

# **ACTIVIDAD PRE-DANZA Y BAILE MODERNO**

## **CURSO 2025-2026**

La **Danza** y el **Baile** potencian aspectos como la fuerza muscular, equilibrio, flexibilidad, oído, psicomotricidad y coordinación. A estas edades es muy importante hacer ejercicios cardiovasculares para combatir el sedentarismo y fortalecer el corazón. El baile desarrolla la sensibilidad a través de la expresión corporal. Bailar reduce el estrés produciendo endorfinas, estimula la memoria aprendiendo coreografías y aumenta la autoestima. Utilizaremos cintas de gimnasia rítmica, abanicos, varitas mágicas, pompones, aros, colchonetas (donde trabajaremos volteretas, pinos, puentes, y remontadas etc), y otros materiales que proporcionará la empresa para hacer la actividad más amena y divertida. Haremos ejercicios, juegos y muchos bailes al ritmo de la música.

**\*\*LOS DÍAS PUEDEN VARIAR EN FUNCIÓN DE LOS GRUPOS Y SI SE SOLAPAN CON OTRA ACTIVIDAD SIEMPRE SIENDO LUNES O MIERCOLES AL MEDIODÍA\*\***

### **GRUPOS Y HORARIOS**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>GRUPO</b>	<b>DÍA</b>	<b>HORARIO</b>	<b>PRECIO</b>	<b>MARCAR ASISTENCIA</b>
BAILE MODERNO	4º-5º-6º PRIMARIA	MIÉRCOLES	13:00	26€	
PREDANZA	2º y 3º INFANTIL	MIERCOLES	14:00	26€	
DANZA	1º PRIMARIA	LUNES	14:00	26€	
BAILE MODERNO	2º Y 3º PRIMARIA	LUNES	13:00	26€	

YO, PADRE/ MADRE DEL ALUMNO/A-----  
DEL CURSO -----AUTORIZO A MI HIJO/A A HACER LA  
ACTIVIDAD MARCADA.

FIRMA DEL PADRE/ MADRE O TUTOR:

TELÉFONO PADRE/MADRE O TUTOR:

Entregar circular rellena al mail: [lara\\_rojaslepine@hotmail.com](mailto:lara_rojaslepine@hotmail.com) o al  
teléfono móvil: Lara Rojas (Profesora de Danza) 658 20 87 32

## **ACTIVIDAD DE DANZA EN TRILEMA SAFA.**

Impartido por Lara Rojas. Profesora de Danza desde hace más de 16 años, con formación en Danza, en las Escuelas de África Guzmán, Víctor Ullate y terminando los estudios en el Conservatorio de Danza. Formada en Ballet Clásico, Baile Moderno, Comercial y Zumba. Hija de bailarina donde su trabajo es su pasión y vocación.



### **PREDANZA – BALLETO INFANTIL**

En esta clase aprendemos danza jugando y bailando. A través del juego con aros, pañuelos, globos, cintas, etc trabajamos la coordinación, flexibilidad, ritmo, oído, equilibrio, etc. Trabajamos la expresión corporal, corrección de postura y musicalidad.

Hacemos preciosas coreografías utilizando músicas Disney y músicas clásicas, utilizando cintas de rítmica, varitas que nos convierten en hadas o magos, alas de cisne, de mariposa, abanicos y pompones. Todo ello trabajando en equipo bailando todos juntos y fortaleciendo nuestro corazón porque BAILAR...NOS HACE FELICES.

---



### **BAILE MODERNO PRIMARIA**

En clase de Baile Moderno, trabajamos coreografías con músicas actuales y modernas que a los alumnos/as les encanta. Bailes y músicas comerciales. Coreografías llenas de energía y color donde utilizamos cintas de colores, sombreros, abanicos de seda, sillas, aros, pompones, etc...todo ello para hacer unas coreografías más llamativas, divertidas y actuales. Hacemos un trabajo cardiovascular donde bailando liberamos endorfinas y combatimos el sedentarismo.

También trabajamos con colchonetas: volteretas, pinos, puentes y remontadas, donde aprendemos el control de nuestro cuerpo y poder introducir estos espectaculares ejercicios en nuestras coreografías finales. BAILAR es muy beneficioso para nuestro cuerpo y mente, y lo más importante... ¡¡Los alumnos/as disfrutan bailando!!