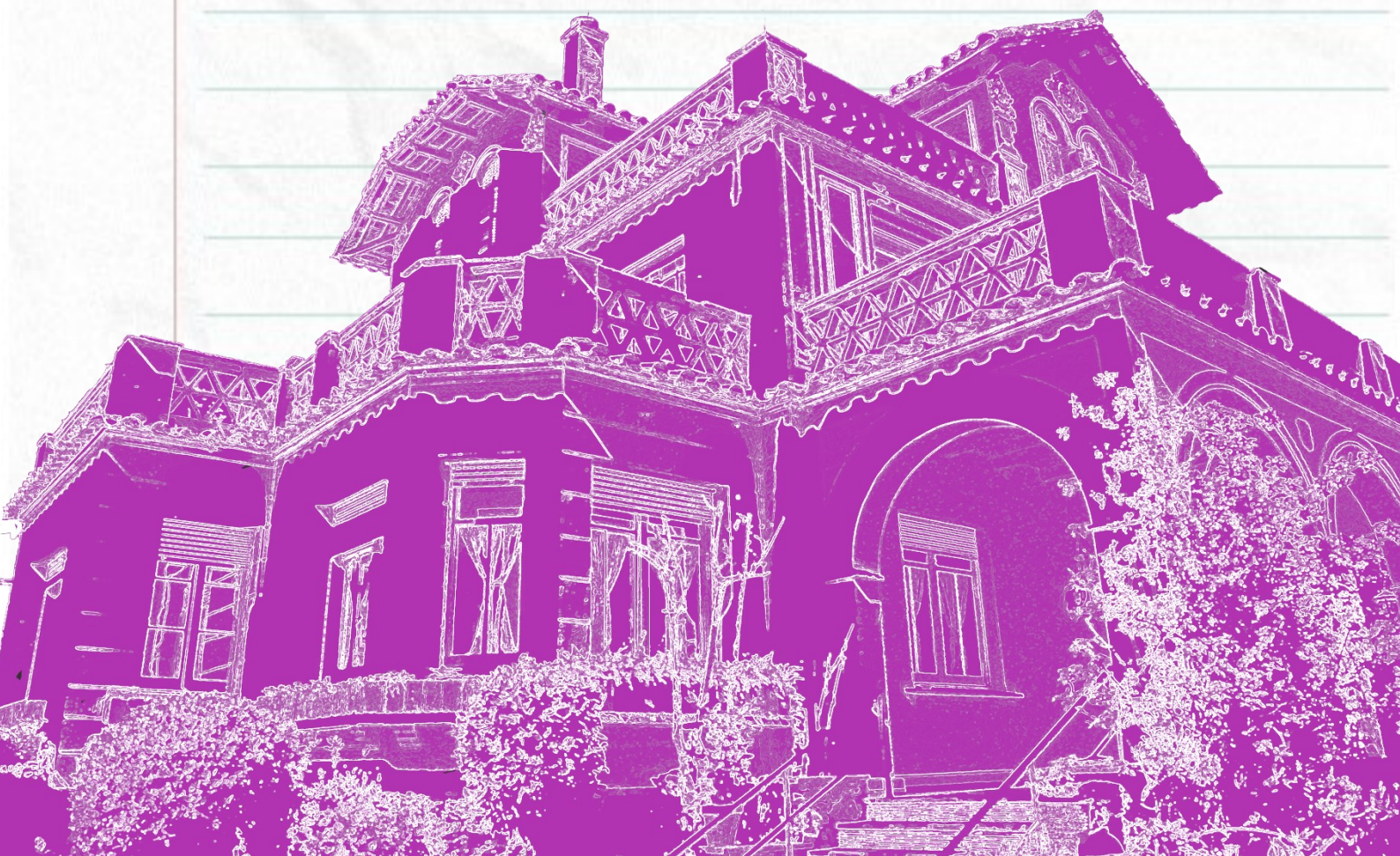




amatista

Activitats 2013–2014





Les Arts del Guerrier



TIR AMB ARC



Edat: a partir de 10 anys

Horari

- 10 a 15 anys: dimecres de 17 a 18:30
- 15 endavant: dimecres de 20 a 21:30

Descripció:

Un esport que degut a la seva metodologia de pràctica, convida a la relaxació, a la focalització i concentració, combinat amb l'activitat física que ens ajuda a aconseguir un perfecte equilibri corporal.



