



TUBALLOSWING

**Guida all'anno
scolastico
2025-2026**

CORSI | MODULI | PERCORSI DIDATTICI | ISCRIZIONI | ORIENTAMENTO

Sommario

PAGINA 3 - INTRODUZIONI

- CORSI INTRO
- MODULI
- PERCORSI PRIVATI
- ORIENTAMENTO PERSONALIZZATO

PAGINA 4 - DISCIPLINE E VARIE

- LINDY HOP
- SOLO JAZZ
- BOOGIE WOOGIE
- LA SOCIAL DEL MERCOLEDÌ
- LEADER E FOLLOWER

PAGINA 5 - ORARIO GENERICO

PAGINA 6/9 - MAPPA ANNUALE DI TEMI E MODULI

- 7. LINDY HOP
- 8. SOLO JAZZ
- 9. BOOGIE WOOGIE
- 9. MUSICALITY

PAGINA 10/18 - AREE TEMATICHE

- 10-14. LINDY HOP
- 15-17. SOLO JAZZ
- 18. BOOGIE WOOGIE
- 18. MUSICALITY

PAGINA 19/25 - MODULI ATTIVI NEL 3° TRIMESTRE

- LINDY HOP
- SOLO JAZZ
- BOOGIE WOOGIE
- MUSICALITY

PAGINA 26 - CONTATTI

- TELEFONO SEGRETERIA
- WHATSAPP SEGRETERIA
- EMAIL SEGRETERIA
- ORARI SEGRETERIA
- INDIRIZZO SCUOLA

CORSI INTRO & MODULI

L'offerta didattica di Tuballoswing si sviluppa attraverso **due annualità di Corsi Intro (principianti) e molteplici Moduli tematici** frequentabili a piacimento, in base alle proprie passioni, livello di abilità ed esigenze formative.

Come funziona

PRINCIPIANTE? I Corsi INTRO sono la tua porta d'ingresso per il mondo dello Swing! Durante le lezioni apprenderai il necessario per divertirti in pista, e costruirai solide basi per personalizzare il tuo percorso futuro. I Corsi INTRO sono concepiti come percorsi annuali e si partecipa con **iscrizione annuale o trimestrale**.

HAI GIÀ FREQUENTATO CORSI INTRO? Per te si apre un universo di possibilità! Da quest'anno puoi comporre il tuo percorso, scegliendo **Moduli tematici per ogni disciplina e livello di abilità**.

- Ogni Modulo durerà **tra le 2 e le 6 settimane**, in base al tema trattato
- Puoi **scegliere liberamente** i Moduli a cui partecipare, in base alle tue capacità attuali, alle aree che vuoi migliorare o semplicemente a ciò che più ti appassiona e incuriosisce!
- Grazie ai Moduli, **approfondisci ciò che ti serve davvero, impari in modo più efficace e mirato, mantieni alta la motivazione!**

N.B. Alcuni Moduli sono adatti anche ai principianti - info in descrizione

Come iscriversi

È possibile iscriversi a Corsi Intro e Moduli **online e in segreteria**. Ogni Modulo verrà presentato in anticipo con:

- **Disciplina, titolo e descrizione** del tema
- **Obiettivi** del percorso
- **Livello** consigliato
- **Durata e calendario** lezioni

Potrai seguire un solo Modulo o **combinarne più di uno**.

PERCORSI PRIVATI

In parallelo al sistema dei Moduli tematici, è possibile intraprendere **percorsi privati** in singolo, in coppia o - NOVITÀ ASSOLUTA - di mini gruppo dalle 3 alle 5 persone (se in "Solo"), o per un massimo di 3 coppie.

Private per mini gruppi



Orientamento personalizzato

Dubbi su cosa frequentare? Puoi richiedere un **orientamento personalizzato!** Insieme a Giulia, capirai Corsi e Moduli più adatti alle tue esigenze. Analizzerete insieme obiettivi e desideri, per creare **un percorso stimolante e in linea con le tue aspettative di crescita!**

PRENOTAZIONE APPUNTAMENTO - segreteria@tuballoswing.it

PRENOTAZIONE LEZIONI PRIVATE - giulia.tuballoswing.it

1° trimestre: DAL 8 AL 12 SETTEMBRE

2° trimestre: 22 DICEMBRE

3° trimestre: 30 MARZO

Lindy Hop

IL RE DEI BALLI SWING! NATO NEGLI ANNI '30 NELLE SALE DA BALLO AMERICANE, IL LINDY HOP È DETTO ANCHE "LA DANZA DEL SORRISO", ISPIRATO ALLA MUSICA SWING DELLE BIG BAND. UN **BALLO DI COPPIA ENERGICO E GIOIOSO**, PERFETTO PER TUTTE LE ETÀ, BASATO SUL DIALOGO CON IL PARTNER E LA MUSICA. UN BALLO CHE DIVENTERÀ PARTE DELLA TUA VITA, GRAZIE A UN'ATTIVISSIMA COMMUNITY INTERNAZIONALE!

Boogie Woogie

UN TUFFO NEGLI ANNI '50 CON IL RITMO TRAVOLGENTE DEL PIANOFORTE BLUES. IL BOOGIE WOOGIE RICHIAMA L'EPOCA DELLA BRILLANTINA, DELLE GONNE A RUOTA E DELLE AUTOMOBILI COLOR PASTELLO. UN **BALLO DI COPPIA VIVACE E ALLEGRO**, CHE IMPARERAI IN UN'ATMOSFERA SOCIALE, RILASSATA E ADATTO A OGNI ETÀ. NON RIUSCIRAI A TENERE I PIEDI FERMI!

Jazz

LIBERTÀ, ESPRESSIVITÀ E STILE! UN **BALLO SINGOLO**, SENZA PARTNER, NATO TRA GLI ANNI '20 E '40. IL JAZZ È RICCO DEI PASSI ICONICI CHE HANNO DATO VITA ALLE COREOGRAFIE PIÙ BALLATE NELLE SOCIAL DANCE DI TUTTO IL MONDO. CON IL JAZZ, **SVILUPPI RITMO, STILE E MUSICALITÀ**, MIGLIORANDO ANCHE IL BALLO DI COPPIA. PER TUTTI: CHI AMA IMPROVVISARE SULLA MUSICA E CHI È ATTRATTO DALLE COREOGRAFIE.

La Social del Mercoledì

DA OLTRE 10 ANNI, IL MERCOLEDÌ FIORENTINO È SWING! LA SOCIAL DEL MERCOLEDÌ È LA TUA OPPORTUNITÀ SETTIMANALE PER **BALLARE, VIVERE LA COMMUNITY SWING** E GUSTARE DELIZIOSE POLIBIBITE FUTURISTE AL **BANCO A RISTORO DEL RENNY**. **INGRESSO GRATUITO PER I TESSERATI TUBALLOSWING**. DALLE 22:00 ALLE 00:00

Leader e Follower

LINDY HOP E BOOGIE WOOGIE SI BASANO SU DUE **RUOLI COMPLEMENTARI**: LEADER E FOLLOWER, CHI GUIDA E CHI SEGUE. IN UN DIALOGO PARITARIO, I PARTNER SI ISPIRANO A VICENDA ED ENTRANO IN CONNESSIONE CON LA MUSICA. AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE AL CORSO, **SCEGLI SE ESSERE LEADER O FOLLOWER**. CURIOSO DI ENTRAMBI? SEGUI IL NOSTRO CALENDARIO PER WORKSHOP DI SWITCH ROLES!



**ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER
E SEGUICI SUI SOCIAL**

PER SCOPRIRE OGNI MESE TANTISSIME ATTIVITÀ
OLTRE AI CORSI, COME SERATE, EVENTI E WORKSHOP



TUBALLOSWING | A.S. 2025-2026

ORARIO GENERICO | A.S. 2025-2026

MARTEDI

Main *Factory* *Red*

19.30-20.30

LINDY HOP
INTRO 2

19.30-20.30

JAZZ
INTRO 1

20.30-21.30

MODULI

20.30-21.30

**BOOGIE
WOOGIE**
INTRO 2

21.30-22.30

LINDY HOP
INTRO 1
GENNAIO

21.30-22.30

JAZZ SHOW
INVITATIONAL

MERCOLEDI

Main *Factory* *Red*

20.00-21.00

LINDY HOP
INTRO 1

20.00-21.00

MODULI

20.00-21.00

JAZZ
INTRO 2

21.00-22.00

MODULI

21.00-22.00

**BOOGIE
WOOGIE**
INTRO 1

21.00-22.00

MODULI

22.00-00.00

**SOCIAL
DANCE**

GIOVEDI

Main *Factory* *Red*

19.30-20.30

MODULI

19.30-20.30

**JAZZ
TRAINING**
INVITATIONAL

20.30-21.30

LINDY HOP
INTRO 2

20.30-21.30

JAZZ
INTRO 1

21.30-22.30

LINDY HOP
INTRO 1

21.30-22.30

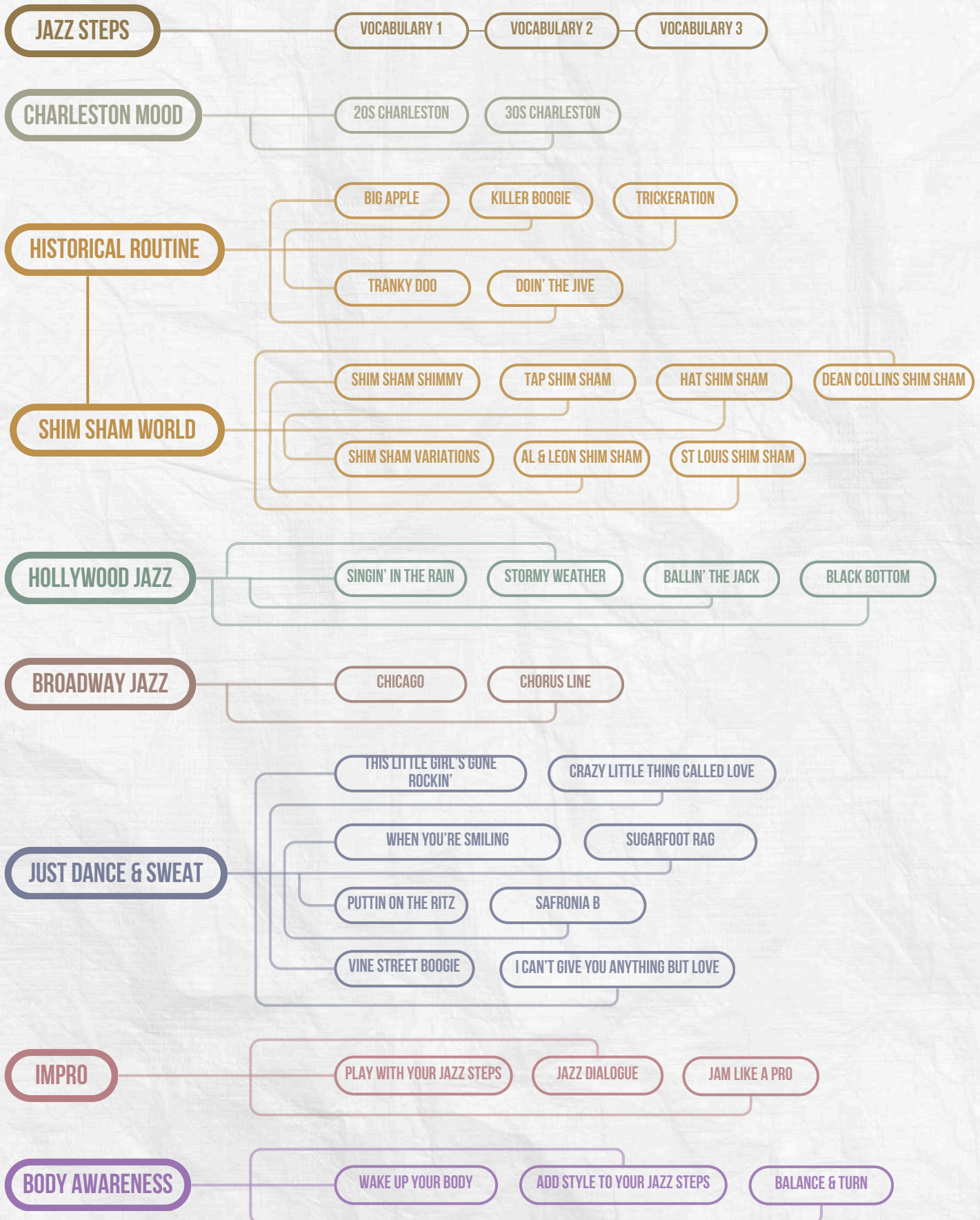
MODULI



TUBALLOSWING

**Mappa annuale
di Temi e Moduli**

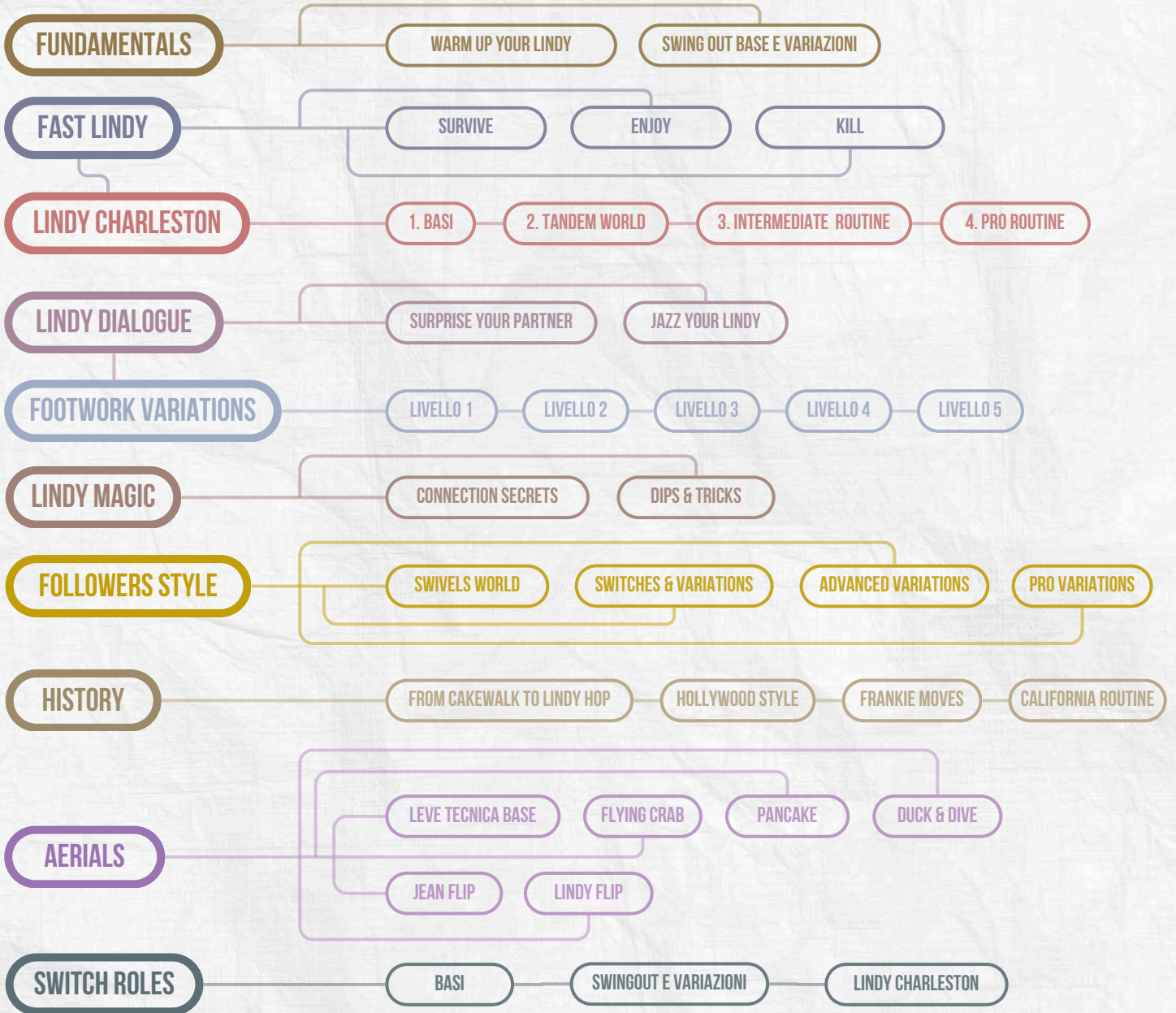
DIDATTICA 2025-2026



Temi

Moduli

LINDY HOP



Temi

Moduli

BOOGIE WOOGIE



Temi

Moduli

MUSICALITY

LET'S CLAP ON 8!

LET'S GROOVE!

JAZZ HISTORY

JAZZ STRUCTURES

READ THE MUSIC

LINDY O BOOGIE?

DUBBI? FISSA UN APPUNTAMENTO



PUOI RICHIEDERE UN **ORIENTAMENTO PERSONALIZZATO!** INSIEME A GIULIA, CAPIRAI CORSI E MODULI PIÙ ADATTI ALLE TUE ESIGENZE. ANALizzerete INSIEME OBIETTIVI E DESIDERI, PER CREARE UN PERCORSO STIMOLANTE E IN LINEA CON LE TUE ASPETTATIVE DI CRESCITA!

