

Dilluns 22 a divendres 26 (excepte 24)	TRAPEZI INICIACIÓ	POSADA A PUNT (dimarts i dijous) CORDA I TELES INICIACIÓ-INTERMEDI PALLASSO (de 19:30 a 21:00)
Dilluns 15 a divendres 19	ACROBÀCIA INTERMEDI PAL XINÈS INICIACIÓ-INTERMEDI TRAPEZI INICIACIÓ	ACROBÀCIA INICIACIÓ POSADA A PUNT (dimarts i dijous) CORDA I TELES INICIACIÓ-INTERMEDI PALLASSO (de 19:30 a 21:00)
17-19h		19-21h

## COM ARRIBAR?

Metro: L4 i L11 (Trinitat Nova) + L3 (Roquetes)  
Bus: 50, 51, 60, 76, 81  
Amb cotxe: S.2 Ronda de Dalt.



## TALLER INTENSIVUS DE CIRC Setembre 2014

Organitza:



ASSOCIACIÓ DE CIRC ROGELIO RIVEL  
C. Portlligat 11-15 / 08042 Barcelona  
Tel (0034) 93.350.61.65 / Fax (0034) 93.354.60.98  
tallers@escolacircrr.com / www.escolacircrr.com

Dóna suport:



## **ACROBÀCIA INICIACIÓ (10h)**

**amb David Marfil - Txupi**

Del 15 al 19 de setembre, de 19 a 21h

Taller d'iniciació als moviments bàsics de l'acrobàcia de terra. Treball de flexibilitat i preparació física. Tombarelles, verticals, ponts, rodes, etc.

Preu: 75 €

## **ACROBÀCIA INTERMEDI (10h)**

**amb David Marfil - Txupi**

Del 15 al 19 de setembre, de 17 a 19h

Treball de perfeccionament de l'acrobàcia de terra.. Encadenament de moviments. Treball de flexibilitat i preparació física. Palomes, rondades, flic-flacs, mortals, etc.

Preu: 75 €

## **POSADA A PUNT PER ACROBÀCIA (8h)**

**amb Alberto Feliciate**

Dimarts i dijous, entre el 16 i el 25 de setembre, de 19 a 21h

Quatre dies dedicats a fer una posada a punt abans de l'inici dels tallers regulars. Es treballarà la preparació física, la flexibilitat i la base d'acrobàcia (col·locació, entrades, sortides, inèrcia, ...). Dirigít a gent que ja ha fet com a mínim un any d'acrobàcia.

Preu: 60 €

## **TRAPEZI FIX INI-INT (18h)**

**amb Pili Serrat**

Del 15 al 26 de setembre (excepte el 24), de 17 a 19h

Introducció a la tècnica, coneixements bàsics que permetin accedir a les figures clàssiques de trapezi. Preparació física i treball en salut.

Preu: 135 €

## **CORDA I TELES INI-INT (18h)**

**amb Antònia Ruiz**

Del 15 al 26 de setembre (excepte el 24), de 19 a 21h

Treballarem la col·locació i preparació física al terra i a l'element per aplicar-lo després a les figures, claus i caigudes. Creació de seqüències mitjançant jocs i consignes.

Preu: 135 €

## **PALLASSO amb Miner Montell (13,5h)**

Del 15 al 26 de setembre (excepte el 24), de 19.30 a 21h

El riure és la distància més curta entre dues persones. El pallasso ho ha de saber molt bé. Com el provoca? Evidentment, ho fa amb alguna cosa més que un nas vermell i una vestimenta ridícula. Té molts més recursos i tècniques. En aquest intensiu en treballarem algunes i indagarem en el nostre interior per trobar la nostra pròpia versió d'aquest personatge universal.

Preu: 100 €

## **PERXA XINESA INICIACIÓ (10h)**

**amb Anna Pascual**

Del 15 al 19 de setembre, de 17 a 19h

Curs dirigit a totes aquelles persones que volen tenir un primer contacte amb la perxa xinesa. L'objectiu principal del curs serà assolir els conceptes bàsics de la tècnica com pujar i baixar de la perxa, les diferents posicions de repòs, banderes, caigudes i d'altres figures base que ens permetran, més endavant, treballar figures i moviments dinàmics més complicats.

Les sessions començaran amb un escalfament col·lectiu i exercicis de preparació física per tal que el cos estigui més preparat pel treball específic de la perxa xinesa. Alhora, les sessions acabaran amb uns bons estiraments que ens permetran relaxar la musculatura i millorar la flexibilitat corporal.

Per a poder treballar adequadament, cal portar calçat esportiu amb sola de goma, pantalons texans amb malles o mitges gruixudes a sota i samarreta de màniga llarga per tal d'evitar cremades.

Preu: 75€



**ASSEGURANÇA  
OBLIGATÒRIA DE 10€  
PLACES LIMITADES**

+ info a [www.escolacircrr.com](http://www.escolacircrr.com)