

# BREAK DANCE

## TALLER INFANTIL I JUVENIL

### Presentació

El *break dance* és molt més que una dansa urbana! En aquesta formació en línia, els més petits, adolescents i joves podran descobrir la creativitat que ens dóna la dansa del *break dance*. Buscarem aprofundir en els moviments i repertes perquè cada alumne pugui gaudir i explorar amb el seu cos, amb la música i amb la dificultat d'alguns moviments. El curs comptarà amb: moviments bàsics, moviments més complicats i elaborats i exercicis i dinàmiques complementàries per millorar el nostre ball.

El ritme, l'agilitat i la flexibilitat seran els protagonistes d'aquest taller. I sobretot, cal recordar que el pilar més important durant el curs serà la diversió, l'objectiu principal és gaudir ja que quan ens ho passem bé és quan aprenem millor.

### Professor

En Kevin Critg Salcedo (Byksu), un Olotí amb un llarg recorregut i experiència en el món del *Breaking*, fa més de quinze anys que es forma en la disciplina d'aquesta dansa de carrer, on ha tingut l'oportunitat de compartir, organitzar, actuar i competir en diferents escenaris. Podem destacar la seva professionalitat en l'ensenyament d'aquesta disciplina pels més de deu anys consecutius compartint aquest art en diferents escoles de dansa, instituts, centres i municipis...

Titulat com a monitor del lleure, i en formació constant en la disciplina del cos, la ment i l'esperit, posa l'ànima en allò que estima i viu amb passió. És l'ànima de l'associació Art Movement que promociona la pràctica del *break dance* a la província.

### Què inclou el curs?

Dos vídeos - classes setmanals. Un de 10-15 minuts on explicarem els diferents passos, i un de 3-5 minuts on explicarem una dinàmica (exercici per ballar, portar el ritme...). Quatre classes virtuals amb videoconferències. Dia i hora a concretar amb el grup. Un vídeo d'exercicis d'escalfament. Un vídeo d'exercicis de tonificació. Un vídeo d'exercicis d'estiraments. Assessorament i acompanyament de la pràctica en línia.

### **Com farem les classes?**

Les classes s'enviaran per correu electrònic on us adjuntarem el vídeo o l'enllaç amb la classe setmanal. Com si fos un joc de nivells, per poder accedir a les classes de la següent setmana haureu d'haver enviat el vostre vídeo amb els exercicis corresponents d'aquella setmana per comprovar que heu fet la feina. Aquests vídeos s'hauran de penjar a una carpeta compartida de drive (google).

Les videoconferències les farem amb l'aplicació Zoom. Tindreu els vídeos de l'escalfament i dels estiraments, per efectuar a l'inici i al final de cada pràctica. El vídeo de tonificació per millorar la força i la potència en els moviments el podeu fer sempre que us vingui de gust. Recomanat fer-los, com a mínim, un cop per setmana.

### **Requisits i materials necessaris**

Tenir coneixements bàsics d'informàtica. Cada setmana us haureu de gravar i penjar els passos i exercicis què us demanem en una carpeta compartida de drive. Material per la pràctica: dos barrets, canelleres (opcional) i moltes ganes d'aprendre!