

Stage di

# Danza Polinesiana

ORI TAHITI o TAMURE

Con Daniela Belluati · Domenica 19 febbraio 2012



L'OTE'A è una danza tradizionale dell'isola di Tahiti ed è caratterizzata da un rapido movimento dei fianchi su accompagnamento musicale di percussioni. La danza è ballata solo ed esclusivamente su un ritmo veloce di tamburi.

L'OTE'A è considerata la danza più bella e spettacolare di Tahiti e di tutta la Polinesia, è un'arte dinamica caratterizzata da vitalità ritmica che è diventata il simbolo delle danze del Pacifico. L'ORI TAHITI o TAMURE è una danza affascinante molto conosciuta nel suo stile ricco di energia ... OTE'A, dove il ritmo serrato delle percussioni, il forte movimento dei fianchi e l'energia dei movimenti incantano e richiamano alla essenza della natura e della terra, aumenta la capacità di controllo della muscolatura, migliora la coordinazione dei movimenti, rinforza e tonifica i muscoli delle gambe, dei glutei e degli addominali. Richiede un intenso lavoro cardiovascolare e quindi porta a migliorare tutto il sistema cardiocircolatorio.

Lo stage è diviso in due parti: la prima parte prevede l'insegnamento dei passi fondamentali dell' Ori Tahiti con i principali movimenti di fianchi e di braccia; nella seconda parte verrà insegnata una routine di danza.

**STAGE A LIVELLO UNICO APERTO A TUTTI**

A Varese, presso l'area corsi Uisp, via Lombardi

Per informazioni e prenotazioni

347/8744510 · [ileanadanza@virgilio.it](mailto:ileanadanza@virgilio.it)

A.S.D. NASHAT (affiliata Uisp)

