

Curso Técnico em Pole Dance

Público Alvo: Pessoas interessadas em se tornar professores(as) de Pole Dance e/ou atualizar seus conhecimentos com uma metodologia voltada à conexão dos movimentos do Pole Dance. * Não necessita experiência prévia.

Material Incluso:

- Apostila completa do curso;
- Apostila digital com 33 Travas usadas no Pole Dance;
- Apostila Pegadas Travas e Posição das Pernas usadas no Pole Dance;
- Acesso à área de membros digital com videoaulas dos alongamentos, fortalecimentos e movimentos técnicos;
- Curso de Fundamentos do Pole Dance;
- Materiais extras:
 - o Videoaula com a História e Vertentes do Pole Dance;
 - o Modelo de contrato entre professora e aluna;
 - o Contrato de direitos.
- Certificado de conclusão do curso válido em todo território nacional.

INTRODUÇÃO

A prática de Pole Dance em estúdios e academias ainda é tida como recente no Brasil, visto que a organização da modalidade não segue uma homogenia. Os praticantes e profissionais da área muitas vezes desconhecem a fundo como é fundamentada essa modalidade.

Isso acontece porque, até hoje, nenhum órgão no Brasil regulamentou o Pole Dance. Fato que, infelizmente, compromete o sistema educacional em nossa modalidade. Tendo isso em vista, cada profissional precisa buscar seus conhecimentos e qualificação profissional para atender seus clientes com responsabilidade.

Sabendo disso, criamos esse curso que te dará conhecimento técnico de 69 movimentos de Pole Dance do nível básico e suas diversas combinações, além de amplo conhecimento sobre as bases de treinamento físico, cognitivo e psicológico.

CONTEÚDO DO CURSO

Módulo 1: Conteúdo Técnico

- Aula 1 - Conceito da modalidade de Pole Dance
- Aula 2 - Equipamentos e acessórios
- Aula 3 - Benefícios do Pole Dance
- Aula 4 - Bases Psicológicas
- Aula 5 - Método Sistemático de Aprendizagem
- Aula 6 - Estilos de Aprendizagem
- Aula 7 - Bases Físicas
- Aula 8 - Movimentos do Corpo Humano
- Aula 9 - Flexibilidade e Alongamento
- Aula 10 - Fortalecimento
- Aula 11 - Relaxamento
- Aula 12 - Estrutura dos Movimentos na Barra
- Aula 13 - Técnicas e Execução Física dos Movimentos na Barra
- Aula 14 - Percepção Espacial
- Aula 15 - Planos Baixo, Médio e Alto
- Aula 16 - Bases de Condução

Módulo 2: Movimento no Pole I

- Preparação do Corpo
- Bloco 1 - Transições
- Bloco 2 - Giros
- Bloco 3 - Força
- Bloco 4 - Combos
- Bloco 5 - Coreografia



CONTEÚDO DO CURSO

Módulo 3: Movimento do Pole II

- Bloco 6 - Floorwork
- Bloco 7 - Barra Giratória

Módulo 4: Curso de Fundamentos do Pole Dance

Módulo 5: Montagem da Aula

- Aula 1 - Abordagem Inicial
- Aula 2 - Periodização de Treino
- Aula 3 - Como Montar um Plano de Aulas
- Aula 4 - Seis Itens Essenciais de uma Boa Professora
- Aula 5 - Aulas Online
- Aula 6 - Avaliação e Certificação
- Aula 7 - Próximos Passos

Módulo Bônus

- Modelo de Plano de Aula
- Apostila 33 Travas do Pole Dance
- História e Vertentes do Pole Dance
- Modelos de contratos



Valor: R\$697,00 à vista via transferência bancária (ou boleto) ou então pagamento parcelado em até 12x 69,70 no cartão de crédito.

CLIQUE AQUI PARA COMPRA PARCELADA

Dados para transferência bancária:

Banco Inter 077

AG 0001-9

CC 28962958

Tatiana Hilú Favretto

CPF 047.005.679-70

Enviar comprovante para suporte@aprendapoledance.com

