

| ORARIO<br>SALA | LUNEDÌ                              |  |        | MARTEDÌ   |      |        | MERCOLEDÌ                              |      |        | GIOVEDÌ                                     |                                     |        | VENERDÌ |   |        |  |  |  |  |  |
|----------------|-------------------------------------|--|--------|---|------|--------|--|------|--------|---|-------------------------------------|--------|---------|---|--------|--|--|--|--|--|
|                |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
|                | SOLE                                | LUNA                                   | ORBITA | SOLE  | LUNA | ORBITA | SOLE                                   | LUNA | ORBITA | SOLE  | LUNA                                | ORBITA | SOLE    | LUNA  | ORBITA |  |  |  |  |  |
| 15:15 – 16:00  | HIP HOP 11<br>15 ANNI<br>INTERMEDIO |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 16:00 – 16:15  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 16:15 – 16:30  | DANZA<br>CREATIVA<br>3 – 5 ANNI     |  |        | DANZA<br>MODERNA<br>PRINCIPIANTI /<br>INTERMEDIO<br>11 – 15 ANN |      |        | DANZA<br>CREATIVA<br>3 – 5 ANNI        |      |        | DANZA<br>CREATIVA<br>3 – 5 ANNI             |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 16:30 – 16:45  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 16:45 – 17:00  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 17:00 – 17:15  |                                     | HIP HOP<br>PRINCIPIANTI<br>6 – 10 ANNI |        | DANZA<br>CLASSICA<br>PRINCIPIANTI<br>6 – 10 ANN                 |      |        | HIP HOP<br>PRINCIPIANTI<br>6 – 10 ANNI |      |        | DANZA<br>MODERNA<br>AVANZATO<br>6 / 10 ANNI | HIP HOP 11<br>15 ANNI<br>INTERMEDIO |        |         | DANZA<br>MODERNA<br>PRINCIPIANTI<br>6 – 10 ANNI |        |  |  |  |  |  |
| 17:15 – 17:30  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 17:30 – 17:45  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 17:45 – 18:00  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 21:00 – 21:15  | JAZZ ROOTS<br>16 ANNI +             |  |        | BOOGIE<br>WOOGIE<br>16 ANNI +                                   |      |        |  |      |        | LINDY HOP<br>16 ANNI +                      |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 21:15 – 21:30  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 21:30 – 21:45  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |
| 21:45 – 22:00  |                                     |  |        |   |      |        |  |      |        |   |                                     |        |         |   |        |  |  |  |  |  |



WELLFIT

WELLFIT – LA PALESTRA | VIA EMILIO LEPIDO 66/A – 43123 PARMA | TEL. 0521.486805 | FAX 0521.461031  
 INFO@WELLFITPARMA.IT | FB: CENTROWELLFIT | WWW.WELLFITPARMA.IT

## **Descrizione corsi**

Danza creativa (dai 3 ai 5 anni): Lezioni di danza basate su una forma di apprendimento veicolata dal gioco. Durante le lezioni della durata di 45 minuti si apprendono gli schemi motori di base propedeutici allo studio della danza classica e non solo. Le nozioni saranno trasmesse in forma ludica affinché l'attenzione delle allieve resti costante e le varie tecniche vengano fissate senza sforzo.

*Nota: I genitori non possono assistere alla lezione ma potranno vedere i risultati ogni quattro mesi. Le bimbe non possono avere il pannolino. I tre anni come età minima sono tassativi, due anni e mezzo sono troppo pochi per accedere alla classe.*

Danza classica principianti (dai 6 ai 10 anni): Corso finalizzato all'apprendimento delle tecniche base di questa elegante disciplina che forma il corpo e la mente senza perdere di vista il benessere delle allieve.

*Nota: Per partecipare al corso non ci sono prerequisiti. Se la bambina interessata ha fatto un solo anno di danza classica altrove o di propedeutica è consigliato questo livello. Sarà poi l'insegnante eventualmente a stabilire uno spostamento di livello dopo i primi quattro mesi.*

Danza Moderna principianti (dai 6 ai 10 anni): Corso insieme tecnico e divertente che coniuga le linee e la precisione della danza classica a movimenti più sciolti ed energici su brani moderni talvolta ritmati talvolta melodici. Nei primi approcci a questo stile l'insegnamento è focalizzato sulla trasmissione delle basi tecniche e sulla capacità di seguire la musica.

*Nota: Per partecipare al corso non ci sono prerequisiti. Se la bambina interessata ha fatto un solo anno di danza classica o moderna altrove o di propedeutica è consigliato questo livello. Sarà poi l'insegnante eventualmente a stabilire uno spostamento di livello dopo i primi quattro mesi.*

Danza Moderna intermedio (dai 6 ai 10 anni): Corso insieme tecnico e divertente che coniuga le linee e la precisione della danza classica a movimenti più sciolti ed energici su brani moderni talvolta ritmati talvolta melodici. Il livello intermedio considera acquisite le principali basi tecniche, alcuni specifici movimenti della danza moderna e presuppone una buona musicalità e fluidità di movimento con la musica.

