



HIP HOP New Style

Estil de ballurbà amb la música hiphop, trap i R&B.

Dimarts de 19:30 a 20:30h *Nou

TIKTOK

Aprèn les coreografies més actuals de TikTok!

(6-10 anys) Dimarts de 18:30 a 19:30h *Nou

COMMERCIAL

Mix d'estils de ball de dansa urbana amb la música més comercial (hiphop, reggaetón, pop, trap, sexy style, dancehall, R&B...).

(9-11 anys) Dijous de 17:30 a 18:30h *Nou

(+ 12 anys) I Dijous de 18:30 a 19:30h

(+ 12 anys) II Dijous de 19:30 a 20:30h

(+ 12 anys) III Dijous de 20:30 a 21:30h

FIT-KID

Treballaràs la força, la flexibilitat i les acrobàcies sobre un airtrack de 10m.

Nivell I Dimecres de 17:30 a 18:30h

Nivell II Dimecres de 18:30 a 19:30h

Nivell III Dimecres de 19:30 a 20:30h

CONTEMPORANI

Expressa una idea o emoció mitjançant la tècnica del ballet clàssic però incorporant moviments més moderns.

Nivell I Dilluns de 18:30 a 19:30h *Nou

Nivell II Dilluns de 19:30 a 20:30h

DANSKIDS

Formació genèrica de ball de tots els estils. Aprèn a ballar ritmes llatins, ritmes urbans, comercial, contemporani, etc.

(7-10 anys) I Divendres de 18:30 a 19:30h

(7-10 anys) II Dimarts de 17:30 a 18:30h

(7-10 anys) III Dimarts de 18:30 a 19:30h

LLATINS

Aprèn a ballar els ritmes llatins del ball esportiu (samba, jive, chachachá, bolero, salsa, bachata, etc).

Nivell I Dimecres de 17:30 a 18:30h

Nivell II Dimecres de 18:30 a 19:30h

SEXY STYLE

Estil que fusiona l'actitud forta, directa i descarada del hiphop amb la sensualitat femenina del burlesque.

(+ 12 anys) Dilluns de 20:30 a 21:30h *Nou

FLEXIBILITAT

Treballaràs flexibilitat, salts i acrobàcies (roda, pont, paloma, etc).

(6-11 anys) I Dijous de 17:30 a 18:30h

(6-11 anys) II Dijous de 18:30 a 19:30h

(6-11 anys) III Divendres de 18:30 a 19:30h *Nou

FLEXIBILITAT I TONIFICACIÓ

Exercicis per a millorar la flexibilitat de cames i esquena, juntament amb treball d'abdominals, cames i glutis.

Dimarts de 19:30 a 20:30h

*(A): Sala A *(B): Sala B

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17:30h		DANSKIDS II (A)	LLATINS I (A) — FIT-KID I (B)	COMMERCIAL (9-11 anys) (A) — FLEXIBILITAT I (B)	
18:30h	CONTEMPORANI I (A)	DANSKIDS III (A) — TIKTOK (B)	LLATINS II (A) — FIT-KID II (B)	COMMERCIAL I (A) — FLEXIBILITAT II (B)	DANSKIDS (7-10 anys) (A) — FLEXIBILITAT III (B)
19:30h	CONTEMPORANI II (A)	FLEXI I TONI (A) — HIP HOP (B)	FIT-KID III (B)	COMMERCIAL II (B)	
20:30h	SEXY STYLE (A)	EMOTIONS (A)		COMMERCIAL III (B)	