ESGRIMA ANTIGA



Edat: a partir de 10 anys

Horari

- 10 a 15 anys: dijous de 19 a 20:30
- 15 endavant: dijous de 20:30 a 22

Descripció:

Un taller que ensenya l'art i la destresa de l'espasa, a través de l'estudi de tècniques de combat. A través d'aquesta disciplina marcial es posa en marxa el cos, treballant l'agilitat i la coordinació.



Moviment i experimentació



DANSA CREATIVA



Edat: de 3 a 7 anys

Horari

- Dilluns de 16:30 a 18

Descripció:

La dansa creativa és una manera d'introduir-se al Món de la dansa de manera lúdica, descobrint les possibilitats del propi cos amb l'acompanyament de la música, creant coreografies i sense perdre mai l'espontaneïtat del moviment.



JOC I MOVIMENT



Edat: de 3 a 6 anys

Horari

- Dilluns de 16:30 a 18

Descripció:

Un espai on els infants poden moure's i expressar-se, conèixer les pròpies capacitats i limitacions, superar reptes... Es proposen diferents materials per a jugar i crear: disfresses, maquillatge, teles, matalassos, construccions...

DANSA I IMPROVISACIÓ



Edat: de 7 a 16 anys

Horari

- 7 a 12 anys: dimarts 16:30 a 18
- 12 a 16 anys: dilluns 20:30 a 22

Descripció:

Una dansa diferent on la creativitat predomina sobre la tècnica. Escollim una música i anem buscant a través de la improvisació la manera de fer-la ballar.



GIMNÀSTICA EXPRESSIVA



Edat: Gent Gran

Horari

- dimarts de 10:30 a 12

Descripció:

Amb el pas dels anys, les tensions es van acumulant i la mobilitat del nostre cos va quedant cada cop més limitada. La Gimnàstica Expressiva vol afavorir el manteniment i benestar de les persones grans, a nivell físic, emocional i mental.



CIÈNCIA I EXPERIMENTACIÓ



Edat: de 3 a 5 anys

Horari

- **Dijous** de 16:30 a 18

Descripció:

Un espai on investigar, provar, jugar, omplir, buidar, vessar, tocar... Una invitació a la ciència a partir de materials quotidians i d'elements naturals com la sorra i l'aigua, entre d'altres.





Arts plàstiques i
escèniques



TEATRE INFANTIL



Edat: de 6 a 12 anys

Horari

- 6 a 9 anys: dimarts 17 a 18:30
- 9 a 12 anys: dimarts de 18:30 a 20

Descripció:

Una invitació al joc, a la creació i a l'expressió en totes les seves vessants (musicals, corporals, literàries...) per a fer teatre, ballar, cantar... I preparar una obra teatral per final de curs.



TEATRE JUVENIL



Edat: de 12 a 16 anys

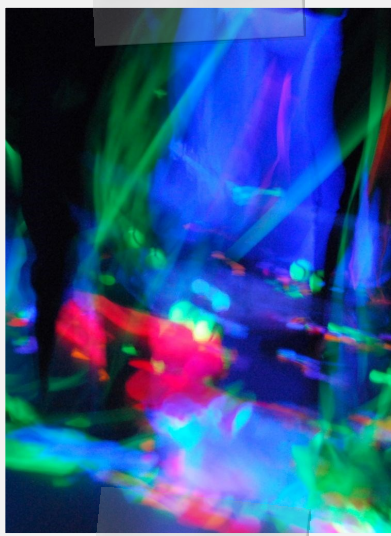
Horari

- Dimarts de 20 a 21:30h

Descripció:

Diferents propostes d'expressió, interpretació i creació.

Treballarem a partir de la improvisació, l'expressió corporal, tècniques específiques (clown, mim, manipulació d'objectes...) i prepararem un muntatge teatral per final de curs.



