



# INFORMATIVO AFFEAM



16 de Junho de 2023

## DANÇA NA AFFEAM



A dança é uma manifestação artística que caracteriza-se pelo uso do corpo para realizar movimentos, geralmente com o auxílio de sons ou de músicas. Essa é uma atividade que pode ser praticada por casais, crianças, jovens, adultos e idosos, de forma individual ou coletiva.

A expressão dança, refere-se a diversos tipos de ritmos: bolero, brega, salsa, forró, flash back, bachata, samba e outros.

As danças são consideradas uma forma de entretenimento e de integração social, bem como uma forma de atividade física.

de trazer consciência corporal. Também faz bem para a mente, libera hormônios diretamente ligados ao bem-estar. A dança pode ser utilizada como promotora de qualidade de vida em todas as idades, amenizando os problemas decorrentes do processo de envelhecimento nos aspectos psicossociais e biológicos. Ao trabalhar atenção, concentração, percepção, lateralidade, ritmo e orientação espacial, estimula habilidades psicomotoras.

### Benefícios da Dança

Dançar ajuda a fortalecer os músculos, trabalha a coordenação motora, protege a articulação, melhora a flexibilidade e a oxigenação do cérebro, além



# **AULAS DE DANÇA**



**Segunda e quarta das 18h às 21h**

**Valor da aula (hora): R\$ 10,00**

**Valor mensal: R\$ 70,00 (na promoção)**

**Local: Salão Evaristo Pereira de Melo -  
Área externa da AFFEAM**

## **INSTRUTOR CLAUDEMIR SANTOS**

**Trabalha com dança faz 31 anos e**

**há 12 ministra aulas na Affeam**

**Professor de dança, coreógrafo,**

**personal dance e ator regional**

## **CONTATO:**

**Secretaria da Affeam: (92) 99977-2611**

**Profº. Claudemir: (92) 99291-6905**