PRENOTAZIONE APPUNTAMENTO:
SEGRETERIA@TUBALLOSWING.IT

! SOLO LUNEDÌ 30 MARZO

(Nel frattempo, esplora temi e moduli di quest'anno per arrivare preparato all'incontro)



TUBALLOSWING

Aree tematiche

DESCRIZIONI DETTAGLIATE

FUNDAMENTALS

MODULI CHE TRATTERANNO **ALCUNE DELLE FONDAMENTA DEL LINDY HOP**. QUESTA CATEGORIA È PENSATA PER CHI VUOLE **RISVEGLIARE, CONSOLIDARE O RAFFORZARE** LE BASI DEL PROPRIO BALLO. ATTRAVERSO MODULI MIRATI, LAVOREREMO SUGLI ELEMENTI INDISPENSABILI PER BALLARE CON SICUREZZA E DIVERTIMENTO.

- PER CHI RIENTRA DOPO UNA PAUSA E VUOLE **RITROVARE** CONFIDENZA E FLUIDITÀ
- PER CHI STA **COSTRUIENDO** IL PROPRIO BALLO E VUOLE BASI SOLIDE
- PER CHI DESIDERA **PERFEZIONARE** POSTURA E CONNESSIONE CON IL/LA PARTNER.



FUNDAMENTALS

WARM UP YOUR LINDY

SWING OUT BASE E VARIAZIONI

FAST LINDY

LA CATEGORIA PER CHI VUOLE SENTIRE L'ADRENALINA DELLA MUSICA SWING VELOCE, BALLANDO CON **ENERGIA, VELOCITÀ E DIVERTIMENTO ALLO STATO PURO**. CI DEDICHEREMO AL LINDY HOP SULLE **VELOCITÀ PIÙ SOSTENUTE**, DOVE RESISTENZA, RITMO E TECNICA SI FONDONO PER PERMETTERE DI BALLARE SENZA AFFATICARSI E CON STILE.

- PER CHI DELLE BASI DEL LINDY HOP MOLTO SOLIDE
- PER CHI VUOLE SENTIRSI SICURO/A ANCHE SU BRANI VELOCI, SENZA PERDERE CONTROLLO NÉ SORRISO
- PER CHI AMA LA **SFIDA** E DESIDERA PORTARE IL PROPRIO BALLO A UN LIVELLO PIÙ ENERGETICO



FAST LINDY

SURVIVE

ENJOY

KILL

LINDY CHARLESTON

I MODULI PER CHI VUOLE RENDERE IL PROPRIO **LINDY HOP PIÙ ESPLOSIVO**, MUSICALE E DIVERTENTE, GRAZIE ALL'ENERGIA INCONFONDIBILE DEL CHARLESTON. IMPAREMOSI IL **CHARLESTON E LE SUE VARIAZIONI**, DALLE BASI IN COPPIA ALLE COMBINAZIONI PIÙ DINAMICHE. LAVOREREMO SULL'INTEGRAZIONE NATURALE DEL CHARLESTON NEL LINDY HOP, SCOPRENDO COME TRASFORMARLO IN UNO STRUMENTO MUSICALE E CREATIVO PER RENDERE OGNI BALLO UNICO.

- PER CHI VUOLE APPROFONDIRE IL CHARLESTON COME **PORTE INTEGRANTE DEL LINDY HOP**
- PER CHI DESIDERA AGGIUNGERE **VARIEtà, ENERGIA E RITMO** AL PROPRIO BALLO
- PER CHI AMA LE ROUTINE DINAMICHE E VUOLE SENTIRSI A PROPRIO AGIO CON LE **TRANSIZIONI TRA LINDY HOP E CHARLESTON**.



LINDY CHARLESTON

1. BASI

2. TANDEM WORLD

3. INTERMEDIATE ROUTINE

4. PRO ROUTINE

LINDY DIALOGUE

IL LINDY HOP COME CONVERSAZIONE A DUE. QUESTA CATEGORIA È DEDICATA **ALL'ARTE DEL DIALOGO NEL BALLO**: NON SOLO CONDURRE E SEGUIRE, MA **ASCOLTARE, RISPONDERE, PROPORRE E GIOCARE** CON IL/LA PARTNER. ATTRAVERSO ESERCIZI MIRATI E SEQUENZE DI BALLO, SI ESPLOREMANNO LA CONNESSIONE, LA COMUNICAZIONE NON VERBALE E LA CREATIVITÀ CONDIVISA. PER CHI VUOLE FARE DEL LINDY HOP UNA CONVERSAZIONE DOVE OGNI PASSO DIVENTA UNA RISPOSTA E OGNI MOVIMENTO UN'OCCASIONE DI GIOCO E CREATIVITÀ A DUE.

- PER CHI DESIDERA ANDARE OLTRE LA TECNICA E SVILUPPARE UNA **CONNESSIONE PIÙ PROFONDA** CON IL/LA PARTNER
- PER CHI VUOLE IMPARARE A **IMPROVVISARE INSIEME**, ASCOLTANDO E REAGENDO IN TEMPO REALE
- PER CHI CERCA MAGGIORE **LIBERTÀ, CREATIVITÀ E INTERAZIONE** NEL LINDY HOP.



LINDY DIALOGUE

SURPRISE YOUR PARTNER

JAZZ YOUR LINDY

FOOTWORK VARIATIONS

CREATIVITÀ A PARTIRE DAI PIEDI. QUESTA CATEGORIA È DEDICATA A TUTTE LE VARIAZIONI DI **FOOTWORK** CHE RENDONO IL LINDY HOP PERSONALE, DIVERTENTE E SEMPRE NUOVO. PARTENDO DAI PASSI FONDAMENTALI, ESPLOREMO MODI DIVERSI PER GIOCARE CON RITMO, ACCENTI E DINAMICHE, TRASFORMANDO OGNI SEQUENZA IN UN TERRENO DI ESPRESSIONE. SCOPRIREMO NUOVI MODI DI ESPRIMERSI SINGOLARMENTE SENZA PERDERE CONNESSIONE E FLUIDITÀ CON IL PARTNER, E ARRICCHIREMO IL BALLO DI **SPUNTI PER INSTAURARE UNA CONVERSAZIONE "BALLATA"** CON IL/LA PARTNER (VEDI CATEGORIA LINDY DIALOGUE).

- PER CHI VUOLE ARRICCHIRE IL PROPRIO BALLO CON **NUOVI DETTAGLI E SFUMATURE**
- PER CHI DESIDERA **RENDERE LE BASI PIÙ MUSICALI, DINAMICHE E PERSONALI**
- PER CHI HA VOGLIA DI AMPLIARE IL **BAGAGLIO RITMICO** PER DARE VITA A NUOVI DIALOGHI



FOOTWORK VARIATIONS

LIVELLO 1

LIVELLO 2

LIVELLO 3

LIVELLO 4

LIVELLO 5

LINDY MAGIC

LA MAGIA DEL LINDY HOP RACCHIUSA IN DUE MONDI DIVERSI MA COMPLEMENTARI: LA **CONNESSIONE**, CUORE PULSANTE DEL BALLO, E I **MOVIMENTI SCENICI**, CHE LO RENDONO SPETTACOLARE E INDIMENTICABILE. IN QUESTA CATEGORIA ESPLOREMO I SEGRETI PER CREARE UN DIALOGO FLUIDO E PROFONDO CON IL/LA PARTNER, MA ANCHE I **DIPS** E I **TRICKS** CHE AGGIUNGONO ELEGANZA, SORPRESA E UN PIZZICO DI **"WOW"** AL TUO BALLO. DUE ASPETTI DIVERSI, MA ENTRAMBI MAGICI, CHE FANNO DEL LINDY HOP UNA DISCIPLINA UNICA.

- PER CHI VUOLE SCOPRIRE LA **MAGIA DELLA CONNESSIONE** AUTENTICA, NATURALE E PROFONDA
- PER CHI DESIDERA AGGIUNGERE **MOMENTI SPETTACOLARI** AL PROPRIO LINDY HOP
- PER CHI CERCA UN'ESPERIENZA DI BALLO CHE UNISCA **ARMONIA, FIDUCIA E SHOW**



LINDY MAGIC

CONNECTION SECRETS

DIPS & TRICKS

FOLLOWER STYLE

QUESTO TEMA È DEDICATO A CHI VUOLE APPROFONDIRE **L'ARTE DEL RUOLO DEL FOLLOWER** NEL LINDY HOP. ESSERE FOLLOWER NON SIGNIFICA SOLO "SEGUIRE", MA **INTERPRETARE, ARRICCHIRE E DIALOGARE** CON IL/LA PARTNER E CON LA MUSICA. ATTRAVERSO TECNICA, STILE E CONSAPEVOLEZZA CORPOREA, SI LAVORERÀ SU POSTURA, LINEE, ABBELLIMENTI E LIBERTÀ ESPRESSIVA, PER RENDERE OGNI BALLO UNICO E PERSONALE.

