

NOVITA' 2020-21

CORSO DI ZUMBA



mercoledì dalle 20.00 alle 20.50
inizio mercoledì 23 settembre

maestro
Julio
Dihigo

YOGA IN GRAVIDANZA



OPEN DAY E LEZIONE DI PROVA
sabato 26 settembre ore 10.00

**Maestri diplomati ACSI, PGS e ANMB
insegnamento serio ed accurato.**

CHI SIAMO, COSA FACCIAMO

Il nostro impegno per la Danza

Siamo una serie di associazioni che divulgano la Danza Sportiva in forme, espressioni e stili molteplici attraverso la didattica, l'allenamento, gli stage e la formazione senza tralasciarne l'aspetto culturale, sociale, di relazione, di benessere con se stessi e con l'altro. Proponiamo corsi, stage, serate, esibizioni, incontri formativi e conoscitivi per i Soci/Tesserati ACSI e PGS e per associazioni sportive e culturali, nonché per realtà pubbliche e private.

**Le serate danzanti sono
temporaneamente sospese.**

DOVE SIAMO

Come raggiungerci e come contattarci



I corsi e le serate si svolgono in
Via Po n.64 - 35135 Padova (PD)

Come arrivare:

- da Corso Australia in direzione autostrada

Padova Ovest: poco prima del casello autostradale, subito dopo l'uscita 21 (per Castelfranco) c'è un'uscita con cartello indicante Via Po, prenderla e seguire dritti fino al n.64;

- da Via Sacro Cuore: girare in via Due Palazzi e subito dopo in Via Po, seguire fino al n.64.

Contatti: Stefania 3398492018
Rouge 3355388386
www.medialuz.it



PUERTO ESCONDIDO

Associazione Sportiva Dilettantistica



CORSI E SERATE DI BALLO

*Balli Caraibici
Ballo Liscio e da Sala
Tango Argentino
Balli Latino-Americani
Balli di Gruppo
Ginnastica e Pilates
Stagione 2020-21
Zumba
Yoga*



*Il punto di incontro
per la danza a Padova*

MESSAGGIO RISERVATO AI SOCI ACSI

COVID - 19

Lo sport riparte in sicurezza



- Prenotare la lezione di prova telefonando al Maestro di riferimento.
- Cambiare le scarpe in entrata, con scarpe da usare esclusivamente dentro alle sale. Le scarpe usate per arrivare in sede vanno riposte in un sacchetto diverso da quello da cui si estraggono le scarpe per ballare.
- Le scarpe da sala sono da usare esclusivamente in sala.
- Eventuali giacche, scarpe, t-shirt, ecc. devono essere riposte dentro la propria borsa sportiva che verrà depositata in ingresso o in sala.
- La struttura sarà fornita di igienizzante che si dovrà utilizzare sia all'entrata che all'uscita.
- Sono vietati gli assembramenti in qualsiasi luogo.
- Sarà cura dell'insegnante gestire entrata ed uscita dalla sala.
- Negli spazi comuni è obbligatorio l'uso della mascherina e la distanza di 1 metro.
- Nelle sale i soci devono rispettare i 2 metri di distanza tra di loro senza mascherina.
- Le lezioni saranno distanziate per dare tempo agli operatori di igienizzare le superfici, arieggiare i locali e fare in modo che gli allievi uscenti non incontrino quelli entranti (vi chiediamo di non arrivare in anticipo alle lezioni e di non soffermarvi alla fine).
- Prima di uscire si dovranno cambiare le scarpe da ballo con quelle da passeggio.

