

## VareseNews

### Ripartono i corsi delle danze dal mondo con Nashat, e sono anche on line

**Pubblicato:** Mercoledì 9 Settembre 2020



Tornano i corsi di “**Nashat**”, la storica asd affiliata a Uisp Varese che porta **sul territorio le danze di tutto il mondo**. E avranno una novità: oltre alle classiche lezioni in **palestra**, sarà possibile anche iscriversi a degli speciali **corsi on line**.

«L’esperienza maturata **durante il lockdown**, con l’appuntamento **on line** con tante allieve ci ha fatto scoprire un **nuovo modo** di fare lezione – spiega **Ileana Maccari**, danzatrice, insegnante e coreografa di danza del ventre e danza hawaiana (hula) ed anima dell’asd Uisp – con più aspetti positivi di quanto si potesse immaginare, anche perché ci dà modo di **essere ancora più inclusivi**. Abbiamo pensato quindi di riproporli a chi vuole seguire i nostri corsi, non per sostituire le lezioni in palestra, ma per ampliare la nostra offerta».

I corsi in programmazione per ora seguiranno i due filoni “classici”, **Danza del Ventre e Hula Hawaiiiana**, e sono per tutti i livelli di abilità, dall’iniziale all’avanzato, in orario serale o in pausa pranzo. Per tutti è prevista una lezione di prova gratuita.

«La danza del ventre è una delle forme più antiche di espressione artistica, è una **danza sensuale ed elegante** che esprime lo scorrere dell’energia vitale – dicono le insegnanti *Nashat* – è **adatta a tutte le donne, di qualsiasi età e corporatura**, e numerosi sono i benefici che procura, sia per il corpo, sia per la mente».

Meno conosciuta **la Hula** hawaiana, danza dalle origini forse ancora più lontane. «La Hula è **l'essenza e lo spirito delle isole Hawaii** – dicono da *Nashat* – inizialmente **nata come rituale sacro**, è diventata in seguito una danza di intrattenimento, ma non ha perso la sua **potenza evocativa**, perché ogni movimento racconta sempre elementi di una storia descritta nel canto. Le danzatrici rappresentano aspetti della natura e della vita».

L'offerta della asd Uisp *Nashat* comprende **anche seminari e stage** anche per danze polinesiane, tribal bellydance, tribal fusion, danza afro, bollywood dance, danza tradizionale indiana, improvvisazione, **portamento ed eleganza** e molto altro. ?Per informazioni sui corsi, lezioni e stage è possibile chiamare il 347/8744510.

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli di VareseNews in collaborazione con UISP Varese

Damiano Franzetti

[damiano.franzetti@varesenews.it](mailto:damiano.franzetti@varesenews.it)