



ASSOCIAÇÃO DE PATINAGEM DE LISBOA

ESTAGIO SOLO DANCE 21/22 JANEIRO

Treinadora Cinzia Bernardi

Comunicado

A Associação de Patinagem de Lisboa, dando seguimento ao Plano de Formação e Desenvolvimento da Patinagem, vai realizar um Estágio de Solo Dance e Dança, nos próximos dias 21 e 22 Janeiro, no pavilhão do Parede Futebol Clube.

Os treinos de Solo Dance e de Pares de Dança serão ministrados pela treinadora italiana Cinzia Bernardi havendo ainda outras atividades, nomeadamente de coreografia, as quais serão enquadradas por técnicos das referidas especialidades.

O custo do estágio de Solo Dance é de **€ 55,00**, por atleta, apenas podendo inscrever-se os **atletas federados** que satisfaçam os seguintes requisitos:

- **Benjamins e Infantis que tenham obtido aprovação no N1 da disciplina em que se inscrevem**
- **Iniciados, Cadetes e Juvenis que tenham obtido aprovação no N2 da disciplina em que se inscrevem**
- **Juniores e Seniores que tenham obtido aprovação no N4 da disciplina em que se inscrevem**

Os atletas que se inscreverem na modalidade de **Pares de Dança**, ficarão isentos de pagamento no caso de já se encontrarem inscritos para outro grupo em Solo Dance. Os que pretendam apenas esta especialidade terão que pagar a quantia de **€ 40,00**.

Treinos de Especialização

- Exercícios a treinar: Passos e diagramas das danças referentes a cada escalão etário

Treinos de Pares de Dança

- Exercícios a treinar: Passos, posições e diagramas das danças referentes a cada Escalão etário

As inscrições serão efetuadas em impresso próprio que segue em anexo, e deverão dar entrada na secretaria da Associação de Patinagem de Lisboa até ao dia **16 de Janeiro de 2016**, acompanhadas do respetivo pagamento.

Havendo limite de inscrições divulgaremos no nosso site oficial o momento em que as inscrições se encontrarem encerradas.