- PER CHI VUOLE RENDERE IL PROPRIO BALLO PIÙ ELEGANTE, SICURO E CONSAPEVOLE
- PER CHI DESIDERA ESPRIMERE MEGLIO LA PROPRIA PERSONALITÀ NEL LINDY HOP
- PER CHI VUOLE SVILUPPARE MAGGIORE LIBERTÀ CREATIVA E MUSICALE NEL RUOLO

! CONSIGLIAMO DI ACCEDERE SOLO SE HAI GIÀ UNA BUONA CONOSCENZA DEL MOVIMENTO DI SWING OUT



FOLLOWERS STYLE

SWIVELS WORLD

SWITCHES & VARIATIONS

ADVANCED VARIATIONS

PRO VARIATIONS

HISTORY

SCOPRIRE LA STORIA BALLANDOLA. QUESTA CATEGORIA DI MODULI È UN VERO E PROPRIO **VIAGGIO NEL TEMPO**, ATTRAVERSO I BALLI, LE ROUTINE E LE FIGURE CHE HANNO FATTO LA STORIA DEL LINDY HOP E DELLE DANZE SWING. DAI PRIMI STILI CHE HANNO ISPIRATO LA NASCITA DEL LINDY HOP, FINO ALLE **ROUTINE STORICHE** E AI MOVIMENTI ICONICI DEI GRANDI MAESTRI COME **FRANKIE MANNING**, OGNI MODULO DIVENTA UN'OCCASIONE PER UNIRE **CULTURA E PRATICA**, APPROFONDENDO LA TRADIZIONE DIRETTAMENTE ATTRAVERSO IL CORPO.

- PER CHI AMA IL LINDY HOP E VUOLE CONOSCERNE A FONDO LE RADICI E I PROTAGONISTI
- PER CHI VUOLE ARRICCHIRE IL PROPRIO REPERTORIO CON **ROUTINE** E **MOVIMENTI STORICI**
- PER CHI DESIDERA BALLARE CON PIÙ CONSAPEVOLEZZA, COLLEGANDO **PASSATO E PRESENTE**.



HISTORY

FROM CAKEWALK TO LINDY HOP

HOLLYWOOD STYLE

FRANKIE MOVES

CALIFORNIA ROUTINE

AERIALS

ALZA IL LIVELLO DEL TUO LINDY HOP! PORTALO IN ARIA! QUESTA CATEGORIA È DEDICATA AI **MOVIMENTI ACROBATICI** E AI **SOLLEVAMENTI**, NOTI COME AERIALS, CHE AGGIUNGONO SPETTACOLARITÀ, ENERGIA E ADRENALINA AL BALLO. LAVOREREMO SU TECNICA, SICUREZZA E FIDUCIA RECIPROCA, PER ESEGUIRE LE ACROBAZIE PIÙ CONOSCIUTE TRA I LINDY HOPPERS, QUELLE PIÙ SEMPLICI E QUELLE PIÙ ELABORATE. I MOVIMENTI CHE IMPARERAI NON SONO RIVOLTI ALLA SOCIAL DANCE MA POTRAI FARNE USO IN JAM, SHOW E/O ALCUNI GENERI DI COMPETIZIONI.

L'ISCRIZIONE SARÀ IN COPPIA E NON EFFETTUEREMO CAMBIO PARTNER.

- PER CHI HA GIÀ SOLIDE BASI DI LINDY HOP E VUOLE PROVARE NUOVE SFIDE
- PER CHI DESIDERA IMPARARE I MOVIMENTI ACROBATICI IN SICUREZZA, CON PROGRESSIONI GRADUALI
- PER CHI VUOLE AGGIUNGERE AL PROPRIO REPERTORIO ELEMENTI SPETTACOLARI E COINVOLGENTI



AERIALS

LEVE TECNICA BASE

FLYING CRAB

PANCAKE

DUCK & DIVE

JEAN FLIP

LINDY FLIP

SWITCH ROLES

HAI SEMPRE BALLATO COME LEADER E VUOI PROVARE IL RUOLO DI FOLLOWER? O VICEVERSA? QUESTA È L'OCCASIONE PER FARE UN PERCORSO COMPLETO IN QUEST'OTTICA! QUESTI MODULI TI APRIRANNO UN NUOVO MONDO NEL LINDY HOP: QUELLO DEL RUOLO OPPOSTO, PER DIVENTARE UN BALLERINO/A PIÙ COMPLETO, CREATIVO E CONSAPEVOLE.

TI ACCORGERAI DI SVILUPPARE MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA ANCHE NEL TUO RUOLO INIZIALE, CAPIRAI MEGLIO LE DINAMICHE DEL BALLO, AUMENTERAI LA TUA CONSAPEVOLEZZA E DIVENTERAI PIÙ FLESSIBILE E CREATIVO SULLA PISTA.

- PER CHI CONOSCE GIÀ LE BASI DEL LINDY HOP IN UN RUOLO.
- PER CHI VUOLE ESPORARE NUOVE PROSPETTIVE E ARRICCHIRE IL PROPRIO BALLO.
- PER CHI CREDE CHE LA MAGIA DEL LINDY HOP NASCA ANCHE DALLA CAPACITÀ DI CAPIRE ENTRAMBI I RUOLI.
- PER CHI NON VUOLE PASSARE LA SERATA A BORDO PISTA AD ASPETTARE LEADER/FOLLOWER



SWITCH ROLES

BASI

SWINGOUT E VARIAZIONI

LINDY CHARLESTON

JAZZ STEPS

LA BASE DI TUTTO IL SOLO JAZZ! IN QUESTA CATEGORIA LAVOREREMO SUL **VOCABOLARIO DEI PASSI FONDAMENTALI**, QUELLI CHE OGNI BALLERINO DI JAZZ E SWING DEVE CONOSCERE PER SENTIRSI A CASA IN PISTA. L'OBIETTIVO È COSTRUIRE GLI STRUMENTI CONCRETI CHE DIVENTERANNO **LA BASE PER OGNI ROUTINE E/O IMPROVVISAZIONE**. LA CATEGORIA "JAZZ STEPS" È UN VERO E PROPRIO "ALFABETO DEL SOLO JAZZ", **INDISPENSABILE PER BALLARE CON SICUREZZA, LIBERTÀ E CREATIVITÀ**.

- PER CHI NON HA MAI FATTO SOLO JAZZ ED È INTERESSATO SOLTANTO AI PASSI BASE SENZA FREQUENTARE L'INTERO PERCORSO INTRODUTTIVO DI DUE ANNI
- PER CHI BALLA GIÀ IN COPPIA (LINDY HOP, CHARLESTON, BOOGIE WOOGIE, BALBOA, ECC.) E DESIDERA ARRICCHIRE IL PROPRIO BALLO CON PASSI DI JAZZ DA INSERIRE NELLE IMPROVVISAZIONI O NEI BREAK MUSICALI.
- PER CHI VUOLE MIGLIORARE RITMO, COORDINAZIONE E CONSAPEVOLEZZA CORPOREA, PER SENTIRSI PIÙ SICURO SIA IN SOLO CHE IN COPPIA.



JAZZ STEPS

VOCABULARY 1

VOCABULARY 2

VOCABULARY 3

CHARLESTON MOOD

UN VERO E PROPRIO VIAGGIO DENTRO LO STILE CHE HA FATTO LA STORIA DELLA JAZZ DANCE. ENERGIA, RITMO E UN PIZZICO DI FOLLIA: QUESTA CATEGORIA È DEDICATA AL CHARLESTON, IN TUTTE LE SUE SFUMATURE, DAI **RUGGENTI ANNI '20 AGLI ANNI '30**. DUE MODULI IN CUI ESPLOREMO L'ESPLOSIVITÀ E LA TEATRALITÀ ATTRAVERSO LO STILE DEL **CHARLESTON ANNI 20** E UNO IN CUI CI ADDENTREMO NELLA PARTE PIÙ SINCOPATA E "CALCIATA" DEL **CHARLESTON ANNI 30, UTILE E INTEGRABILE ANCHE NEL LINDY HOP**.