*Nota: La persona interessata dovrebbe avere almeno due anni di danza classica o propedeutica o moderna alle spalle.*

Danza moderna ragazze (dagli 11 ai 15 anni): Corso tecnico e stimolante che unisce la tecnica classica all'energia e alla dinamicità della danza moderna. Un ottimo modo per avere cura del proprio corpo e delle proprie emozioni.

*Note: La persona interessata dovrebbe avere almeno un anno di danza alle spalle ma può essere anche principiante con una buona voglia di imparare e cimentarsi nella nuova attività.*

Hip Hop principianti (dai 6 ai 10 anni): Stile giovane e forte che coniuga energia, musicalità, coordinazione, padronanza del corpo e dei movimenti con il carattere e la personalità di ogni allievo. Nei primi livelli di questa disciplina si lavora sulla coordinazione, sull'apprendimento dei passi base e sull'ascolto della musica acquisendo una maggiore padronanza delle possibilità motorie e una maggiore fiducia in sé stessi.

*Nota: Per partecipare al corso non ci sono prerequisiti. Se la bambina/o interessata/o ha fatto un solo anno di hip hop o altri stili di danza altrove è consigliato questo livello. Sarà poi l'insegnante eventualmente a stabilire uno spostamento di livello dopo i primi quattro mesi.*

Hip Hop ragazzi (dagli 11 ai 15 anni): Stile energico e preciso con una grande attenzione alla musica e alla capacità di esecuzione rapida e precisa di movimenti articolati con alto coefficiente di coordinazione e carattere. Corso che si basa sull'apprendimento e il potenziamento di passi base e che lavora sull'aumentare gradualmente il livello di difficoltà e spettacolarità dei movimenti.

*Note: La persona interessata dovrebbe avere almeno un anno di danza alle spalle ma può essere anche principiante con una buona voglia di imparare e cimentarsi nella nuova attività.*

## **Apertura iscrizioni**

Primo quadrimestre 18/09/2017 (le iscrizioni non hanno chiusura ma da dicembre le richieste di partecipazione alle attività vanno vagliate dall'istruttore dopo la lezione di prova dell'allievo).

Secondo quadrimestre 08/01/2018 (i rinnovi non hanno chiusura ma dal primo lunedì di marzo le richieste di partecipazione alle attività vanno vagliate dall'istruttore dopo la lezione di prova dell'allievo).

## **Inizio corsi**

Open week (settimana di prova delle attività) dal 25/09/2017 al 29/09/2017

Inizio attività 02/10/2017 termine 01/05/2018

Primo quadrimestre dal 02/10/2017 al 31/01/2018

Secondo quadrimestre dal 01/02/2018 al 01/05/2018

## **Numero massimo iscritti per corso**

Danza creativa 16 (dai 3 ai 5 anni la proporzione è un'insegnante ogni 8 bambini)

Danza classica 15

Danza moderna 15

Hip Hop 15

## **Costi**

### Danza creativa

Una lezione a settimana di 45 minuti costo del quadrimestre 120,00 euro

Annuale (otto mesi) 240,00 euro

### Danza classica, Danza moderna, Hip Hop

Un'ora a settimana costo del quadrimestre 145,00 euro. Annuale (otto mesi) 275,00 euro anziché 290,00 euro.

Due ore a settimana dello stesso stile quadrimestre 290,00 euro.

Annuale (otto mesi) 540,00 euro anziché 570,00 euro

Due ore a settimana di stili diversi (esempio: classica e moderna) quadrimestre 280,00 euro. Annuale (otto mesi) 530,00 euro anziché 560,00 euro.

Iscrizione fratelli scontistica 10%

Le lezioni perse non vengono rimborsate e si recuperano solo se la perdita dipende dall'assenza dell'insegnante.

Se l'iscrizione avviene ad attività iniziata si detrae dal totale del quadrimestre l'importo delle lezioni perse a partire solo dalla quarta lezione persa. Se si perdono tre lezioni o meno si paga l'importo totale.

Se si perdono quattro lezioni si ha lo sconto di una lezione singola 9,00 euro. Se si perdono cinque lezioni si ha lo sconto di due lezioni 18,00 euro e così via.

Per ogni chiarimento in merito ad inserimento allieve che non rientrano nella casistica di cui sopra o per richiesta di ulteriori delucidazioni da parte dei genitori o delle potenziali allieve lasciare il mio numero

Ilenia Capacchione 3293103483

Per altri dubbi su quanto scritto e/o sulla gestione di qualche aspetto sono sempre disponibile al cellulare.

