

A modalidade, que combina diferentes estilos de dança, artes marciais e artes terapêuticas, promove uma sensação de bem-estar pleno, incrementando ainda a capacidade de improviso, a consciência corporal e a sensibilização do corpo.

A Vila da Madalena recebe no próximo sábado, dia 24 de outubro, um Workshop de Dança Nia, promovido e ministrado por Beatriz Teves Oliveira, com o apoio da Câmara Municipal, e que terá lugar na antiga Sede do Futebol Clube da Madalena, pelas 17h00.

O workshop de dança Nia, uma modalidade criada em 1983 pelo casal norte-americano Carlos e Debbie Rosas, com comprovados benefícios para a saúde e bem-estar, terá uma duração de duas horas e destina-se a adultos com ou sem experiência em dança, tendo as inscrições um custo de 10 euros.

Licenciada pela Escola Superior de Dança de Lisboa, Beatriz Oliveira frequentou o curso de Dança Moderna na Theaterschool – Amsterdam School of the Arts e foi aluna na Fonty's Dance Academy, em Tilburg, Holanda, tendo em 2009 sido considerada pela Direção Geral para a Educação e Cultura da Comissão Europeia um dos cem jovens talentos criativos europeus.



WORKSHOP DE DANÇA



PICO Sábado 24 Outubro 17h00-19h00
MADALENA Antiga Sede do Clube de Futebol da Madalena

"Dança Nia"

NIA, em português significa Ação Neuromuscular Integrativa.

Criada em 1983 pelo casal norte-americano Carlos Rosas e Debbie Rosas consiste numa prática de Dança com resultados muito positivos para a nossa saúde e bem-estar. A Técnica Nia inclui um programa cardiovascular que mistura movimentos vindos das artes marciais (Tai chi chuan, Tae kwon do e Aikido), dança (dança moderna, jazz e técnica Isadora Duncan) e artes terapêuticas (Yoga, técnica Alexander e técnica Feldenkrais). As aulas consistem na execução de coreografias montadas, com ritmos e intensidades variadas, que envolvem gradualmente a utilização de todo o corpo. Explora também a capacidade de improviso, fortalecendo a consciência corporal e a sensibilização do corpo.

Beatriz Oliveira

Licenciada pela Escola Superior de Dança de Lisboa, frequentou o Curso de Dança Moderna na Theaterschool – Amsterdam School of the Arts e foi aluna na Fonty's Dance Academy em Tilburg, Holanda. Desde 2004 frequenta várias formações de Dança Contemporânea, Improvisação em Dança e Body-Mind Centering em França, Inglaterra, Espanha e Alemanha. Em Abril de 2014 certifica-se na modalidade de Dança Nia, inovadora nos Açores.

DESTINATÁRIOS

Adultos I com ou sem experiência em Dança

MAIS INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

acoresemdanca@gmail.com

Facebook Nia Açores ^{2/3}

926 141 759

