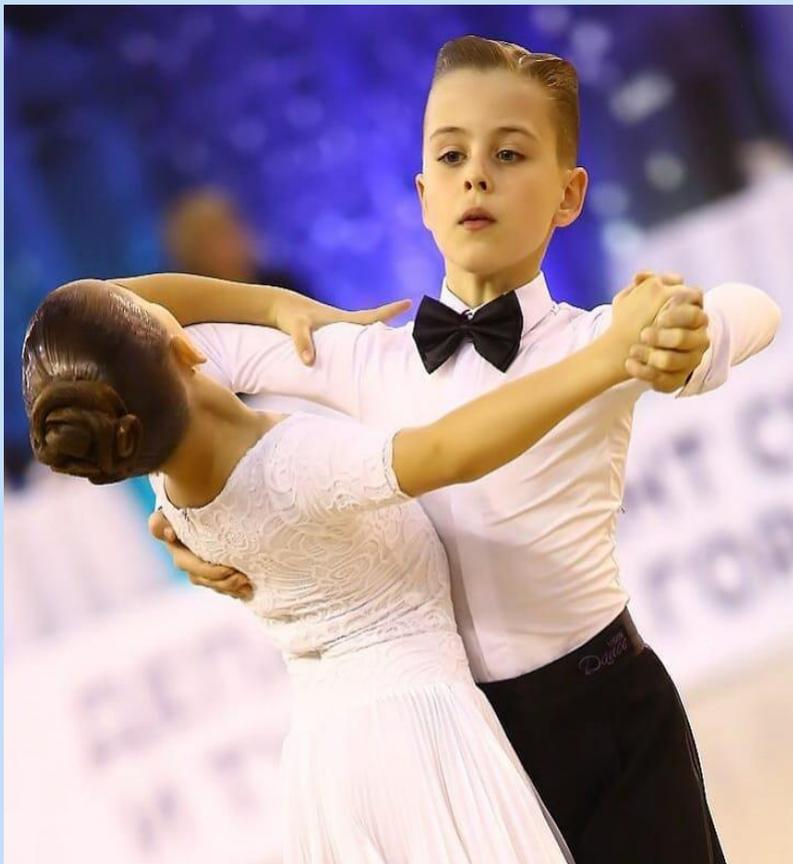


**Студия спортивного бального
танца Арт-Данс
Объединение дополнительного
образования**



Что такое балльные танцы?

- Балльные танцы — это одна из потрясающе красивых разновидностей танцев, традиционно исполняющихся в парах, но в последнее время развивающихся и в сольном исполнении. Их также называют «спортивными танцами» или «танцевальным спортом». Балльные танцы имеют очень увлекательную и международную историю. Ведь родиной каждого из них является отдельно взятая страна со своими музыкальными и танцевальными традициями, которые стали основой формирования современной танцевальной культуры. Балльные танцы подразделяются на две программы: европейскую и латиноамериканскую. Каждая из них включает в себя пять танцев, отличающихся по своему характеру.



В европейскую программу входят:

- Медленный вальс
- Танго
- Венский вальс
- Медленный фокстрот
- Квикстеп



Европейская программа

- Европейская программа в бальных танцах – это потрясающе красиво! Роскошный вальс, вихрь венского вальса, яркое танго, медленный фокстрот – самый элегантный танец, и зажигательный озорной квикстеп. В каждом из этих танцев вы можете показывать совершенно разные характеры, проживая как будто маленькие жизни.



В латиноамериканскую программу входят:

- Самба
- Ча-ча-ча
- Румба
- Пасодобль
- Джайв



Латиноамериканская программа

- Каждый танец в латиноамериканской программе содержит свою особенную эмоционально-экспрессивную окраску. Танцоры имеют возможность не только выразить движением и мимикой эти состояния, но и быстро менять позиции, управлять ими. Всего как и в европейской программе она включает в себя 5 танцев: самба(бразильский танец, символ национальной идентичности бразильцев), ча-ча-ча(музыкальный стиль и танец Кубы), румба(кубинский танец африканского происхождения), пасодобль(испанский танец, имитирующий корриду), (коррида-наиболее распространённая форма боя быков), джайв(танец афроамериканского происхождения, являющийся разновидностью свинга с быстрыми и свободными движениями)

