

# WINTER TANGO NAPOLI 2024

## PROGRAMMA LEZIONI

### Venerdì 18 Ottobre

**19:00-20:15** | @ La Milonga Porteña

LUCILA JOE > Tango – Milonga – Vals: Esercizi per fluire senza tensioni nell'improvvisazione.

**19:00-20:15** | @ La Milonga Porteña

SABRINA RUBEN > Vals: Spostamenti concatenati

**20:30-21:45** | @ La Milonga Porteña

AGUSTINA CARLOS > I trucchi della Milonga

### Sabato 19 Ottobre

**10:30-13:00** | @ La Milonga Porteña

AGUSTINA CARLOS > **Seminario** – Interpretazione musicale

**10:30-11:45** | @ La Milonga Porteña

LUCILA JOE > Milonga: sequenze ritmiche, dinamiche e divertenti sviluppate nello spazio della coppia.

**12:00-13:15** | @ La Milonga Porteña

LUCILA JOE > Tango – Milonga – Vals: Aggiorna le sequenze che già conosci: pulizia, precisione e modifiche.

**14:30-15:45** | @ La Milonga Porteña

AGUSTINA CARLOS > Strutture per spazi piccoli

**13:30-16:00** | @ La Milonga Porteña

SABRINA RUBEN > **Seminario** – “Giros” – Funzionalità dell'asse ed energia centrifuga durante il giro, tecnica individuale per uomini e donne. Applicazione di diverse varianti per tango, milonga e valzer nell'ambito del ballo sociale. Abbellimenti complessi per gli uomini e varianti del ruolo femminile durante il giro.

### Domenica 20 Ottobre

**11:15-13:45** | @ La Milonga Porteña

LUCILA JOE > **Seminario** – Connessione in abbraccio e musica: la gestione dell'energia e della musicalità attraverso la comunicazione dell'abbraccio. Come cambiare le dinamiche e come riceverle.

**11:15-12:30** | @ La Milonga Porteña

SABRINA RUBEN > Tango consapevole. Funzionalità dell'asse corporeo. Organizzazione posturale, controllo della tensione muscolare, decompressione ed elasticità articolare, per ottenere comfort e stabilità nel ballo.

**12:45-14:00** | @ La Milonga Porteña

SABRINA RUBEN > Dissociazione e perno: tecnica e applicazione individuale in movimenti semplici e complessi

**14:30-15:45** | @ La Milonga Porteña

AGUSTINA CARLOS > Diverse modalità di abbraccio

**14:30-15:45** | @ La Milonga Porteña

SABRINA RUBEN > Milonga: Sequenze con cruces e traspié

@ La Milonga Porteña – Via Diocleziano, 109 – 80125 – Napoli (NA)

### INFO

Italiano > Piero +39 3663191372 ; +39 389 957 5062 | Mimmo +39 3382495786

English > Ludovica +39 3490508525 | Franco +39 3471016092