

## ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ

Танец живота, который иначе называют Belly Dance — так на Западе называют танец, который распространен на Ближнем Востоке и арабских странах. Танец живота – это демонстрация великолепной пластичности и движений, которые притягивают зрителя. В мире существует около 50-ти стилей этого танца, есть три основные школы, влияние на танец живота оказал дабака – коллективный танец, который похож на джигу кельтов, с подскоками.

## ПОСТАНОВКА СВАДЕБНОГО ТАНЦА

Готовитесь к свадьбе и хотите, чтобы она получилась именно такой, о которой вы всегда мечтали? Как быть, если вы не танцевали раньше, или сомневаетесь, что успеете освоить любимый танец на должном уровне? Не бойтесь, главное начать с верой в себя.

Наша школа танцев рада предложить профессиональную помощь: выстроить хореографию вашего танца, будь то вальс, румба, фокстрот, сальса, бачата, или вовсе хореографический микс, созданный чтобы воплотить все ваши задумки и мечты.

Вы можете выбрать как индивидуальные, так и групповые занятия в нашей студии.

## ZUMBA

Все мы помним о том, как важно заниматься фитнесом и двигаться, тем не менее монотонные движения в зале наводят скуку, а занятия превращаются в каторгу. Если это про вас - тогда добро пожаловать на Зумбу - эмоциональную, веселую, жиросжигающую тренировку в [нашей школе танцев ДрайвДенс](#), на которой точно не будет скучно.

Тренировка задействует все мышцы, уже через несколько тренировок будет заметно, что тело стало плотнее, а мышцы подтянулись. так же Зумба уменьшает проявления целлюлита.

Зумба превратит занятия спортом в сплошное удовольствие, кроме того танец позволяет

раскрепоститься психологически и физически.

Зумба – это потрясающий микс аэробики и танца, который помогает за короткое время поднять себе настроение, ощутить легкость и почувствовать себя привлекательным. Танцуя зумбу всего лишь один час можно ощутить себя участвующим в потрясающем празднике.

## **БРЭЙК ДАНС**

С каждым годом Брейк данс все больше популярен среди молодежи и не только. Его бешеная энергия, позитив, и заводная ритмичная музыка не оставляет равнодушного отношения. Множество батлов (битв, соревнований) проводится в России и зарубежом.

Брейкинг включает в себя несколько базовых стилей: Top Rock, Footwork, Power moves, Freezes. Некоторые танцоры развивают мастерство в одном из этих стилей, но настоящий профессионал bboy танцует во всех стилях и умеет отлично связывать их.

Сегодня выделяется два основных вида этого танца. Нижний экстрим - танцор исполняет в основном акробатические словые трюки на полу; верхний брейк-данс - базируется на пластике тела: перемещение тела в пространстве и фиксы, которые на первый взгляд противоречат всем законам физики и гравитации.

Танцоры брейк-данса имеют превосходную физическую форму, так как выполнение сложных акробатических движений требует особой подготовки. Занятия развивают силу, гибкость тела, чувство равновесия и выносливость.

## **СТРИПДЭНС**

Strip-dance и стриптиз далеко не одно и тоже, как многие считают. Strip-dance это изумительный, чувственный танец, в нем есть флирт и свобода души, он никогда не пересекает тонкую грань приличия.

Пластика Strip-dance не зря считается одной из самых сложных. Благодаря особой

комбинации движений Вы даже имея небольшие недостатки в фигуре сможете выгодно подать достоинства, которых у вас, конечно же, гораздо больше.

Мы поможем вам повысить свою самооценку и получить возможность раскрепощения самовыражения в танце. Обучаясь Strip-dance в нашей школе вы получаете гибкое тело, формы которого, становятся более женственными с каждым занятием.

Strip-dance - это красивая пластика, привлекательная и женственная. Это не просто соблазняющие движения, это уроки, которые учат любить свое тело и демонстрировать его, не снимая одежды.

## **ФИТНЕС АЭРОБИКА**

Это комплекс упражнений, которые помогают держать тело в тонусе, тренировать мышцы, подтягивает кожу, а также влияет на общее оздоровление организма.

Композиция или, иначе, связка – это танец, в котором используются основные элементы аэробики, он не требует наличия партнера, может выполняться как одним человеком, так и целой группой. Эти занятия подходят как для мужчин, так и для женщин. Прекрасный способ держать себя в тонусе.

## **ЛАТИНА СОЛО**

Несмотря на все обилие танцевальных стилей и направлений, наиболее яркими выразительными, несомненно являются латиноамериканские танцы.

Зажигательный и горячий танец latina известен своими движениями, которые он заимствовал у самых известных латиноамериканских танцев. Этот танец представляет собой страсть, которая реализуется через движение.

Соло – вариант для выступления одного человека, он сложнее технически, чем парный танец. В сольную программу входят танцы: бразильская самба, джайв, ча-ча-ча, меренге, румба, реггетон, сальса.

Настроение Латины - вечное лето, улыбки и флирт.