



**DANCELAB TORINO
CARL ALENIA SPAZIO APS**



Luogo: la sala Iper Spazio Coop in Piazza Bruno Trentin angolo, Via Niccolò Tommaso, 10093 Collegno
N.b. il luogo è a 4 Min di macchina da Thales e a 2 fermate di metro (esattamente alla fermata Fermi)

Giorno/Orario/Durata: Il corso si terrà ogni Lunedì dalle 19 alle 20:30. Il corso inizerebbe nella seconda metà di Febbraio/ inizio Marzo e continuerà sicuramente fino a Giugno, con assoluta possibilità di allungare e/o riprendere a Settembre

Quota partecipazione: per partecipare sarà necessario essere Soci CRAL (tessera iscrizione 15€). Sarà applicata inoltre una tariffa mensile di 20€

Posso partecipare anche se non ho mai ballato nulla in vita mia?

Assolutamente si!! L'obiettivo è proprio quello di offrire un corso base per persone neofite. Nel caso ci fossero persone di livello diverso si proverà a fare delle classi separate. Sicuramente ci sarà una classe "livello 0"

È faticoso? Ci sono particolari controindicazioni?

Lo scopo sarà quello di fare un po' di movimento, certamente. Ad ogni modo il corso resta accessibile a tutti. Non sono richiesti sforzi atletici eccessivi

Serve un abbigliamento specifico ?

Niente di particolare. È consigliato abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica

Persone NON dipendenti Thales possono partecipare?

Certamente, dovranno solo tesserarsi con l'associazione Cral Alenia Spazio APS

Posso iscrivermi da solo o devo iscrivermi in coppia?

Non è assolutamente necessario iscriversi in coppia.

Come sarà strutturata la lezione?

L'ora e mezza di lezione sarà suddivisa in :

Riscaldamento e attivazione muscolare, Tecnica base individuale, Tecnica di ballo in coppia, Defaticamento

Ci sono tanti tipi di Salsa, se ne farà uno specifico?

Il corso sarà prettamente indirizzato sulla Salsa in linea

Se il 20 e il 27 Febbraio non ci sono posso comunque fare una lezione di prova?

Tutti hanno diritto ad una lezione di prova gratis, in qualsiasi momento. Ovviamente nel caso la richiesta arrivasse molto dopo l'inizio del corso la risorsa verrà integrata solo se un livello minimo accettabile per non ostacolare la buona riuscita della lezione