- PER CHI HA GIÀ SPERIMENTATO I JAZZ STEPS BASE E VUOLE SCOPRIRE O APPROFONDIRE L'AREA DEL VOCABOLARIO JAZZ INERENTE LO STILE CHARLESTON
- PER CHI BALLA IN COPPIA E DESIDERA ARRICCHIRE IL PROPRIO REPERTORIO CON VARIAZIONI SOLISTE DA INSERIRE ANCHE NEL BALLO DI COPPIA
- PER CHI AMA LE DANZE VIVACI E VUOLE ALLENARE ENERGIA E RESISTENZA



CHARLESTON MOOD

20S CHARLESTON

30S CHARLESTON

HISTORICAL ROUTINE

QUESTA CATEGORIA RACCOGLIE **LE ROUTINE STORICHE PIÙ CONOSCIUTE E PRATICATE DAI BALLERINI DI LINDY HOP E NON SOLO**. SONO I PEZZI FONDAMENTALI DEL REPERTORIO SWING, QUELLI CHE OGNI BALLERINO INCONTRERÀ NELLE SOCIAL DANCE INTERNAZIONALI, NELLE JAM SESSION E NEI FESTIVAL DI SWING.

- PER CHI VUOLE CONOSCERE I PEZZI ICONICI CHE COSTITUISCONO IL CUORE DEL REPERTORIO SOCIAL
- PER CHI DESIDERA BALLARE LE ROUTINE PIÙ RICHIESTE IN PISTA, CON SICUREZZA E STILE



! PER POTER ACCEDERE DOVRAI GIÀ CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO A SVILUPPARE MEMORIA E CONCENTRAZIONE. L'OBIETTIVO DELLE LEZIONI SARÀ IMPARARE LE SEQUENZE E NON I SINGOLI STEP CHE LE COMPONGONO

HISTORICAL ROUTINE

BIG APPLE

KILLER BOOGIE

TRICKERATION

TRANKY DOO

DOIN' THE JIVE

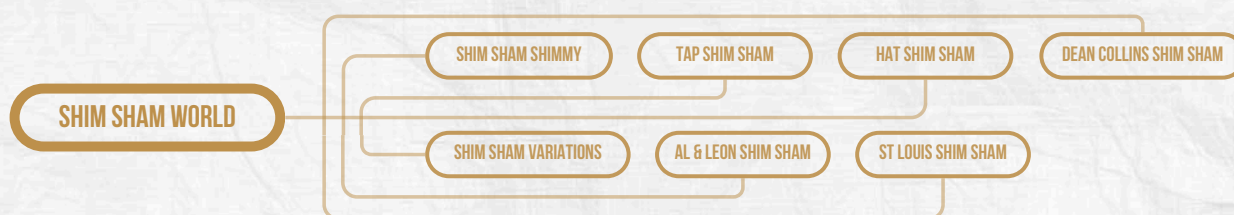
SHIM SHAM WORLD

IN QUESTA CATEGORIA ESPLORIAMO TUTTE LE PRINCIPALI VARIANTI DELLA FAMOSA E STORICA ROUTINE "SHIM SHAM", DALLE VERSIONI CLASSICHE A QUELLE PIÙ MODERNE E CREATIVE.

- PER CHI VUOLE CONOSCERE E PADRONEGGIARE IL REPERTORIO COMPLETO DELLO SHIM SHAM, DALLE ORIGINI FINO ALLE VARIANTI CONTEMPORANEE.
- PER CHI DESIDERA ARRICCHIRE IL PROPRIO BAGAGLIO DI PASSI CON SEQUENZE ICONICHE RICONOSCIUTE A LIVELLO INTERNAZIONALE.
- PER CHI AMA LA MUSICA SWING E VUOLE SVILUPPARE PRECISIONE, STILE E MUSICALITÀ ATTRAVERSO UNA ROUTINE CONSOLIDATA
- PER CHI È INTERESSATO A CONFRONTARE I DIVERSI STILI, OSSERVANDO COME RITMO, POSTURA E DINAMICA CAMBIANO NELLE VARIE INTERPRETAZIONI.



! PER POTER ACCEDERE È CONSIGLIATO CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO A SVILUPPARE MEMORIA COREOGRAFICA E CONCENTRAZIONE.



HOLLYWOOD JAZZ

QUESTA CATEGORIA RACCOLLE LE ROUTINE PIÙ RARE, PARTICOLARI O CINEMATOGRAFICHE, SPESSO MENO CONOSCIUTE IN SOCIAL DANCE MA ICONICHE DAL PUNTO DI VISTA STILISTICO E STORICO. QUI SI STUDIANO SEQUENZE CHE HANNO UNO STILE RICONOSCIBILE, MA CHE NON SONO NECESSARIAMENTE PRATICATE IN PISTA. IMPARARE QUESTO STILE ARRICCHIRÀ IL TUO MOVIMENTO DI ELEGANZA, GIOIA E PERSONALITÀ E SOPRATTUTTO TI DIVERTIRAI A SENTIRTI LA STAR DEL CINEMA PER TUTTA L'ORA!

- PER CHI VUOLE SCOPRIRE COREOGRAFIE UNICHE E PARTICOLARI, CON UN APPROCCIO STORICO-STILISTICO.
- PER CHI VUOLE ARRICCHIRE IL PROPRIO REPERTORIO CON SEQUENZE FUORI DAL COMUNE, MAGARI PER STUPIRE IN PICCOLE PERFORMANCE!



! PER POTER ACCEDERE DOVRAI GIÀ CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO A SVILUPPARE MEMORIA E CONCENTRAZIONE.



BROADWAY JAZZ

ENERGIA, PRECISIONE E TEATRALITÀ: QUESTA CATEGORIA È DEDICATA ALLE ROUTINE DA PALCOSCENICO, COREOGRAFIE SPETTACOLARI NATE PER CATTURARE LO SGUARDO E TRASMETTERE EMOZIONE. LAVOREREMO IN MODO GIOCOLOSO E DIVERTENTE, SU ALCUNE DELLE PIÙ ICONICHE SCENE DEI GRANDI MUSICAL.

- PER CHI AMA LA DANZA SCENICA, LA TEATRALITÀ E LA PERFORMANCE.
- PER CHI DESIDERA LAVORARE SU MOVIMENTO, POSTURA E PRESENZA, COME IN UNO SHOW DAL VIVO.



! PER POTER ACCEDERE DOVRAI GIÀ CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO A SVILUPPARE MEMORIA E CONCENTRAZIONE.
*PER CHORUS LINE CI SI RIFERISCE AL CELEBRE MUSICAL



IMPRO

LIBERTÀ, GIOCO E DIALOGO: QUESTA CATEGORIA È DEDICATA A CHI VUOLE **USARE IL JAZZ PER IMPROVVISARE**, CREANDO **CONVERSAZIONI MUSICALI** CON LA MUSICA E CON GLI ALTRI BALLERINI. QUI OGNI PASSO DIVENTA STRUMENTO DI ESPRESSIONE PERSONALE E OGNI MOVIMENTO UN MODO PER COMUNICARE ENERGIA E STILE. UN PERCORSO DIVERTENTE MA ANCHE INTROSPETTIVO, PER METTERTI ALLA PROVA GIOCANDO!

- PER CHI VUOLE SVILUPPARE CREATIVITÀ E SPONTANEITÀ NEL BALLO.
- PER CHI SOGNA DI ENTRARE NELLE JAM, CON SICUREZZA E PERSONALITÀ.

! PER POTER ACCEDERE DOVRAI GIÀ CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO A GIOCARE E A LASCIARTI ANDARE SENZA PAURA DEL GIUDIZIO DI TE STESSO E DEGLI ALTRI.



BODY AWARENESS

PER BALLARE CON STILE E PERSONALITÀ, PRIMA DI TUTTO BISOGNA **CONOSCERE IL PROPRIO CORPO**. QUESTA CATEGORIA È DEDICATA A CHI VUOLE **MIGLIORARE CONSAPEVOLEZZA, COORDINAZIONE ED EQUILIBRIO**, PER TRASFORMARE I PASSI DI JAZZ IN MOVIMENTI PIÙ ELEGANTI, PRECISI E PERSONALI, AGGIUNGERE ARMONIA E FLUIDITÀ AL PROPRIO BALLO, SENTIRE CAPIRE E CONTROLLARE TUTTO IL CORPO, ACQUISIRE SICUREZZA E AMPLIARE LA CREATIVITÀ.

- PER CHI VUOLE AFFINARE LA TECNICA E RENDERE OGNI PASSO PIÙ PULITO, NATURALE E RICCO DI CARATTERE
- PER CHI DESIDERA PERSONALIZZARE I PROPRI MOVIMENTI, PARTENDO DA UNA SOLIDA CONOSCENZA CORPOREA
- PER CHI AMA SPERIMENTARE ISOLAZIONI, CONTROLLO E FLUIDITÀ, ELEMENTI ESSENZIALI PER IL SOLO JAZZ E IL BALLO IN GENERALE.

