

DANÇAS AFRO-LATINAS



PROMOFITNESS.COM

DURAÇÃO: 110h /// 22 U.C. PARA RENOVAÇÃO DO TPTEF

As danças Afro-latinas, caracterizam-se por promoverem uma sensação de bem-estar, trazendo equilíbrio emocional e contribuindo para a autoestima de quem as pratica, além de melhorar as relações sociais. São apenas algumas das razões que estão na base do aumento do número de escolas de dança, academias, grupos ou associações culturais que fomentam estes estilos de dança e consequentemente abrem oportunidades profissionais.

O Curso de Danças Afro-Latinas surge com o objetivo de dar resposta a essas necessidades do mercado e visa o aperfeiçoamento, atualização e de formação de professores e bailarinos especializados em danças Afro-latinas, permitindo adquirir as bases e as ferramentas necessárias para o exercício da função.

22 Unidades de Crédito para renovação do TPTEF (Título Profissional de Técnico/a de Exercício Físico) e do TPDT (Título Profissional de Director/a Técnico/a).

ESTRUTURA PEDAGÓGICA DO CURSO

MÓDULO I - SALSA

1. Elementos essenciais ao ensino da Salsa
2. Trabalho a par
3. Voltas
4. Introdução ao estilo Cubano e Salsa Casino Rueda
5. Salsa Cross Body Lead Style (CBL)
6. Cross Body Lead com voltas

MÓDULO II - MERENGUE E CHA CHA CHA

1. A expressão corporal nas danças latinas
2. Cha-cha-chá: História e estilos
3. Cha-cha-chá estilos desportivo e socializado - passos básicos
4. Cha-cha-chá estilo em linha ou salsero
5. Merengue
6. Elementos fundamentais de preparação de coreografias de grupos

MÓDULO III - TANGO ARGENTINO

1. Princípios Básicos
2. Oito para a Frente (El Ocho Adelante)
3. Oito para trás (El Ocho Atrás)
4. "El Sanguchito" (Sandwich)
5. Mudanças de Direção
6. Figuras do tango
7. Parada com "Calesita"

MÓDULO IV - BACHATA

1. Princípios Básicos
2. Bachata Footwork Variations (Shines e Par)
3. "Cross Handed Turns"
4. "Two Handed Turns"
5. Hammer Lock Double Handed Turns
6. Voltas em "Enrosque"

7. Trabalho de par em Linha e "Roda de Casino" de Bachata

MÓDULO V - KIZOMBA E SEMBA

1. A expressão corporal nas danças africanas
2. Semba e Kizomba
3. Semba
4. Kizomba na passada
5. Elementos fundamentais de preparação de coreografias de grupos

DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA

- Currículo Resumido, não excedendo as 3 páginas;
- 1 Fotografia;
- Ficha de Inscrição preenchida e assinada;
- Contrato de formação preenchido e assinado;
- Comprovativo de pagamento (Taxa de inscrição)

