



CIRCOLO CULTURALE, SPORTIVO, RICREATIVO LAINATESE A.S.D.

Associazione per lo Sport e l'Integrazione Psicofisica

Via Bergamo, 1 - 20020 LAINATE - Tel. 333/5914324

Codice fiscale 93531510159

e-mail: circololainatese@libero.it

sito: www.ccsrlainatese.altervista.org

Diventa Socio del Circolo e potrai partecipare a

DANZA TRIBAL FUSION

**in LAINATE – vicolo Erba, presso le strutture del Circolo, IL CUI
INGRESSO E' RISERVATO AI SOLI SOCI.**



La danza Tribal Fusion (Tribal deriva dalla parola inglese “tribe”=gruppo e Fusion= fusione) si propone come una visione moderna dell’antica danza orientale, fondendo in essa yoga, danza indiana, contemporanea, flamenco, ed hip-hop.

Un po’ di storia.

La danza orientale è una delle più antiche forme d’arte nel mondo e, nonostante innumerevoli contaminazioni, la sua essenza rimane invariata.

Dall’originaria forma di preghiera nei momenti più importanti della vita e da forma terapeutica o di intrattenimento, negli anni ’70 e ’80, venne proposto un nuovo stile di danza, l’**American Tribal Style** che fonde costumi, accessori e musiche dallo stile tribale/gitano all’improvvisazione guidata di gruppo: non esistono coreografie, ma solo sequenze di passi che vengono di volta in volta montati insieme dal gruppo di danzatrici che comunicano tra loro attraverso movimenti “chiave”. Ne risulta uno stile molto coinvolgente.

Dall’**American Tribal Style** nasce la **Tribal Fusion**, che ha alla base una consapevolezza muscolare e che fonde nella danza orientale elementi provenienti da diverse altre danze e discipline, in una continua ricerca ed

evoluzione.

La **Tribal Fusion** apre una nuova visione della danza, libera da vincoli e continuamente aperta alla sperimentazione e alla ricerca di nuove contaminazioni che possano offrire una più libera espressività, ma che alla base ha comunque la matrice serpentina e femminile della danza orientale.

Non vi è alcun limite, tutto è profondamente connesso al sentire di ogni danzatrice.

Benefici ed obiettivi.

La danza è una disciplina completa che coinvolge interamente il corpo.

Essendo un’antica forma di devozione legata alla natura, i movimenti studiati si collegano a simboli come l’otto, il cerchio e la spirale, o ad animali ed elementi naturali come il serpente, la luna, il sole, l’acqua, l’aria, il fuoco e la terra, possono essere forti ed energici così come lenti e fluidi.

Ne risulta un lavoro sul corpo che mira ad aumentare il controllo muscolare, la flessibilità, l’equilibrio, l’elasticità e la tonicità, corregge il respiro e migliora la postura, scioglie le rigidità, dona armonia, leggerezza, grazia ed eleganza, e riflette questi benefici anche sulle emozioni, sulla mente e sull’anima, guarendo le insicurezze, migliorando la memoria, la concentrazione, l’autostima ed il proprio rapporto con se stesse, donando consapevolezza, femminilità e benessere, oltre che concentrazione e calma.

Consigliata a tutte le donne perché offre la possibilità di riconnettersi con il proprio centro sacro di energia femminile.

Contatti 333 5914324