! PER POTER ACCEDERE DOVRAI GIÀ CONOSCERE IL VOCABOLARIO DEI JAZZ STEPS, AVER GIÀ SVILUPPATO UN BUON RITMO E UNA BUONA COORDINAZIONE, ESSERE PRONTO AD APPROFONDIRE E RIMETTERE IN GIOCO LE TUE BASI PER POTER ALZARE L'ASTICELLA DEL LIVELLO DEL TUO JAZZ E DEL TUO BALLO IN GENERALE.



JUST DANCE&SWEAT

MUOVITI, IMPARA E DIVERTITI: QUESTA CATEGORIA PORTA IL JAZZ IN UNA DIMENSIONE TOTALMENTE PRATICA E COINVOLGENTE. QUI **NON SI SPIEGANO I PASSI**: L'INSEGNANTE ESEGUE LA ROUTINE E I PARTECIPANTI LA SEGUONO, COME IN UNA LEZIONE DI AEROBICA, CONCENTRANDOSI SUL MOVIMENTO, SUL RITMO E SUL PIACERE DI BALLARE. ATTRAVERSO LA RIPETIZIONE E IL MOVIMENTO TI ACCORGERAI DI IMPARARE (E SUDARE) TANTISSIMO IN MODO NATURALE E SPONTANEO, E... **MIGLIORANDO LA TUA FORMA FISICA!** OGNI MODULO VEDRÀ COME OBIETTIVO LA COSTRUZIONE DI UNA ROUTINE OGNUNA SU UNO DEI BRANI ELENCATI.

- PER CHI AMA MUOVERSI, SUDARE E DIVERTIRSI MENTRE BALLA, SVILUPPANDO RESISTENZA FISICA E AGILITÀ
- PER CHI VUOLE APPRENDERE I JAZZ STEPS ATTRAVERSO LA PRATICA, SENZA TROPPIA TEORIA
- PER CHI DESIDERA UNA LEZIONE DINAMICA E COINVOLGENTE, IN CUI IMPARARE COMBINAZIONI DI PASSI MENTRE CI SI MUOVE A RITMO DI MUSICA, CREANDO MEMORIA MUSCOLARE DEI PASSI JAZZ E IMPARANDO IN MANIERA INTUITIVA
- PER CHI VUOLE CONCLUDERE UN'ORA ZUPPO DI SUDORE, E INFILARSI DIRETTO NELLE **MAGICHE DOCCE DEL RENNY**



Descrizione dei temi

BOOGIE WOOGIE

FOOTWORK

IL **BOOGIE** NON È SOLO ENERGIA E VELOCITÀ: È ANCHE **GIOCO DI PIEDI**, CREATIVITÀ E PRECISIONE RITMICA. LA CATEGORIA FOOTWORK È DEDICATA PROPRIO A QUESTO: ESPORARE E PADRONEGGIARE LE **VARIAZIONI DI PASSI** CHE ARRICCHISCONO IL BALLO, RENDENDOLO PERSONALE, DIVERTENTE E SEMPRE DIVERSO.

- A CHI CONOSCE LE BASI DEL BOOGIE E VUOLE PORTARE IL PROPRIO BALLO A UN LIVELLO SUPERIORE
- A CHI DESIDERA SVILUPPARE MUSICALITÀ E VARIETÀ NEI PROPRI PASSI
- A CHI AMA I DETTAGLI CHE FANNO LA DIFFERENZA E VUOLE RENDERE IL PROPRIO STILE UNICO.



FOOTWORK

ADD STYLE TO YOUR BASICS

RHYTHM VARIATIONS

ROUTINE

VUOI TENERE ATTIVO IL TUO BOOGIE E LA TUA ISPIRAZIONE ATTRAVERSO SIMPATICHE E COINVOLGENTI ROUTINE RICCHE DI FIGURE CHE POTRAI RIUTILIZZARE IN SOCIAL, NELLE PERFORMANCE O NELLE COMPETIZIONI?

AD OGNI MODULO CI CONCENTREREMO SULLA COSTRUZIONE DI UNA ROUTINE SU UN BRANO DIVERSO, **SUDEREMO MA NON CI STANCHEREMO!**

- A CHI CONOSCE LE BASI DEL BOOGIE E VUOLE CONTINUARE AD ALLENARE IL PROPRIO BALLO
- A CHI DESIDERA SVILUPPARE, ATTRAVERSO LA PRATICA, MUSICALITÀ E CREATIVITÀ
- A CHI AMA LE COREOGRAFIE, LAVORARE IN GRUPPO E NON SI STANCA MAI DELLA MUSICA STILE 50S



ROUTINE

SHIMMY AND STOMP

SHAKE RATTLE AND ROLL

THAT'S WHY

Descrizione dei temi

MUSICALITY

MUSICALITÀ

UNA SERIE DI MODULI RIVOLTI AI **BALLERINI DI OGNI DISCIPLINA**, NESSUNA DIFFERENZA TRA LINDY HOP, BOOGIE WOOGIE O JAZZ. MIGLIORARE LA MUSICALITÀ, CAPIRLA E INTERPRETARLA È UN PERCORSO ADATTO E IMPORTANTE PER I BALLERINI DI OGNI DISCIPLINA. ESPORANDO IL LATO MUSICALE TI RITROVERAI A BALLARE NON SOPRA LA MUSICA MA **DENTRO LA MUSICA**, OGNI TUO BALLO SARÀ DIVERSO DALL'ALTRO E NON SMETTERÀ MAI DI DIVERTIRTI. IMPARERAI A RICONOSCERE ACCENTI E FRASI MUSICALI, A INSERIRE PAUSE, STOP E VARIAZIONI, AD IMPROVVISARE GIOCANDO CON IL RITMO. NON BALLERAI PIÙ METTENDO IN SEQUENZA UNA SERIE DI FIGURE, MA INIZIERAI A TROVARE GUSTO NEL **LASCIARTI TRASPORTARE DALLA MUSICA** NELLA SCELTA DEI MOVIMENTI PER INTERPRETARLA AL MEGLIO.

LET'S CLAP ON 8!

LET'S GROOVE!

JAZZ HISTORY

JAZZ STRUCTURES

READ THE MUSIC

LINDY O BOOGIE?





TUBALLOSWING

**Moduli attivi
nel 3° Trimestre**

DESCRIZIONI DETTAGLIATE

HISTORY - HOLLYWOOD STYLE

4 LEZIONI | MER 1-8-15-22 APRILE ORE 20.00

UN TUFFO NELLA STORIA DEL LINDY HOP ATTRAVERSO LO STILE HOLLYWOODIANO, NOTO ANCHE COME LOS ANGELES STYLE O SMOOTH STYLE, VEDE IN ATTORI BALLERINI BIANCHI, QUALI DEAN COLLINS, JEWEL MCGOWAN, JEAN VELOZ, I LORO MASSIMI ESPONENTI. CODIFICATO PROPRIO CON L'APPARIZIONE NEI FILM DI HOLLYWOOD RAPPRESENTA LA FACCIA PIÙ ELEGANTE DEL LINDY HOP. ANALizzerEMO I SUOI CONTRASTI CON LO STILE SAVOY E IMPAREREMO LE MOVENZE PIÙ TRADIZIONALI DA INSERIRE IN PISTA.



LINDY CHARLESTON - INTERMEDIATE ROUTINE

4 LEZIONI | MER 1-8-15-22 APRILE ORE 21.00

UN MODULO PENSATO PER **PORTARE AVANTI IL TUO LIVELLO DI CHARLESTON**. CHE TU VOGLIA IMPARARE NUOVE FIGURE O PRENDERE PIÙ CONFIDENZA CON QUESTO STILE, IMPARERAI UNA SEQUENZA DI LIVELLO INTERMEDIO CHE POTRAI ESEGUIRE DIRETTAMENTE IN SOCIAL!

PER PARTECIPARE È RICHIESTA LA CONOSCENZA E LA DIMESTICHEZZA CON I MOVIMENTI BASE DI QUESTO STILE COME BASE CHARLESTON, SKIP UP, HAND TO HAND, TANDEM E LE SUE VARIAZIONI PIÙ COMUNI.

AGGIUNGEREMO VARIAZIONI E COLLEGAMENTI INASPETTATI TRA LE VARIE FIGURE.



AERIALS - PANCAKE, LINDY FLIP E DUCK & DIVE

3 LEZIONI | GIO 2-9-16 APRILE ORE 21.30

È GIUNTO IL MOMENTO DI AVVENTURARCI NELLE AERIALS CHE HANNO FATTO LA STORIA DEL LINDY HOP. E CHE PIÙ SPESSO VENGONO ESEGUITE DURANTE JAM, SHOW E/O COMPETIZIONI!

