**Программа тренинга «Танго-терапия» с Натальей Демкович
 17-19 февраля 2017 Днепр**

**17 февраля** (пятница)

**19.00-22.00** **1.** **«Полный контакт»** (3 часа)
*Это то, насколько мы готовы вступать в контакт и на сколько готовы впустить другого в свое поле контакта, где находится граница чувствительности или нечувствительности к другому и к самому себе. Только при полном контакте пара становится единым целым, но есть ли пространство в этом слиянии? Исследовать свои привычные способы вступать в контакт и искать новые, более комфортные формы будем на занятии, посвященному полному погружению в тему контакта.*

**18 февраля** (суббота)

**12.00-14.00 2. «Баланс и заземление»** (2 часа)
Точка баланса и ощущение своего тела, как главной опоры, на которую мы можем опереться в жизни. Заземление - наиболее важный навык в культуре аргентинского танго. Механизм заземления и принципы балансирования через нахождение их в своем теле на базе основоположных принципов физиологии. Быть устойчивым на танцполе и в жизни.

**14.00-14.30 Перерыв на обед**

**14.30 - 17.30 3. «Мелодия тела»** (3 часа)
Каждое тело пропускает сквозь себя определенный спектр музыки, движение рождается от того спектра, который именно сейчас нужен вашему телу. Как научится впускать музыку в тело и позволять ей свободно выражаться в движении. Фильтр чувствительности к ритму и мелодии на клеточном уровне. Занятие посвящено фокусировке движения от звука в противовес приспосабливания тела под мелодию.

**19 февраля** (воскресенье)

**12.00 – 14.00 4. «Мужская территория»** (2 часа) (только для мужчин)
В танго гендерные роли четко распределены, но часто смешиваются, как и в жизни. Как остаться устойчивым , лидирующим и уверенным в паре на танцполе и суметь перенести это в реальные отношения? Практики направлены на прокачку мускулинной проекции на качество танца, чтобы не задавить партнершу и не поддаться ей и при этом остаться в качественном контакте с ней.

**14.15 – 16.15 5. «Женственное проявление»** (2 часа) (только для женщин)
Только на женственное проявление мужчины реагируют желанием контактировать. Как найти в себе женственный шаг, поворот, объятие и как наполнить пространство танца в диалоге тел Мужчины и Женщины. Перестать бороться и сдаваться, научиться доверять и отдавать, оставаясь уверенной и нежной. Практики направлены на поиск механизмов взаимодействия со своим телом до того, как начинается парный контакт.

**16.45 – 18.45 6. «Парные техники»** (2 часа)
Взаимодействие в паре определяет синхронность выражения и общий рисунок танца. Держать фокус на партнерстве и получать удовольствие от собственного движения. В чем кроется секрет диалога пары и как наши тела разговаривают в танго. Практики парных техник для восхитительного и красивого совместного движения.

**Оплата за тренинг:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **до 16 февраля (включительно)** | **Оплата на входе** |
| 2-х часовой урок | 250 грн. | 300 грн. |
| 3-х часовой урок | 370 грн. | 420 грн. |
| Пакет всех уроков + милонга | 1200 грн. (экономия 340 грн.) | 1400 грн. (экономия 390 грн.) |

**Конт.тел.** 067-636-00-58 или 050-040-26-41 Сергей

Вся информация на сайте: **www.atango.dp.ua**