

Oficinas de Artes Circenses

A Oficina de **CIRCO** tem como objetivo desenvolver e aprimorar as habilidades físicas e motoras das crianças, melhorando a sua coordenação, flexibilidade, concentração e força dos membros superiores e inferiores. Ao conseguirem realizar exercícios que inicialmente poderiam causar medo e apreensão, as crianças melhoram, potencialmente, a sua autoestima e autoconfiança.

Acrobacia de solo: No circuito circense montam-se estações, cada uma com objetivos específicos. As técnicas abordadas são acrobacia básicas de solo: rolamentos, cambalhotas, saltos e equilíbrio (em base fixa ou móvel), flexibilidade, malabares com bolas e truques básicos de portagem.

Os exercícios aplicados são de consciência corporal com foco na realização das acrobacias objetivando fortalecer os membros inferiores, superiores e da coluna vertebral, desenvolver coordenação motora, força muscular, equilíbrios estático e dinâmico e capacidade de concentração.



Aéreos: A aula também conta com o tecido acrobático, que além de proporcionar sensação de liberdade e favorecer a quebra de limites, é uma atividade lúdico-criativa excelente. Truques ou coreografias aéreas serão aplicadas em aula, desenvolvendo a força muscular e habilidade motora complexa.

Materiais utilizados: Tecido aéreo, bambolês, malabares(bolas), cordas, colchões chão EVA, entre outros.

Idades: As turmas deverão envolver entre 10 (mínimo) e 15 inscritos com idades entre os **6 e 16 anos**.

Horário: A Oficina decorrerá semanalmente na EB2/3 Eugénio de Castro (Coimbra), aos sábados entre as 10h30 e 12h30, com início previsto no dia 29 de Fevereiro de 2020 e término a 25 de Julho de 2020. O serviço recomeça, novamente, a partir de Setembro. No decorrer das aulas teremos a colaboração de vários formadores artísticos para que possamos partilhar novos conteúdos e aumentar a visão artística dos vossos educandos.

A falta de assiduidade não justificada na comparência ou pagamento poderão levar à exclusão do aluno da atividade.

Apresentamos o valor da atividade:

Inscrição – 40€ (GRATUITO para alunos que já frequentam as Turmas AtrapalhArte).

Mensalidade– 40€ (35€ no segundo inscrito, no caso da inscrição de irmãos, ou para alunos que frequentam as Turmas AtrapalhArte). O pagamento das mensalidades deverá ser efetuado até ao dia 8 de cada mês.

O pagamento pode ser efetuado em numerário, entregue ao professor responsável ou por transferência bancária (enviando posteriormente o comprovativo de pagamento para o email turmas@atrapalharte.pt, indicando o nome completo do aluno) para o IBAN PT50 0035 0185 0002 2857 1301 4. Caso não seja possível efetuar o pagamento atempadamente, deverá comunicar a situação por email ao endereço acima descrito.

No final de cada mês, a Fatura/Recibo será enviada para o email facultado pelo Encarregado de Educação.

Para o melhor desempenho na aula, recomendamos roupa e calçado confortável ou meias quentes e uma garrafa de água.

Esperamos ser merecedores da vossa confiança e estamos sempre disponíveis para qualquer esclarecimento adicional. Contamos convosco para mais esta nova grande aventura!

E TU? JÁ FAZES PARTE?