



# Lo Scrigno della Danza Orientale

Per info su costi ed iscrizioni: [info@danzaorientale.bo.it](mailto:info@danzaorientale.bo.it) tel.: 347-306.306.5

Per aggiornamenti, news, mappe: [www.danzaorientale.bo.it](http://www.danzaorientale.bo.it)

## Corsi di Danza Orientale e di Darbouka (tamburo arabo), aggiornati al 21 Marzo 2010

*La danza orientale sta trovando un consenso sempre maggiore tra le donne di tutte le età per i preziosi benefici che offre per la salute psicofisica.*

*A livello fisico migliora il controllo della muscolatura, aiuta a ritrovare la corretta postura della colonna vertebrale, tonifica cosce, glutei, torace e braccia, scioglie le rigidità articolari e rende più elastici i muscoli di tutto il corpo.*

*A livello psicologico porta gradualmente ad una maggiore consapevolezza e fiducia nella propria femminilità e aiuta ad esprimerla in modo spontaneo e gioioso grazie a movimenti sinuosi e fluidi in sintonia con i ritmi e le melodie della musica araba.*

*Lo studio di questa danza può rappresentare anche l'occasione di intraprendere una ricerca culturale che vada oltre il puro e semplice apprendimento della tecnica e dei vari stili, per approfondire le matrici e le origini, che sono più vicine all'essenza del femminile di quanto non lo siano certe sue moderne forme più commerciali.*

*Per i corsi si consiglia un abbigliamento comodo, ad es. body, panta-jazz, calzettoni e un foulard/pareo da legare sui fianchi.*

### DANZA ORIENTALE CORSO LIVELLO PRINCIPIANTI

ORARI	SEDI	INSEGNANTE	CONVENZIONI
Lunedì 17.30 – 19.00	<b>Centro Yoga Tripura Sundari</b> Via Zamboni 72 - Bologna	Roberta	CUSB*
Lunedì 21.00 – 22.30	<b>Sport Village</b> Via San Donato 148 - Bologna	Roberta	CUSB*
Lunedì 20.00 – 21.00	<b>Palestra Zamboni</b> Vicolo Bolognetti 10 - Bologna	Katia	CUSB*
Lunedì 21.00 - 22.30	<b>Palestra Zamboni</b> Vicolo Bolognetti 10 - Bologna	Katia	CUSB*
Martedì 20.30 – 22.00	<b>Vertical Club</b> Via Marziale 3 - Bologna	Katia	CUSB*
Martedì 20.30 – 22.00	<b>Centro Culturale La Scuola</b> Via della Pieve 35 - Marano di Castenaso	Benedetta	CUSB*
Martedì 21.00 – 22.15	<b>Centro Sociale Tonelli</b> Via Galletta 42 - San Lazzaro	Valentina	CUSB*
Mercoledì 20.45 – 22.15 (corso esterno)	<b>Centro Vecchio Son</b> Via Sacco 14 - Bologna	Roberta	Sconti per studenti Rivolgersi a 051 - 4210009
Mercoledì 20.00 - 21.30 (corso esterno)	<b>Palestra In Forma</b> Via dell'Artigianato 32 - Molinella	Patrizia	Rivolgersi a 051-887292 o 347 - 306.306.5
Giovedì 18.30 – 19.30 (corso esterno)	<b>Centro Europa Uno</b> Via Emilia 297 - San Lazzaro	Roberta	Promozioni Rivolgersi a 3925031922
Venerdì 20.00 – 21.30	<b>Palestra Albertazzi</b> Via Berretta Rossa 15 - Bologna	Katia	CUSB*
Venerdì 20.30 – 21.00 (corso esterno)	<b>Scuola di danza Arckadia</b> Via Del Papa 260 - Crevalcore	Roberta	Promozioni Rivolgersi a 347 - 5123041



# Lo Scrigno della Danza Orientale

Per info su costi ed iscrizioni: [info@danzaorientale.bo.it](mailto:info@danzaorientale.bo.it) tel.: 347-306.306.5

