

Argomenti Lezioni

Livello

data

Argomenti

DEBUTTANTE

03/10/2025 Testa e viso Pose croise Pose efface

10/10/2025 riscaldamento alla sbarra plie alla sbarra

17/10/2025 battement tendus dalla V posizione con flex battement jetè dalla V posizione con petit battement sur le coud de piè

24/10/2025 ripasso esercizi alla sbarra fino a jetè

07/11/2025 rond de jambe battement fondu

14/11/2025 Battement developè Battement Frappè Grand battement

21/11/2025 Pas echapè soutè Pas assemblè con changement Tour en l air

28/11/2025 ripasso sbarra

05/12/2025 Pas echapè soutè Pas Assablè con changement Tour en l air

12/12/2025 ripasso sbarra

19/12/2025 Ripasso della sbarra x interrogazione

16/01/2026 Ripasso

23/01/2026 Ripasso sbarra per interrogazione

30/01/2026 Ripasso nozioni di danza classica per test di valutazione

06/02/2026 ripasso sbarra

13/02/2026 Ripasso danza classica

20/02/2026 ripasso sbarra

27/02/2026 ripasso sbarra

Livello	data	Argomenti
	13/03/2026	Ripasso sbarra
	20/03/2026	ripasso sbarra
	27/03/2026	ripasso sbarra