

IL METODO DANZA IN FASCIA®

Il Metodo Danza In Fascia®, sviluppato grazie al confronto con esperti nel settore neonatale, definisce il percorso dedicato alle neo mamme e al loro bimbo prestando attenzione a tutti gli aspetti che riguardano la mamma e il bebè. Ogni tappa del percorso è studiato in modo specifico, dall'approccio psicologico agli esercizi fisici idonei, dall'utilizzo di supporti ergonomici alla scelta musicale.

Danzare col proprio bimbo stretto a sè è un'emozione unica, ma è giusto farlo concentrandosi su una pratica corretta inserendo movimenti sicuri e utilizzando supporti idonei. Il Metodo Danza In Fascia® promuove l'utilizzo di supporti ergonomici e si avvale della preziosa collaborazione di esperte nel settore del babywearing.

Il Metodo Danza In Fascia® è applicato dalle Insegnanti Danza In Fascia® abilitate a seguito di un Corso di Formazione specifico.



DANZA IN FASCIA® ideatrice Francesca Lavecchia

Genova	Piacenza	Livorno
Milano	Parma	Isernia
Novara	Padova	Pesaro Urbino
Torino	Verona	Pescara
Alessandria	Venezia	Viterbo
Cuneo	Bolzano	Roma
Bergamo	Pordenone	Reggio C.
Lecco	Ferrara	Cosenza
Brescia	Lucca	Palermo
Bologna	Firenze	Catania
Modena	Siena	Agrigento
Ravenna	Pisa	Sassari

Sempre nuove aperture, verifica sul nostro sito se ci sono corsi attivi

Seguici sulla nostra Pagina Facebook

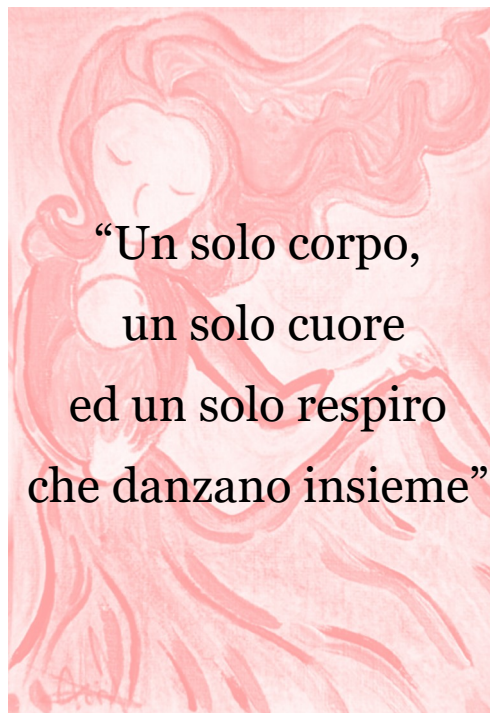


Per Info: direzione@danzainfascia.it

DANZA IN FASCIA® è un marchio registrato e progetto tutelato SIAE contrassegnato dal N. 2015002780 di repertorio.



CORSO di DANZA IN FASCIA®



“Un solo corpo,
un solo cuore
ed un solo respiro
che danzano insieme”



Danza in Fascia®

Danza in Fascia è un corso di lezioni di danza per le neo mamme e i loro bambini.

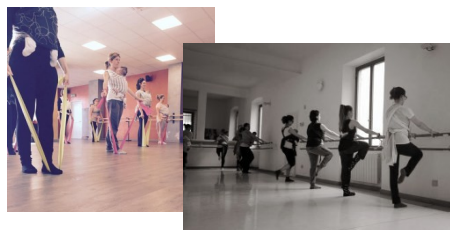
I bambini ritrovano i piacevoli dondolii che li hanno cullati nel corso della gravidanza. La plasticità del loro sistema nervoso permette di sfruttare al meglio i vantaggi del binomio musica-movimento. La musica ristabilisce i ritmi organici fondamentali (cardiorespiratorio e digestivo), aiuta i neonati a superare lo stress della nascita, ed è inoltre provato che agevoli lo sviluppo delle capacità di linguaggio e di comunicazione e, più in generale, l'apprendimento.

Le neo-mamme oltre a concedersi una divertente distrazione rispetto alle routinarie attività quotidiane, possono riprendere possesso e coscienza del proprio corpo, riattivandolo e tonificandolo dopo i nove mesi di gravidanza.

Il divertimento e la socializzazione sono poi ingredienti fondamentali alla base di questo meraviglioso progetto.

LA DANZA A PORTATA DI TUTTI

Ogni lezione inizia con una fase di rilassamento e di ascolto della musica mediata dalla respirazione.



Si prosegue poi al riscaldamento generale e alla tonificazione con esercizi a corpo libero o alla sbarra



Si entra poi nel vivo della lezione imparando i singoli passi, muovendosi a tempo di musica per arrivare alla coreografia vera e propria, dove si sprigionano tutta la libertà e l'allegria all'insegna del puro divertimento.



DICONO DI NOI...

“Un’esperienza straordinaria che mi ha permesso di vivere emozioni uniche insieme a mio figlio e al tempo stesso mi ha dato la possibilità di sentirmi nuovamente donna, il tutto condito da una buona dose di divertimento”

(Chiara)

“Per me è stato un modo per scaricare lo stress e vivere la gioia di essere una nuova mamma, un modo per rilassarmi in un periodo difficile e far dormire un bimbo agitato e soprattutto un modo per fare qualcosa per me stessa senza escludere mio figlio”

(Rachel)

“Vedere mia figlia sorridere e ballare insieme a me ha creato un legame ancora più complice”

(Giusy)

