



INSTITUTO HÉLIO E MARIA AUXILIADORA.

Whats App: (62) 992810252 E-mail: institutohma@yahoo.com.br

# **INSTITUTO HÉLIO E MARIA AUXILIADORA**

## **I.H.M.A.**

### **CONTEÚDO DA AULA DE DANÇA DO VENTRE**

- I. História da Dança do Ventre;
- II. Módulo I - Iniciante (um ano): ▶ Passos básicos e suas variações;
  - ▶ Técnicas de quadris (redondos e sinuosos);
  - ▶ Técnicas de braços;
  - ▶ Giros e deslocamentos.
- III. Módulo II - Said (seis meses): ritmo, passos básicos e com bengala e pandeiro;
- IV. Módulo III Véu 1 (seis meses): ▶ Véu simples;
  - ▶ Véu duplo;
  - ▶ Dança dos sete véus.
- V. Módulo III Véu 2 (seis meses): ▶ Véu Wings;
  - ▶ Fan véu.
- VI. Módulo IV Candelabro: ▶ Técnicas para dançar com o candelabro.
- VII. Módulo V Taças: ▶ A magia da dança com taça.
- VIII. Módulo VI Espadas.