

Frak Manresa

Escola de Ball de Saló



Frak Manresa és l'Escola de Ball de Saló dels professionals **Albert Mota i Joana Subirana**, també coneguts per sortir a diferents cadenes de TV catalanes i estatals com per exemple, formant part del jurat del programa de TVE "**MIRA QUIEN BAILA**" i més tard "**MAS QUE BAILE**". Ens trobem a la ciutat de Manresa i des de 1994 ens dediquem a l'ensenyança del ball de saló del qual en som especialistes des de la seva vessant més social i lúdica fins la esportiva.



Ens hem dedicat plenament al món del ball dinamitzant-lo tant a Catalunya com a la resta d'Espanya, tant entre adults com en nens i és dins d'aquesta promoció des de la qual ens dirigim avui a vostès.

A través de la Judit Casimiro, ens vam posar en contacte amb la directora de l'Institut, la qual ens va facilitar el seu contacte. La Judit que és professora de Hip Hop a la nostra escola,

exalumna del Lluís de Peguera i germana d'una actual alumna (Gemma Casimiro) no fa molt va venir a fer promoció del seu ball, el Hip Hop, entre els alumnes.

Els adjuntem una proposta per la organització d'un curs de ball de saló inicial exclusiu per als pares d'alumnes del Lluís de Peguera, d'aquesta manera animar-los a fer una activitat que si ho consideren oportú poden oferir-ne una mostra durant el final de curs. Esperem que sigui del seu interès.

Moltes gràcies.



Albert Mota i Joana Subirana

PROPOSTA DE CURS DE BALL DE SALÓ INICIAL

Lloc :	Instal·lacions de Frak Manresa
Dirigit a :	Pares d'alumnes de l'Institut Lluís de Peguera
Durada :	8 sessions d'1 hora
Equip Docent :	Frak Manresa Club de Ball Esportiu
Dies i horari :	A convenir en funció de les agendes

INTRODUCCIÓ :

El ball social, és aquell que s'aprèn i practica amb l'únic objectiu de passar-ho bé i conèixer gent. D'aquesta manera el ball es converteix en una excel·lent solució per desconnectar dels problemes del dia a dia, realitzar exercici i relacionar-nos amb altres persones en un ambient agradable i animat, així com tenir la oportunitat de fer una activitat conjunta amb la parella.

A Frak Manresa ens hem especialitzat en ball de saló social i esportiu. Partim del moviment que és la primera forma de llenguatge i arriba més enllà que qualsevol vocabulari. A través del ball desenvolupem una bona salut física i mental, i gaudim d'una molt bona relació social.

METODOLOGIA DELS CURSOS:

Ensenyament i pràctica de la majoria dels balls en parella (vals, tango, Foxtrot, cha cha cha, Rock and Roll, Merengue, Samba, salsa...)

AVANTATGES DEL BALL :

- **Activitat en parella** : Oportunitat d'aprendre moviments i ritmes compartint amb la parella per aconseguir l'objectiu de fer un bon equip entre els dos.
- **Pluralitat dels diferents balls** : Possibilitat d'aprendre un ampli ventall de ritmes i coneixements fa que es converteixi en una activitat divertida.

PROPOSTA ECONÒMICA :

La present oferta inclou un **descompte exclusiu per als pares d'alumnes de l'Institut Lluís de Peguera** respecte al preu de mercat del cursos de ball inicial impartit a Frak Manresa (90 euros) . Amb això, caldrà arribar a un mínim de 6 parelles per poder iniciar el curs.

Preu per persona : 70 euros

Restem a la seva disposició per qualsevol aclariment o informació complementaria.

Atentament,
FRAK MANRESA C.B.E.
Joana Subirana i Albert Mota

Per més informació sobre la nostra escola, cursos, activitats, etc... poden contactar amb nosaltres al telèfon (93) 873.13.94 o bé a l'e-mail : secretaria@frakmanresa.com.