

LINDY HOP

En aquest taller hem pogut gaudir de la música swing i iniciar-nos en un dels seus balls, com és el LINDY HOP. Amb unes figures bàsiques hem pogut coreografiar tres cançons de diferents estils i hem tengut la valentia de fer una actuació davant tota l'escola.

Per situar-vos una mica, el "lindy hop" és un ball que es va popularitzar a Nova York a mitjans de la dècada dels anys 20 i es va popularitzar gràcies a ballarins afroamericans. Aquest ball es va anar estenent per tot Estats Units i amb el temps va anar derivant a "rock'n'roll". A la dècada dels 80 va tornar a ressorgir fins a l'actualitat, un ball que ara per ara està molt de moda.

Se'ns dubte, ha estat una bonica experiència perquè ballar és divertit, ens ajuda a estar en forma, a millorar la circulació sanguínia, tonificar músculs, augmenta la memòria, millora les destreses i habilitats com la flexibilitat, la força i la resistència.

Adjuntem els vídeos de la primera actuació del primer taller de "lindy hop" a l'escola.