

Мастер-класс по капоэйре для школьников

07.06.2013

Капоэйра - бразильское национальное боевое искусство, сочетающее в себе элементы танца, акробатики, игры, и сопровождающееся национальной афро-бразильской музыкой. На мастер-классе, который 10 июня проведет Российский филиал международной школы капоэйры «Senzala de Capoeira» в «Технораме на Юго-Востоке» школьники изучат основные навыки, и прочувствуют зажигательный бразильский ритм.

Освоить капоэйру может любой, вне зависимости от пола и возраста. Для этого нужно только желание учиться и немного усердия на тренировках. Оттачивая базовые движения можно убрать лишний вес, получить великолепную растяжку и накачать мышцы.

Евгения Бондаренко, старший тренер и руководитель группы капоэйры «Senzala de Capoeira» в Москве, продемонстрирует свое мастерство, проведет краткий исторический экскурс и обучит основным движениям и принципам.

Занятия капоэйрой дарят мужчинам и женщинам не только идеальную физическую форму, но и как любой вид единоборства раскрепощает, дает уверенность в себе и своих силах, повышает жизненный тонус организма. Не менее важно их значение для развития слуха и чувства ритма, так как капоэйра единственное в своем роде, сочетание красивой музыки и грозного боевого искусства.

Организаторы: ГБУК «Центр молодежи ЮВАО «Молодежное содружество», ГБОУ ЦРТДиЮ «Технорама на Юго-Востоке».

*Дополнительная информация по мероприятию: 8(916)590-50-09
ул. 12-я Новокузьминская д.6 корп 2.*

Дополнительная информация:

ГБУК «Центр молодежи ЮВАО «Молодежное содружество» - центр подготовки волонтеров культуры и центр клубных объединений, занимающихся творческой деятельностью. Учреждением проводятся акции, бесплатные обучающие семинары, организуются поощрительные мероприятия разной направленности, осуществляется вовлечение волонтеров в работу учреждений культуры, поддержка добровольческих инициатив. «Молодежное содружество» также является Центром Универсиады «Kazan 2013» и осуществляет поддержку и развитие молодежного добровольческого движения.

Адрес страницы: <http://mol.cao.mos.ru/presscenter/news/detail/978197.html>

[Молодёжный общественный совет ЦАО](#)