

ACRODANCE FLOOR

A chi è rivolto?

Accessibile e adattabile a tutti i livelli con l'obiettivo di ampliare le conoscenze e crescere dal punto di vista tecnico, creativo, performativo e voglia sviluppare una qualità di movimento organica e fluida al suolo.

I percorsi sono tenuti da docenti di alto livello con massima esperienza per ogni stile e tecnica proposti, insomma un modo per alzare davvero l'asticella delle proprie skills!

Programma:

Pre-Acrobatica: Pratica sui vari elementi della pre/acrobatica (dai rotolamenti, rondate, rovesciamenti fino al flic) ed elementi base di "freestyle" in sospensione ed in appoggio.

Verticalismo: la mobilità specifica per migliorare gli allineamenti in verticale, tutti i "trucchi" per tenere l'equilibrio, pratica di slancio e di forza (propedeutiche progressive per allenarle correttamente), la verticale in movimento (pivot, cambi direzione e spostamenti controllati).

Acrodanza: 3 incontri sull'apprendimento del vocabolario tecnico di acrodanza su tre livelli:

LIVELLO 1 (a terra): materiale di floorwork e tecniche di rotolamento al suolo.

LIVELLO 2 (quadropedia): passaggi su gomiti, ginocchia e materiale di break dance

LIVELLO 3 (in piedi): variazioni di ruote e passaggi sulle mani.

Abbigliamento consigliato: maglia a maniche lunghe, pantaloni lunghi e calzini.

Durata totale: 16 ore con 4 appuntamenti

Date: 15/10 (Andrea), 12/11, 3/12, 21/01 (Davide)

Orario: 14:00-18:15

Modalità di iscrizione

PROMO ENTRO IL 16/09 250€!

Dal 16/09 Prezzo intero 290€

Singolo appuntamento 80€

Iscrizione 10€

Docenti:

Andrea Neyroz: Docente di Calisthenics, Flexibility e Preacrobatica per la Federazione italiana Fitness Ginnasta professionista: ha militato per 9 anni nel campionato di Serie A e ha conquistato un oro, un argento e un bronzo ai campionati nazionali.

Fa parte in qualità di Acrobata del cast del noto musical in tour mondiale 'Notre Dame de Paris', con musiche di Riccardo Cocciante. Autore del Libro "MANUALE DI CALISTHENICS" redazione Elika editrice.

Davide Bonetti, classe '95, è acrodanzatore.

All'età di 18 anni entra alla Scuola di Circo contemporaneo FLIC di Torino come acrobata e qui si specializza in verticalismo.

A 22 anni continua la sua formazione al CNAC (Centre National des Arts du Cirque) in Francia interessandosi ad un approccio più fluido e organico dell'acrobatica: l'acrodanza.

Tra il 2019 e il 2021 è in tournée in Francia e Belgio come performer e da 6 anni tiene workshop di questa disciplina in Italia e in Europa.

Tra i festival europei a cui ha insegnato: B12 research or die (Berlino), HJS Summer Intensive (Amsterdam), Frei Art Festival (Friburgo).