Per aggiornamenti, news, mappe: [www.danzaorientale.bo.it](http://www.danzaorientale.bo.it)

## DANZA ORIENTALE CORSO LIVELLO INTERMEDIO (dal 2° e 3° anno)

ORARI	SEDI	INSEGNANTE	CONVENZIONI
Lunedì 19.00 – 20.30 (intermedio 1)	<b>Centro Yoga Tripura Sundari</b> Via Zamboni 72 – Bologna	<b>Roberta</b>	<b>CUSB*</b>
Lunedì 20.30 – 22.00 (intermedio 2)	<b>Centro Culturale La Scuola</b> Via della Pieve 35 – Marano di Castenaso	<b>Benedetta</b>	<b>CUSB*</b>
Lunedì 21.00 – 22.30 (intermedio 1)	<b>Palestra Giada</b> Via Emilia 458 – Ozzano Emilia	<b>Valentina</b>	<b>CUSB*</b>
Mercoledì 20.00 – 21.30 (intermedio 2)	<b>Gymdonna</b> Via de' Ruini 5/a – Bologna	<b>Katia</b>	<b>CUSB*</b>
Giovedì 20.30 – 22.00 (intermedio 2)	<b>Vertical Club</b> Via Marziale 3 – Bologna	<b>Katia</b>	<b>CUSB*</b>
Giovedì 21.15 – 22.30 (intermedio 2)	<b>Centro Sociale Tonelli</b> Via Galletta 42 – San Lazzaro	<b>Valentina</b>	<b>CUSB*</b>

## DANZA ORIENTALE CORSO LIVELLO AVANZATO (dal 4° anno) E PROFESSIONALE (dal 5° anno)

ORARI	SEDI	INSEGNANTE	CONVENZIONI
Martedì 21.00 – 22-30 Professionale	<b>Sport Village</b> Via San Donato 148 – Bologna	<b>Roberta</b>	<b>CUSB*</b>
Mercoledì 19.00 – 20.30 Intermedio/Avanzato (corso esterno)	<b>Centro Vecchio Son</b> Via Sacco 14 – Bologna	<b>Roberta</b>	<b>Sconti per studenti. Rivolgersi a 051 – 4210009</b>
Giovedì 20.00 – 21.15 Avanzato	<b>Centro Sociale Tonelli</b> Via Galletta 42 – San Lazzaro	<b>Valentina</b>	<b>CUSB*</b>
Giovedì 21.00 – 22-30 Avanzato	<b>Sport Village</b> Via San Donato 148 – Bologna	<b>Roberta</b>	<b>CUSB*</b>

## DARBOUKA (tamburo arabo)

ORARI	SEDI	INSEGNANTE	CONVENZIONI
Mercoledì 21.00 - 22.30 (Principianti)	<b>Sport Village</b> Via San Donato 148 - Bologna	Moustapha Moufid	<b>CUSB*</b>

Per info sui costi e iscrizioni: [info@danzaorientale.bo.it](mailto:info@danzaorientale.bo.it) – 347/306.306.5

## LA PRIMA LEZIONE DI PROVA E' GRATUITA

\* NB – Per poter usufruire degli sconti CUSB, una volta fatta la lezione di prova gratuita gli universitari devono iscriversi ai corsi direttamente presso la segreteria CUSB, versando al CUSB anche la quota per il loro tesseramento. A Lo Scrigno della Danza Orientale



## **Lo Scrigno della Danza Orientale**

Per info su costi ed iscrizioni: [info@danzaorientale.bo.it](mailto:info@danzaorientale.bo.it) tel.: 347-306.306.5

Per aggiornamenti, news, mappe: [www.danzaorientale.bo.it](http://www.danzaorientale.bo.it)

andrà in aggiunta il tesseramento di 8 euro invece di 18. Chi si deve iscrivere a mese già iniziato dovrà frequentare il corso pagando le lezioni singole di 13 euro fino alla fine del mese, in attesa dell'inizio del mese successivo in cui comincia l'abbonamento effettivo