

Módulo 14: Técnica Académica



Ninoska Valenzuela

Benavides

Trabajo de Barra.

La barra como entrenamiento es fundamental para los bailarines. Estos ejercicios son esenciales para desarrollar los músculos correctamente, girando las piernas de las caderas y ganando el control y la flexibilidad de las uniones y músculos, nos desarrollamos en base a 11 tipos de combinaciones que iremos revisando con mesura.

En este ciclo estamos trabajando de manera inicial.

Es necesario mencionar que las nuevas generaciones de profesionales de AbyaYala proponemos un trabajo más respetuoso y acorde a las condiciones naturales de cada cuerpo.



En estos 8 módulos te invito a ser parte de este fascinante viaje y a que te inscribas en : enformayencasa@gmail.com para una clase en zoom luego de las 8 cápsulas.