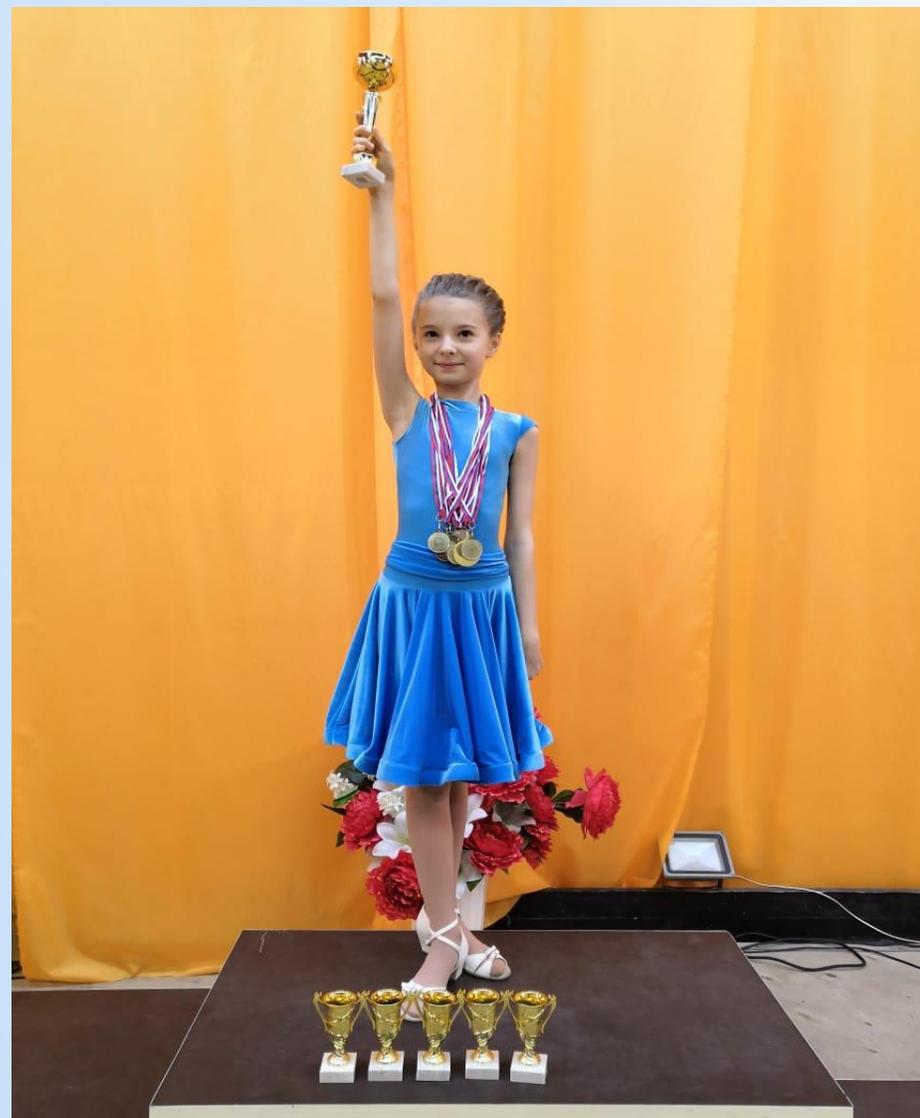


**Это именно то, что останется надолго и
поможет реализоваться в дальнейшей
взрослой жизни!**

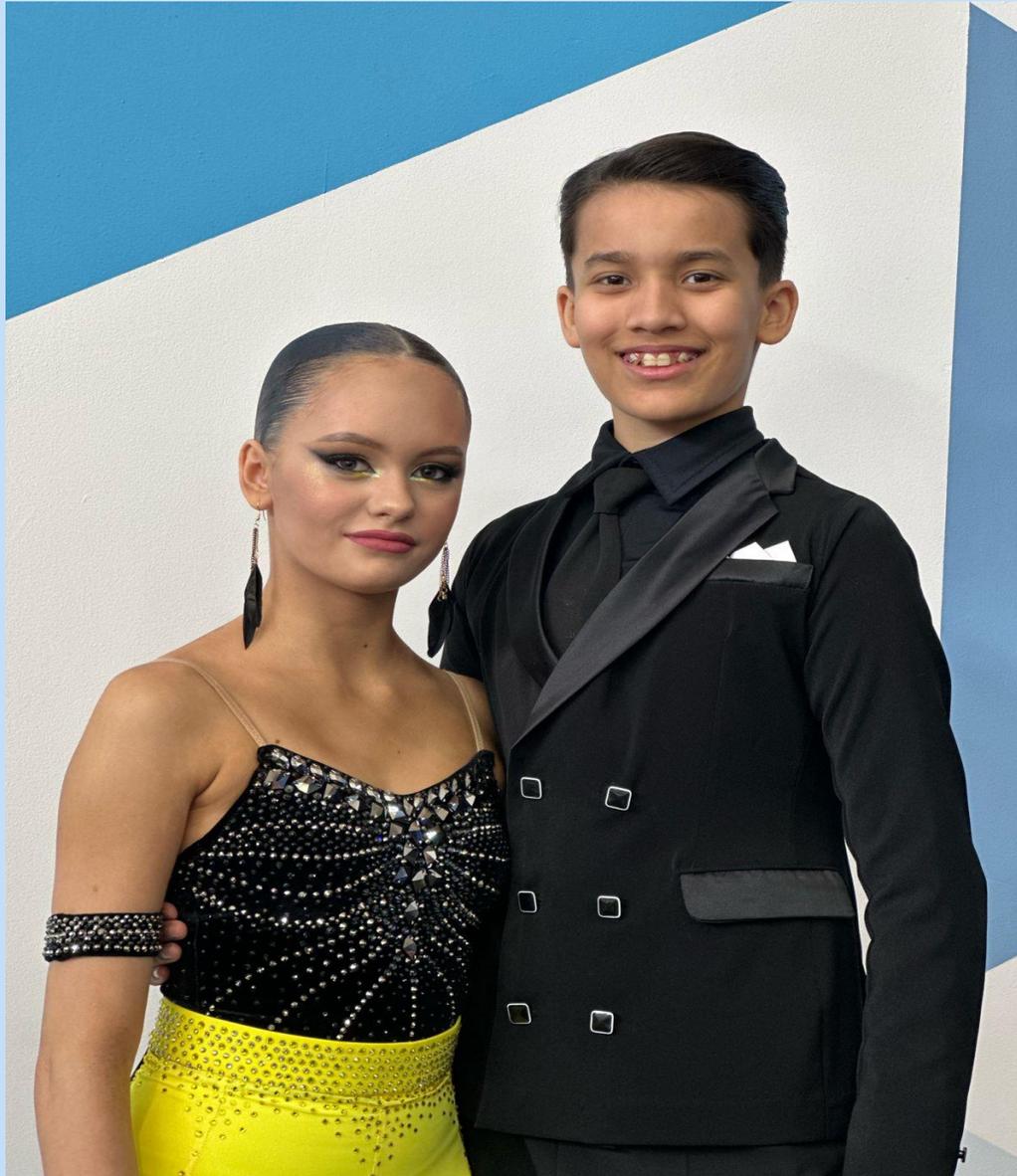
- **Равномерное развитие всех групп мышц**
- **Отличная физическая форма и хорошо развитый мышечный корсет танцоров**
- **Развитие музыкального слуха**
- **Повышение стрессоустойчивости**
- **Развитие силы воли, уверенности, самоконтроля**
- **Улучшение осанки и пластичности**

Наши успехи









Бальные танцы-это круто!





**Коматина Светлана Анатольевна-
Тренер-преподаватель Московской
Федерации Танцевального Спорта.
Многokратный призер и победитель
международных и всесоюзных
конкурсов по спортивным танцам в
Латвии, Эстонии, Бельгии, Голландии,
Венгрии, Германии, Польше, Чехии,
Словакии. Финалистка Чемпионата
Советского Союза по 10 танцам,
полуфиналистка Кубка Мира по 10
танцам в Европейской программе,
призер Чемпионата мира в составе ТСК
"Эврика" в дисциплине "Формейшн" в
европейской программе. Финалистка
Чемпионата Советского Союза в
европейской программе. Закончила
Российский государственный
университет физической культуры,
спорта и туризма по специальности
"тренер по спортивным танцам".**

**Контакт
+7 977 268-18-22
+7 925 775-96-43
(Whatsapp,
telegram)**