



MONITOR DE

# funk, hip-hop y ritmos aerolatinos

## Aerolatinos

- Introducción a la salsa y otros estilos.
- Alineamiento corporal correcto.
- Recomendaciones y técnica de ejecución.
- Formato de la clase.
- La salsa y sus movimientos.
- Pasos básicos.
- Del aeróbic a la salsa.
- Música.
- Técnicas de enseñanza.
- Creación y escritura de una coreografía.
- Masterclases, talleres y practicas.

## Funk y hip-hop

- Introducción e Historia.
- Nuestro instrumento. La música.
- Diferentes modalidades de baile negro.
- Objetivos: ¿fitness o baile?.
- Cardio-funk
- Su objetivo: aprender a bailar.
- Pasos básicos de aero-funk.
- Pasos técnicos del funky o el hip-hop.
- Clasificación de los pasos de funk y hip-hop en cuanto a intensidad y potencia.
- Entrenamiento aeróbico y anaeróbico.
- Estructura de una sesión de funky o hip-hop.
- Calentamiento.
- Fase Coreográfica.
- Cool Down.
- Entrenamiento físico.
- Transición de una coreografía de aeróbic, al funk o hip-hop.

- Movimientos de expresión corporal.
- "Feeling"
- Indicaciones y vocabulario técnico.
- Elementos de una coreografía.
- Simetría y asimetría de una coreografía.
- Equilibrios de una coreografía.
- Pasos a seguir en la construcción coreográfica.
- Sistemas de enseñanza de una coreografía.
- Elementos de variedad de una coreografía.
- Enseñanza: Consejos prácticos y recomendaciones.
- Niveles de la sesión.
- Frecuencia y duración de la sesión.
- Planificación de trabajo.
- Escritura de una coreografía.
- Instalaciones y vestuario.
- Funky y hip-hop infantil.
- Espectáculo, exhibiciones y competición.