LINDY FLIP (O AROUND THE BACK), **PANCAKE** (O HANDSPRING), E **DUCK&DIVE!**

È IL CASO DI DIRE: **FORZA E CORAGGIO!!**

IMPORTANTE: ISCRIZIONE A COPPIA E NON SI CAMBIERÀ PARTNER DURANTE LA LEZIONE



FOOTWORK VARIATIONS - LIVELLO 2

2 LEZIONI | MER 29 APRILE, 6 MAGGIO ORE 21.00

QUANDO BALLIAMO LINDY HOP "NON SIAMO SOLO BALLERINI, SIAMO STRUMENTI". CONTINUA A FAR SUONARE I TUOI PIEDI E AD ALLENARE IL TUO RITMO ATTRAVERSO NUOVE ED EVOLUTE VARIAZIONI DI FOOTWORK CHE AGGOUNGERANNO **STILE E CREATIVITÀ** AL TUO BALLO, RENDENDOLO SEMPRE PIÙ UN GIOCO E UNA FONTE DI ISPIRAZIONE PER IL PARTNER CHE INIZIERÀ A DIALOGARE SEMPRE PIÙ CON TE.



FAST LINDY - ENJOY THE FAST

4 LEZIONI | GIO 7-14-21-28 MAGGIO ORE 21.30

DOPO AVER IMPARATO A SOPRAVVIVERE AL VELOCE, È GIUNTO IL MOMENTO DI IMPARARE ANCHE A DIVERTIRSI SUI RITMI PIÙ SOSTENUTI.

MILLE MODI E SUGGERIMENTI PER FARE BELLA FIGURA CON MOVIMENTI SEMPLICI MA EFFICACI DA POTER PROPORRE ED ESEGUIRE SUI RITMI FAST, SENZA ANCORA ESAGERARE... PER SORPRENDERTI E METTERTI DAVVERO ALLA PROVA CI SARÀ IL MODULO "KILL THE FAST"!



FOLLOWERS STYLE - ADVANCED VARIATIONS

2 LEZIONI | MER 13-20 MAGGIO ORE 20.00

CONOSCI GIÀ SWIVELS E SWITCHES MA NON VUOI SMETTERE DI RENDERE PIÙ UNICO, CREATIVO ED ELEGANTE IL TUO RUOLO DI FOLLOWER?

UN MODULO PER AGGIUNGERE VARIAZIONI E RENDERE SPECIALE OGNI MOMENTO DEL TUO BALLO, NON SOLO DURANTE SWINGOUT E PASS BY!

PERSONALIZZA E RENDI STILOSISSIMO IL TUO MOVIMENTO OSANDO SEMPRE DI PIÙ!



SWITCH ROLES - LINDY CHARLESTON

2 LEZIONI | MER 13-20 MAGGIO ORE 21.00

L'ULTIMO TRAGUARDO DEL TEMA SWITCH ROLES RIGUARDA IL **REPERTORIO BASE DI LINDY CHARLESTON!** SIA CHE TU ABBAI PARTECIPATO ALLE PRIME DUE FASI DI QUESTO TEMA, SIA CHE TU VOGLIA PROVARE AD AVVENTURARTI PER LA PRIMA VOLTA **NEL RUOLO OPPOSTO** A QUELLO CHE RICOPRI GENERALMENTE, DUE LEZIONI TI ASPETTANO!



HISTORY - CALIFORNIA ROUTINE

4 LEZIONI | MER 27 MAGGIO, 3-10-17 GIUGNO ORE 21.00

UNA **COREOGRAFIA DI REPERTORIO DEL LINDY HOP**, ISPIRATA ALLE ROUTINE UTILIZZATE DAI BALLERINI PER ALLENARSI E ESIBIRSI NEGLI ANNI '30 E '40.

UN MODULO PER SVILUPPARE **MEMORIA, TIMING E COORDINAZIONE**, ATTRAVERSO UNA SEQUENZA STRUTTURATA E RICCA DI VARIAZIONI.

DIVERTENDOTI E SUDANDO UN PÒ IMPARERAI NUOVI MOVIMENTI DA POTER ESIBIRE ANCHE IN SOCIAL E A FINE MODULO SARÀ POSSIBILE ESEGUIRE LA SEQUENZA IN SOCIAL CON SPIRITO DI GRUPPO PER POTERLA NON DIMENTICARE MAI PIÙ!

GUARDA IL VIDEO CLICCANDO SULL'IMMAGINE QUI A FIANCO PER INZIARE AD ENTRARE NEL MOOD



FAST LINDY - KILL THE FAST

4 LEZIONI | GIO 4-11-18-25 GIUGNO ORE 21.30

È IL MOMENTO DI **SFIDARSI** DAVVERO CON LA VELOCITÀ.

UN MODULO ADRENALINICO, SFIDANTE, E SUPER DIVERTENTE PER METTERE ALLA PROVA LA PROPRIA RESISTENZA E IMPARARE PICCOLI SEGRETI PER RENDERE TUTTO QUESTO PIÙ SEMPLICE E MOTIVANTE.

SCOPRI **LA FACCIA PIÙ ENERGICA DEL LINDY HOP!**



BODY AWARENESS - ADD STYLE TO YOUR JAZZ STEPS

4 LEZIONI | MER 1-8-15-22 APRILE ORE 21.00

“CONOSCO MOLTI PASSI MA NON RIESCO A GUARDARMI ALLO SPECCHIO E NEI VIDEO NON MI PIACCIO”

UNA DELLE FRASI PIÙ RICORRENTI TRA I BALLERINI DI JAZZ. ANDARE AD ESPLORARE IL PROPRIO CORPO, SCOMPORRE OGNI PASSO AL FINE DI RENDERLO PIÙ STILOSO ED ELEGANTE SARÀ L'OBIETTIVO DI QUESTO MODULO. ANALizzeremo I PASSI PIÙ CLASSICI MA LI IMPareremo AD ESEGUIRE IN MODO SPECIALE, ARRICCHENDOLI O VARIANDOLI.

NOVITÀ ASSOLUTA: LA PRIMA LEZIONE DI QUESTO MODULO SARÀ TENUTA DA UN'INSEGNANTE OSPITE SPECIALE: LEONOR PINAR!



LEONOR PINAR,
DA GRANADA, SARÀ CON NOI PER INAUGURARE IL
NUOVO TRIMESTRE INTRODUCENDO QUESTO
MODULO DA NON PERDERE!!

CHARLESTON MOOD - 30'S CHARLESTON

4 LEZIONI | MAR 7-14-21-28 APRILE ORE 20.30

QUESTO MODULO È DEDICATO ALLO STUDIO DEL CHARLESTON DEGLI ANNI '30, UNA DELLE ESPRESSIONI PIÙ ICONICHE E DINAMICHE DELLA DANZA JAZZ.

L'OBIETTIVO PRINCIPALE È COSTRUIRE IL TUO VOCABOLARIO DI BASE, OVVERO L'INSIEME DI PASSI FONDAMENTALI CHE TI PERMETTERANNO DI MUOVERTI CON SICUREZZA, MUSICALITÀ E STILE ALL'INTERNO DI QUESTO STILE.

ATTRAVERSO QUESTI PASSI INIZIERAI A SVILUPPARE **COORDINAZIONE, RITMO E CONSAPEVOLEZZA** DEL CORPO, IMPARANDO A RICONOSCERE E UTILIZZARE LE DINAMICHE TIPICHE DEL CHARLESTON 30S.

IL MODULO È IDEALE PER COSTRUIRE FONDAMENTA SOLIDE SU CUI POTRAI POI SVILUPPARE IMPROVVISAZIONE, VARIAZIONI PERSONALI E COMBINAZIONI PIÙ COMPLESSE. PREPARATI A LAVORARE SULL'**ENERGIA**, SUL **BOUNCE** E SUL **GROOVE**... PERCHÉ QUESTO È IL LINGUAGGIO CHE HA FATTO BALLARE LE SALE DEL SAVOY.



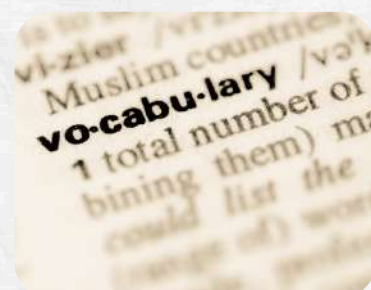
JAZZ STEPS - VOCABULARY 3

3 LEZIONI | MAR 5-12-19 MAGGIO ORE 20.30

CONTINUIAMO IL NOSTRO VIAGGIO NEL LINGUAGGIO DEL SOLO JAZZ!
AMPLIEREMO IL **VOCABOLARIO DEI PASSI FONDAMENTALI**, AGGIUNGENDO NUOVI MOVIMENTI CLASSICI CHE ARRICCHIRANNO IL TUO REPERTORIO E LA TUA CONSAPEVOLEZZA NEL JAZZ

UN MODULO PERFETTO PER CHI HA GIÀ FREQUENTATO VOCABULARY 1 E/O 2, MA ANCHE PER CHI DESIDERA INIZIARE DA QUI A COSTRUIRE IL PROPRIO LESSICO JAZZ PASSO DOPO PASSO.