EXPLOSIÓ ARTÍSTICA

Edat: de 12 a 16 anys

Horari

- Dilluns de 19:30 a 21:30

Descripció:

Dibuix, fotografia, pintura, costura, modelatge, collage... Una explosió de propostes per a poder crear i disfrutar a través de l'art i de tots els nostres sentits. Al llarg del curs farem diverses exposicions i performances.



TEATRE PER A ADULTS

Edat: adults

Horari

- Dimarts de 20 a 22

Descripció:

Tota una iniciació en el món del teatre passant per diferents tècniques (expressió corporal, veu i dicció, improvisació...) per arribar a la preparació i posada en escena d'un muntatge teatral.





Creixement personal



IOGA



Edat: a partir de 14 anys

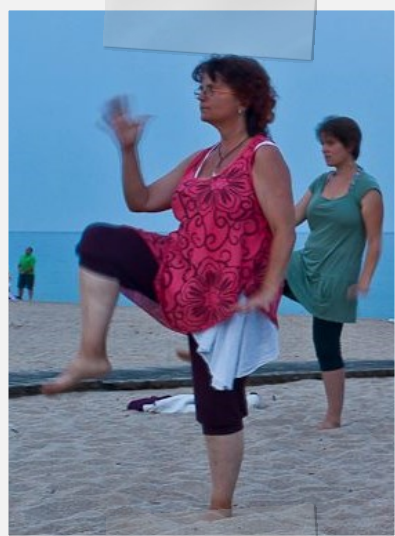
Horari

- 14 a 18 anys: divendres de 16 a 17:15

- **Adults:** dimecres de 10 a 11:15

Descripció:

Ioga és "la cessació de les fluctuacions de la ment". Ens connecta amb el nostre poder intern alliberant-nos dels estats de por, ansietat, ràbia, depressió...



TAI-TXI / TXI-KUNG



Edat: adults i gent gran

Horari

- **Adults** dimarts de 9:30 a 10:30 o dijous de 20:30 a 21:30

- **Gent Gran:** dimarts de 11 a 12

Descripció:

Txi-kung és l'art de l'harmonització de l'energia corporal a través de diferents pràctiques com la respiració, gimnàstica de moviments



LA SENDA DE ARTEMISA



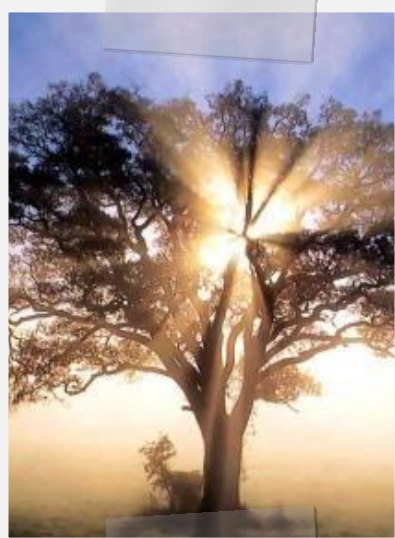
Edat: adults

Horari

- Dimecres de 10 a 12 o dimarts de 20 a 22

Descripció:

En aquest taller trobaràs un espai on expressar-te i connectar amb tu mateix/a, a través d'activitats com: meditacions, massatges, arts plàstiques, jocs, esgrima, tir amb arc, narracions, excursions...



GRUP DE CONSCIÈNCIA



Edat: adults

Horari

- Obert a propostes

Descripció:

Amb aquesta oferta el que volem és formar una petita família. Tenir un espai on puguem compartir les nostres inquietuds i donar plegats petits passos que ens ajudin a obrir la ment, el cos i l'ànima.

amatista

Quotes curs 2013-2014

Taller d'1 hora i mitja: 35€ / mes

Taller de 2 hores: 40€ / mes

Matrícula: 30€

OFERTA D'INICI DE CURS!

Si t'inscrius durant el mes de setembre,
MATRÍCULA GRATUÏTA i el primer mes
amb un 50% de descompte.

Vine a provar una classe gratuïta sense
compromís



amatista

Baixada de la Torre Gran , 17

- 08392 -

Sant Andreu de Llavaneres

info@espai-amatista.com

Tlf. 690 705 997

Horari d' atenció telefònica:
de dilluns a divendres de 10 h a 13 h

www.espai-amatista.com

