



**CENTRO  
CULTURAL  
CARNIDE**

*Aulas Regulares*  
**BALLET**

A aula de **Ballet INICIAÇÃO** está direccionada a crianças dos 5 aos 7 anos de idade. O principal objetivo das aulas é divertir e estimular a imaginação da criança. É proposto às crianças que brinquem aprendendo. Aprendem exercícios com movimentos que estimulam a motivação, a criatividade e a expressão. Nesta fase, a criança aprende a ser mais independente e a controlar as suas habilidades motoras e intelectuais, e a reconhecer as suas capacidades.

A aula de **Ballet INICIAÇÃO II** está direccionada às crianças que já frequentaram as aulas de ballet iniciação I, pois já exige mais disciplina, mais musicalidade e domínio do seu próprio corpo. Através de uma sequência de exercícios preconizados pela RAD, as aulas seguem movimentos básicos com exercícios de barra e de centro, de molde a desenvolver e fortalecer a musculatura das pernas, a postura do corpo e a coordenação motora.



**Informações do Workshop**

**Ballet INICIAÇÃO I**

- Professora Francisca Moura
- Dos 5 aos 7 anos
- Inscrições Limitadas
- Quartas-Feiras, das 18h às 18h40
- Início a 19 de Novembro de 2024 e Final a 28 de Junho de 2025
- Mensalidade: 25€

**Ballet INICIAÇÃO II**

- Professora Francisca Moura
- Destinado a alunos(as) inscritos no ano anterior
- Inscrições Limitadas
- Terças-Feiras, das 18h às 18h40
- Início a 20 de Novembro de 2024 e Final a 28 de Junho de 2025
- Mensalidade: 25€

**Regulamento Workshops**

[https://jf-carnide.pt/wp-content/uploads/2024/10/regulamento\\_workshops\\_24\\_25.pdf](https://jf-carnide.pt/wp-content/uploads/2024/10/regulamento_workshops_24_25.pdf)

**Folheto dos Workshops do Centro Cultural de Carnide 2024/2025**

[https://jf-carnide.pt/wp-content/uploads/2024/10/folheto\\_aulas\\_24\\_25-1.pdf](https://jf-carnide.pt/wp-content/uploads/2024/10/folheto_aulas_24_25-1.pdf)

**Inscrições** [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdTpP\\_Tmh14hGikO9A7poDybjPxWb5f0Xx-FErESN1-JVlzfg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdTpP_Tmh14hGikO9A7poDybjPxWb5f0Xx-FErESN1-JVlzfg/viewform)