CORSI TANGO ARGENTINO

Tango - Milonga - Vals

Tangos



CORSO BASE

(per chi non ha mai ballato)
lunedì dalle 20.00 alle 20.50

CORSO INTERMEDIO

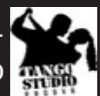
lunedì dalle 21.00 alle 22.00

CORSO AVANZATO

lunedì dalle 22.10 alle 23.10

open day e lezione di prova
domenica 13 settembre 15.00

Caterina Santinello e Luciano Sottovia vi aspettano per la magia del tango



i corsi del lunedì sono in collaborazione con Tangostudio

CORSO BASE

(per chi non ha mai ballato)
martedì dalle 20.00 alle 20.50
inizio martedì 15 settembre

CORSO INTERMEDIO

martedì dalle 21.00 alle 22.00
inizio martedì 15 settembre

CORSO AVANZATO

martedì dalle 22.10 alle 23.10
inizio martedì 15 settembre

ESTUDIO DE TANGO

i corsi del martedì sono in collaborazione con Estudio de tango

Silvia Sollano e Stefano Gambarotto vi guideranno nel tango dalla tradizione all'innovazione

CORSI BALLO LISCIO E DA SALA

Valzer Tango Fox Mazurka Beguine ChaCha...

Valzer Lento



CORSO BASE

(per chi non ha mai ballato)
martedì dalle 21.30 alle 22.30
inizio martedì 22 settembre

CORSO BASE 2

mercoledì dalle 21.10 alle 22.10
inizio mercoledì 23 settembre

CORSO INTERMEDIO 2

mercoledì dalle 20.00 alle 21.00
inizio mercoledì 23 settembre

CORSO AVANZATO

martedì dalle 20.15 alle 21.15
inizio martedì 22 settembre

per chi ha voglia di imparare a ballare facendo nuove amicizie e mantenersi in forma in modo semplice e divertente
maestri Stefania Gardellin e Rouge

CORSI TANGO ARGENTINO

Tango - Milonga - Vals

Tangos



CORSO BASE SABATO

(per chi non ha mai ballato)
sabato dalle 19.30 alle 20.30
inizio sabato 26 settembre

maestro Marco Miracolo

messaggio riservato soci ACSI
www.medialuz.it

CORSI BALLI CARAIBICI

Salsa - Merengue - Bachata - Kizomba

Salsa



CORSO BASE

(per chi non ha mai ballato)
venerdì dalle 20.15 alle 21.15
inizio venerdì 25 settembre

CORSO BASE 2

giovedì dalle 20.15 alle 21.15
inizio giovedì 17 settembre

CORSO AVANZATO

giovedì dalle 21.30 alle 22.30
inizio giovedì 17 settembre

per gli amanti dei ritmi frenetici e delle sonorità latine

maestro Marco Miracolo

CORSO BALLI DI GRUPPO

Classici - Moderni - Nuovi - Divertenti



CORSO BASE

(per chi non ha mai ballato non serve essere in coppia)
giovedì dalle 21.00 alle 22.00
inizio giovedì 24 settembre

CORSO INTERMEDIO

(non serve essere in coppia)
mercoledì dalle 21.00 alle 22.00
inizio mercoledì 23 settembre

maestro Giuliano Gamba

CORSI DI GINNASTICA

Dinamica - Posturale - Pilates



DINAMICA

lunedì e giovedì 18.15 e 19.00

POSTURALE

lunedì e giovedì 19.05 e 19.50

inizio lunedì 14 settembre

corsi tenuti da Giovanna Pacchioni laureata in scienze motorie

INFO E CONTATTI



Corsi Ballo Liscio, Latini e Zumba:
Stefania 3398492018 Rouge 3355388386

Corsi Balli Caraibici e Tango del sabato:
Marco Miracolo 3285858014

Corsi Balli di Gruppo:
Giuliano Gamba 3471538288

Corsi Tango Argentino Tangostudio:
Luciano Sottovia 3479685349

Corsi Tango Argentino Estudio de tango:
Stefano Gambarotto 3465149808

Corsi di Ginnastica:
Giovanna Pacchioni 3470900000

Yoga in gravidanza:
Francesca Tapparello: 3290607770

lezione di prova tutto l'anno