



“Aula de jazz é ótima para crianças, adolescentes e adultos”, destaca educadora física

BANDEIRANTES

Dançar faz bem para o corpo, autoestima e saúde. Dentre os estilos que há, o jazz, sem dúvida, atrai crianças, adolescentes e adultos. Isso porque seu ritmo é intenso e permite mais liberdade para a expressão corporal.

Segundo a educadora física, Kelly Parisotto (CREF 004695/PR), do Studio Start Move, de Bandeirantes, a aula de jazz é ótima para crianças, jovens e adultos que buscam um exercício para manter o corpo ativo. “Quem não pratica nenhum tipo de exercício pode se sentir um pouco desafiado pelo ritmo intenso da dança, mas com o tempo, a prática fica muito mais prazerosa porque a dança favorece a expressão corporal de cada indivíduo, e é um exercício que trabalha o corpo todo”, destacou. A aula inclui alongamentos, adaptação aos ritmos e trabalho muscular de várias partes do corpo, principalmente pernas e braços.

“Além disso a diversão de uma aula em grupo, ao desenvolvimento da coordenação motora, e o jazz se torna um exercício completo”, enfatizou.

O jazz para as crianças, conforme explica a educadora física, oferece diversão e no mesmo tempo faz com que elas consigam fundir o corpo com



a música, e controlar os seus movimentos. “Fazendo com que consigam aumentar o seu nível de psicomotricidade”, mencionou Kelly.

SOBRE O JAZZ – A dança surgiu nos Estados Unidos no início dos anos 1900 em comunidades em que negros e europeus misturaram suas tradições, inclusive os passos e

ritmos de dança.

Com o passar dos anos, o jazz foi ganhando espaço entre bailarinos profissionais e a técnica sendo desenvolvida nos meios artísticos. Pela sua característica de uma dança mais livre em seus movimentos, os estudos de dança puderam notar o crescente interesse nas aulas de jazz como prática de

exercícios físicos.

“Venha para o Studio Start Move e faça uma aula experimental. Aqui as aulas são de descontração,

conhecimento e trabalho corporal sem forçar os seus limites. Coloque os sapatos de dança e divirta-se”, convidou Kelly.

Studio Star Move está na Rua Prefeito José Mario Junqueira, 499, centro, com telefones (43) 3542-1465 ou 9.9812-7467.

BOTECO KOJÓ

TODA SEXTA-FEIRA A PARTIR DAS 18h30

10 Burgueses

Tel: 43 3542 2261 / 9 9860 0077
www.restaurantekojo.com.br

Campanha do Agasalho 2017

A SOLIDARIEDADE É CONTAGIOSA! FOI PENSANDO NISSO QUE RESOLVEMOS PRATICAR UM GESTO DE SOLIDARIEDADE PARA DIMINUIR O SOFRIMENTO DAQUELES QUE NÃO TEM COMO SE AQUECER. NOS DEIXAMOS CONTAGIAR E UNIMOS AOS PARCEIROS:

INADO LIVRE, JANAÍNA NEGRIZOLI, START MOVE, BAILADO, GRUPO DINÂMICA, STUDIO ADRENALINA SAÚDE, MAIS ACADEMIA, ACADEMIA ATIVA, STUDIO BIO FIT, STUDIO ENERGY

PARA JUNTOS PODEMOS PROPORCIONAR UM INVERNO MELHOR ÀS FAMILIAS E PESSOAS CARENTES.

OBRIGADA A TODOS QUE COLABORARAM PARA QUE NOSSA CAMPANHA DO AGASALHO 2017 FOSSE UM SUCESSO. "

POSITIVO

PARABÉNS, ALUNOS, PAIS E PROFESSORES.

1º LUGAR NO ENEM em Bandeirantes