

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
16h-17:20h Dansa contemporània FORMACIÓ 2-3	16h-17:20h Tecnificació puntes + repertori concurs CURS FORMACIÓ 2-3	16h a 18:15h Clàssic: Reforç tècnica FORMACIÓ 2-3 CLASSIC FORMACIÓ 1: 16h-17:30h TÈCNICA NOIS: 17:15h-18:15h	16h-17:20h Dansa contemporània FORMACIÓ 2-3 CLÀSSIC FORMACIÓ 1: 16h-17:20h o 17h a 18:20h -PUNTES-	16h-17:30h FORMACIÓ 2-3 CLASSIC Eines per aprendre a fer un bon escalfament // assajos FORMACIÓ 1: 16h-17:30h CONTEMPO
17:20h-18:20h Dansa Clàssica I (Grau 1-2)	17:20-18:05h Pre- ballet (dansa creativa) (Pre-primari/primary) 17:20h-18:20h Dansa contemporània I-II (dansa I/II) (a partir de 8-9 anys -iniciació)	17:30h-18:30h Dansa clàssica II (Grau 3) 18:30h-19:15h Puntes iniciació (45 mint.)	17:20h-18:05h Pre- ballet (dansa creativa) (Pre-primari/primary) 17:30h-18:30h Dansa contemporània I-II (dansa I/II) (a partir de 8-9 anys -iniciació-	17:30h-18:45h Dansa Clàssica III PREPARACIÓ EXAMEN GRAU 4 17:30-18:40h Dansa Clàssica II PREPARACIÓ EXAMEN GRAU 3 18:40-19h STRECH/Cond.físic 1 Conscienciació corporal + elasticitat)
17:20h-18:20h Dansa clàssica II (Grau 3)	18:05h-19:05h Dansa clàssica I (Grau 1-2)	18:15h-19:45h Dansa contemporània IV-V	18:05h-19:05h Dansa clàssica I (Grau 1-2)	18:45h-20h Dansa Clàssica IV PREPARACIÓ EXAMEN INTERMEDIATE
18:20h-19:45h Dansa clàssica IV (INTERMEDIATE) 19:45-21:15h Dansa clàssica V 21:15-21:30/45 ASSAIG 21:15-21:30/45 (ASSAJOS)	17:40h-18:40h Condicionament físic 3+Anatomia envers la dansa Conscienciació del cos i la tècnica envers la dansa clàssica -stretching- Obligatòria FORMACIÓ 2-3- (PBT mensual) 18:20h-19:40h Dansa contemporània III-IV (+ 11 anys)	19:45h-21:15h Dansa clàssica IV (intermediate)Puntes 2 19:45h-21:15h Dansa clàssica V Avançat/puntes 3	18:30h-19h STRECH/CONDICIONAMENT FÍSIC 2 Obligatòria FORMACIÓ 1 (PBT mensual) 19h a 20:30h Dansa clàssica III ( grau 4)	18:45h-20h Dansa clàssica V PREPARACIÓ EXAMEN ADVANCE 1-2 20:30- 21:45 ( ASSAJOS)
18:20h-19:45h Dansa contemporània V Taller repertori, composició i improvisació (Dansa IV-V) (aula 2)	19:40h.21h Dansa clàssica III + puntes	21:00-21:30/45( ASSAIG) ( J) Repertori/preparació concurs i espectacles ASSAJOS	18:30h-21:30h CURS FORMACIÓ 2-3 Dansa clàssica IV/ V Repertori i preparació concursos REPÀS VARIACIÓ EXAMENS I TREBALL REPERTORI	20h-21:15h BALLET joves +18 (adults) Nivell avançat -NOVA CLASSE-*
19:45h-20:45/21h (aula 2) Dansa contemporània III-IV		20h-21:30h BALLET joves +18 (adults) Nivell avançat -NOVA CLASSE-*		loga& Coach Per treballar la mentalitat del ballari i aconseguir un millor i més conscient rendiment físic i mental (divendres mensual)
20:45h-21:50h BALLET joves +18 (adults)* Nivell avançat -NOVA CLASSE-	19:45h-21h BALLET bàsic elemental-ADULTS Barra +centre suau+ estiraments)		20:30h-21:45h BALLET bàsic elemental-ADULTS (ballet& fitness) Barra + col·locació +tonificació i estiraments	

## HORARI GENERAL CURS 2024-2025 TARDES

\* horaris provisionals en horari i oferta segons la demanda. CURS 2024-2025



Pre ballet I3-14-15 Dansa I 1er-2n-3er prim. DANSA II 4rt-5è-6è prim. DANSA III 12-14 anys DANSA IV a partir 13 anys (segons nivell) DANSA V+16 anys (segons nivell) FORMACIÓ PROFESSIONAL 1 (a partir 1er ESO segons nivell. FORMACIÓ PROFESSIONAL 2 i 3 (+14 ANYS segons nivell))

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
		loga 09:15h- 10:30h 8:30h-09:45h		loga 09:15h- 10:30h 8:30h-09:45h	10:00-14h (2n i 4rt) Curs formació 2-3
	10h-11:15h <b>BALLET&amp;FITNESS</b> (ballet bàsic- elemental adults) (nivell iniciació) Barra + tonificació, col·locació i estiraments		10h-11:15h <b>BALLET&amp;FITNESS</b> (ballet bàsic- elemental adults) (nivell iniciació) Barra + tonificació, col·locació i estiraments		10h-11:30h Curs formació 1 1ER I 3ER CAP DE SETMANA
	11:30h-12:45h <b>BALLET intermedi/avançat</b> (adults)				

## HORARI GENERAL CURS 2024-2025 MATINS:

Curs de formació professional 1: de 12 a 14 anys. Curs de formació professional 2-3: + 15 (preguntar a l'escola per + informació, horaris i requisits).

Classes dissabtes: classes de dansa clàssica+ preparació concursos i espectacles. L'horari es podrà modificar segons la demanda i necessitats.

Classes particulars: classes individualitzades per adults i qualsevol alumne/a que no ho necessiti. Consultar preus i horaris.

**Tecnificació puntes IV/V i Clàssic III/IV/V Reforç tècnica**: Aquesta classe està enfocada a netejar i repetir els exercicis dels alumnes del curs de formació. És perfecte per polir i resoldre dubtes, així com també enfortir altres classes de nivell intermig i avançat.

**Taller repertori, composició i improvisació ( contemporani)**: És una classe on es treballa diferents eines de composició i coreografia així com la improvisació guiada. També es treballa repertori de coreògrafs de dansa contemporània. Una classe per desenvolupar l'esperit crític en dansa i despertar l'interès per la creació de peces noves.

**Ballet joves +18**: una nova classe que ofereix als ballarins en actiu o ex-ballarins/estudiants de dansa un espai per mantenir-se en actiu amb classes de nivell avançat. Opció de treball de puntes i repertori.



**Historia de la dansa:** (ESPECÍFIC CURS FORMACIÓ 1-2-3) sessió mensual dissabtes.

**Anatomia i nutrició:** (ESPECÍFIC CURS FORMACIÓ 1-2-3) Setmanalment es durà a terme la sessió de condicionament físic i conscienciació corporal en la qual es donaran eines per conèixer el propi cos i treballar-lo de manera sana i segura. Trimestralment es durà a terme una sessió específica d'anatomia i nutrició per part de professionals en la matèria.

\* horaris provisionals en horari i oferta segons la demanda. CURS 2024-2025

Masnouballet

