

Academy BASE

Il primo anno è incentrato sullo studio della sbarra di Danza Classica con tutto lo svolgimento degli esercizi dalla 1° posizione. Il metodo utilizzato è quello russo (Vaganova).

BASE A1

- I punti della sala
- Posizioni delle braccia e dei piedi
- Riscaldamento alla sbarra *(1 esercizio alla sbarra)*
- Pliè *(1 esercizio alla sbarra)*
- Battement tendu simple dalla 1° posizione *(1 esercizio alla sbarra)*
- Battement jeté *(1 esercizio alla sbarra)*
- Rond de jambe part terre dalla 1° posizione *(1 esercizio alla sbarra)*
- Grand Battement jeté *(1 esercizio alla sbarra)*
- Temps leve *(1 esercizio al centro)*
- Changement de pieds *(1 esercizio al centro)*
- Concetti di en dehors e en dedans
- En face e Epaulement
- Aplomb

BASE A2

- Pirouette alla sbarra e studio del passé e del colpo di testa *(1 esercizio alla sbarra)*
- Pas de bourree con il cambio dei piedi
- Tour Chaines
- Primo port de bras
- Secondo port de bras
- Conteggio di una base musicale BPM
- Agrippina Jakovlevna Vaganova
- Regole generali di Dizione
- Gli Omonimi
- Daulphin, Ripple e wawe
- Ball change
- Hipfall
- Spirale
- Shimmie

Per "Il Corso BASE di Academy Juniors" i libri di testo di supporto da acquistare sono:

- "Questa è Danza..." I fondamenti della danza di Stefano Garavano - Photocity
- "La dizione italiana" Nozioni generali della dizione italiana di Stefano Garavano – Photocity

Acquistabili entrambi su www.eclipsewellness.it nella sezione SHOP.