OGNI PASSO NUOVO È UNA PAROLA IN PIÙ NEL LINGUAGGIO DELLA DANZA!



HISTORICAL ROUTINE - BIG APPLE

6 LEZIONI | MER 13-20-27 MAGGIO, 3-10-17 GIUGNO ORE 21.00

LA ROUTINE PIÙ ENERGICA E PAZZA DI TUTTO IL MONDO DELLO SWING: LA BIG APPLE!

UNA DELLE COREOGRAFIE PIÙ ICONICHE E RAPPRESENTATIVE DEL MONDO DEL SOLO JAZZ.

NATA NELLE BALLROOM DELL'EPOCA SWING, È UNA SEQUENZA CHE RACCHIUDE **ENERGIA, RITMO E SPIRITO DI GRUPPO**, DIVENTANDO NEL TEMPO UN VERO E PROPRIO PUNTO DI RIFERIMENTO PER OGNI JAZZ DANCER.

LA BIG APPLE È ANCHE UN'OCCASIONE PREZIOSA PER APPROFONDIRE IL VOCABOLARIO JAZZ, POICHÉ INCLUDE MOLTI DEI PASSI FONDAMENTALI DELLO STILE, INSERITI IN UNA COMBINAZIONE FLUIDA E COINVOLGENTE.

IL MODULO È APERTO A CHI HA GIÀ UNA BASE DI SOLO JAZZ E VUOLE METTERSI ALLA PROVA CON UNA ROUTINE STORICA CON L'IDEA DI SUDARE, SORRIDERE E LASCIARSI TRASCINARE DALL'ENERGIA CONTAGIOSA DELLA BIG APPLE

CLICCA SULL'IMMAGINE QUI A FIANCO PER ENTRARE NEL MOOD CON IL VIDEO STORICO!



BROADWAY JAZZ - CHICAGO

4 LEZIONI | MAR 26 MAGGIO, 9-16-23 GIUGNO ORE 20.30

AND ALL THAT JAZZ...

QUESTO MODULO È ISPIRATO ALL'ESTETICA E ALLE **ICONICHE SEQUENZE DEL FILM CHICAGO**, UN CONCENTRATO DI TEATRALITÀ, SENSUALITÀ E PRECISIONE JAZZ.

LAVOREREMO SU UNA COREOGRAFIA CHE RICHAMA LO STILE DEL MUSICAL, UNENDO ELEMENTI DI JAZZ DANCE, ESPRESSIVITÀ SCENICA E INTERPRETAZIONE, PER PORTARTI DENTRO UN IMMAGINARIO FATTO DI LUCI, PALCO E CARATTERE.

PENSATO PER CHI VUOLE ESPLORARE UN LATO PIÙ TEATRALE E COREOGRAFICO DEL JAZZ, USCIRE DALLA COMFORT ZONE E DIVERTIRSI A INTERPRETARE.



HISTORICAL ROUTINE - TRANKY DOO

4 LEZIONI | MER 27 MAGGIO, 3-10-17 GIUGNO ORE 20.00

QUESTO MODULO È DEDICATO ALLO STUDIO DEL **TRANKY DOO**, UNA DELLE ROUTINE PIÙ AMATE E RAPPRESENTATIVE DEL MONDO DEL SOLO JAZZ.

NATA ALL'INTERNO DELLA TRADIZIONE SWING E TRAMANDATA DAI GRANDI BALLERINI DELL'EPOCA, TRANKY DOO È UNA SEQUENZA RICCA DI GROOVE, RITMO E PERSONALITÀ, PERFETTA PER APPROFONDIRE IL LINGUAGGIO AUTENTICO DEL JAZZ.

UN'OCCASIONE PER CONSOLIDARE IL PROPRIO VOCABOLARIO JAZZ, PERCHÉ INCLUDE MOLTI PASSI CLASSICI INSERITI IN UNA COMBINAZIONE DINAMICA E COINVOLGENTE.

QUESTO MODULO È IDEALE PER CHI VUOLE MIGLIORARE LA PROPRIA CONSAPEVOLEZZA RITMICA, SVILUPPARE IL PROPRIO STILE E AVVICINARSI SEMPRE DI PIÙ ALL'**AUTENTICITÀ DEL SOLO JAZZ**.



CLICCA SULL'IMMAGINE DI FIANCO PER ENTRARE NEL MOOD CON IL VIDEO STORICO

I moduli del 3° trimestre

BOOGIE WOOGIE

FOOTWORK RHYTHM VARIATIONS

2 LEZIONI | MER 29 APRILE, 6 MAGGIO ORE 20.00

QUESTO MODULO APPROFONDISCE LE **VARIAZIONI RITMICHE NEL BOOGIE WOOGIE**, ANDANDO OLTRE I PASSI BASE PER ESPLORARE COME GIOCARE CON **IL TEMPO, GLI ACCENTI E LE SINCOPI**. L'OBIETTIVO È SVILUPPARE MAGGIORE LIBERTÀ E CONSAPEVOLEZZA MUSICALE, IMPARANDO A VARIARE IL TUO FOOTWORK IN MODO CREATIVO E PERSONALE.

QUESTO MODULO TI AIUTERÀ A RENDERE **IL TUO BALLO PIÙ INTERESSANTE E DINAMICO**, DANDOTI STRUMENTI CONCRETI PER INTERPRETARE LA MUSICA IN MODO ATTIVO E CONSAPEVOLE. UN PASSO IN PIÙ VERSO UN BOOGIE WOOGIE PIÙ ESPRESSIVO, MUSICALE E PERSONALE.



I moduli del 3° trimestre

MUSICALITY

MUSICALITA' - LINDY O BOOGIE?!

2 LEZIONI | MER 29 APRILE, 6 MAGGIO ORE 21.00

IN QUESTO MODULO RISponderemo AD UNA DELLE DOMANDE PIÙ FREQUENTI IN PISTA DA PARTE DI BALLERINI APPARTENENTI AD OGNI LIVELLO.

CI DEDICHEREMO ALLO SVILUPPO DELLA CONSAPEVOLEZZA MUSICALE, CON L'OBIETTIVO DI IMPARARE A RICONOSCERE E **DISTINGUERE I DIVERSI GENERI** E SCEGLIERE DI CONSEGUENZA COME BALLARLI. IN PARTICOLARE LAVOREREMO SULLA DIFFERENZA TRA MUSICA SWING ADATTA AL LINDY HOP E QUELLA PIÙ TIPICA DEL BOOGIE WOOGIE, ALLENANDO L'ASCOLTO E LA CAPACITÀ DI ADATTARE IL PROPRIO MOVIMENTO ALLO STILE MUSICALE.

L'OBIETTIVO NON È SOLO "SAPERE COSA BALLARE", MA SVILUPPARE UNA VERA E PROPRIA SENSIBILITÀ MUSICALE CHE TI PERMETTA DI PRENDERE DECISIONI CONSAPEVOLI IN PISTA, MIGLIORANDO FLUIDITÀ, COERENZA STILISTICA E **CONNESSIONE CON LA MUSICA**.

UN MODULO FONDAMENTALE PER PASSARE DA "SEGUIRE I PASSI" A INTERPRETARE DAVVERO LA MUSICA



DUBBI? FISSA UN APPUNTAMENTO



PUOI RICHIEDERE UN **ORIENTAMENTO PERSONALIZZATO!** INSIEME A GIULIA, CAPIRAI CORSI E MODULI PIÙ ADATTI ALLE TUE ESIGENZE. ANALizzerete INSIEME OBIETTIVI E DESIDERI, PER **CREARE UN PERCORSO STIMOLANTE E IN LINEA CON LE TUE ASPETTATIVE DI CRESCITA!**

PRENOTAZIONE APPUNTAMENTO:
SEGRETERIA@TUBALLOSWING.IT

! **SOLO LUNEDÌ 30 MARZO**

Contatti

WHATSAPP - 3492691293 | TELEFONO - 0557965636

SEGRETERIA@TUBALLOSWING.IT | WWW.TUBALLOSWING.IT

ORARI DESK: LUN-VEN 15:30-20:30 | FIRENZE, VIA BARACCA 1F | *Renny*