas aquellas personas mayores de 15 años que deseen aprender un estilo de baile alegre y dinámico.

No es imprescindible acudir con pareja.

Onurak !!

- Psikomotrizitatea hobetu.
- Ongizate psikologiko eta fisikoa hobetu.
- Harreman sozialak hobetu.
- Gorputzaren kontrola hobetu

¡¡ Beneficios !!

- Mejora la psicomotricidad.
- Mejora el bienestar físico y psicológico.
- Mejora las relaciones sociales.
- Obtener control del cuerpo.

DANTZA LATINOAK



ORDUTEGIA

Larunbata 11:30 - 12:20
(Hasierakoa)
Larunbata 12:30 - 13:20
(Aurreratua)

HORARIO

Sábado 11:30 - 12:20
(Iniciación)
Sábado 12:30 - 13:20
(Avanzado)

SAKONETA KIROLDEGIA

Sabino Arana, 77- 48940 Leioa
Tel. 94 400 80 59
uki.idmleioa@leioa.net

Sarrera

Dantza latinoak areto dantzak dira, baita erlaxazio mental eta fisikorako mesedegarri ere.

Dantza hauek ez dira dantza estandarrak bezalakoak sentimendu eta indar handiagoa transmititzen dutelako. Erritmoak arinak dira, oso pausa laburrekin.

Dantza latinoen barruan, honako hauek ematen ditugu: TxaTxaTxa, Jive Pasodoble, Sanba eta Boleroa

Introducción

Los bailes latinos, son bailes de salón, favorecen la relajación tanto mental como física.

Estos bailes son distintos a los bailes estándar, ya que transmiten mas sentimiento y fuerza. Los ritmos son rápidos y con pausas muy cortas.

Dentro de los bailes latinos se imparten; ChaChaCha, Jive, Pasodoble Samba, Bolero.

Erabilera araudia:

1. Aktibitatean izena eman ezarritako epean.
2. Saioetan puntuala izan.
3. Saioek 50 minutu iraungo dute.
4. Berria den edozer jakinarazi begiraleari: hasiberria, lesioak, sasoi fisikoa.
5. Dantzatzeke oinetako egokiak eraman (gomazko zolarik EZ)
6. Dantzatzeke arropa eroso erabili.

Normativa de uso:

1. Inscribirse a la actividad en los plazos establecidos.
2. Ser puntual al inicio de las sesiones.
3. Las sesiones tendrán una duración de 50 minutos
4. Informar al monitor/a de cualquier circunstancia novedosa: principiante, lesionado/a, estado de forma.
5. Llevar el calzado adecuado para bailar, (NO suelas de goma).
6. Usar ropa cómoda para bailar.

IKASTARoen ANTOLAKUNTZA:

Hastapena	Larunbata	11:30-12:20
Aurreratua	Larunbata	12:30-13:20

¿COMO ESTAN ORGANIZADOS LOS CURSOS?:

Iniciación	Sábados	11:30-12:20
Avanzado	Sábados	12:30-13:20