

## **LEZIONI DI PIZZICA 2021/2022**

**con Elena Steinauer Tutti i Venerdì h 19:30- 20:45 Spazio Inverso  
Tesserete**

La Pizzica (per giovani e meno giovani con o senza esperienze di danza) è una danza che può rappresentare un percorso verso se stessi attraverso il potere espressivo del corpo, lasciandosi andare sulle onde di musiche e ritmi ancestrali.

Un ballo che si danza insieme e che fa quindi riscoprire un canale di comunicazione verso gli altri: può essere una danza di coppia, sia femminile che maschile.

I passi della Pizzica sono piccoli, combinati a giravolte e piccoli salti che sollevano il corpo ritmicamente da terra: è chiamata anche danza di resistenza, perché nel praticarla è importante contrastare la stanchezza. La sua bellezza è nell'oscillazione continua del corpo che segue il ritmo di segnali: un movimento incessante che è vita.

La lezione inizia con un riscaldamento del corpo, esplorando armonicamente gli elementi base della danza: spazio, dinamica e relazione. Poi si procede alla pratica diretta dei passi base, dello stile e della postura del corpo. Inoltre, seguiranno anche altre danze tipiche del sud Italia, della famiglia della tarantella.

**Tutti i venerdì h19.30-20.45**

**Una lezione: 22.- Quattro lezioni: 88.-**

È possibile pagare la singola lezione singolarmente. La frequenza di ogni venerdì non è obbligatoria.

Si danza a piedi nudi, con gonna lunga o pantaloni.

info/iscrizioni

Elena Steinauer 079 565 01 67