

CORSO DI TANGO TRAPIA

Dalla collaborazione tra CARISMA e AIP è nata la proposta di organizzare un'attività di Tango Argentino.

Le lezioni si tengono normalmente al venerdì mattina

Per informazioni contattare la Segreteria AIP che è aperta il martedì ed il giovedì dalle ore 9,30 alle ore 12,00

Telefono e fax 035/343999

Mail info@aipbergamo.it

I benefici della Tango Terapia

La danza è un ottimo esercizio per i malati di Parkinson, e in particolare lo è il tango: le differenti velocità di esecuzione, i continui arresti ed accelerazioni, i bruschi cambiamenti di direzione, deambulazioni in arretramento, giravolte e stop improvvisi sono utilissimi per mantenere il controllo dell'equilibrio. Il malato di Parkinson soffre una disorganizzazione progressiva del movimento che si manifesta in tremore, rigidità, atrofia nel cammino, lentezza nei movimenti, difficoltà della gestione dell'equilibrio personale.

La Tango-terapia si differenzia da un corso di danza normale perché trasforma un focus ludico estetico in un focus terapeutico.

Durante le lezioni sia persone con la malattia di Parkinson che i loro familiari e amici accettano la stessa sfida: arrivare alla presenza e alla consapevolezza del movimento e nel movimento.

L'impegno che richiede questo ballo si può definire estremamente "mentale" a significare come i ballerini si allenano a stabilire una forte connessione fra la volontà di fare il movimento ed il corpo che deve eseguirlo. Di conseguenza la concentrazione deve raggiungere livelli altissimi, perché il ballerino e la partner possano l'uno comunicare, l'altra recepire i movimenti che si desiderano eseguire.

Questa particolarità rende adatto il tango quale supporto nelle malattie motorie, come la malattia di Parkinson, che richiede il recupero di automatismi motori perduti. Paradossalmente infatti, la mancanza di schematicità di questa danza così libera, impone di base, una rigorosa istintività motoria,, indispensabile per riuscire ad innestare sopra di essa, le varianti continue attraverso le quali si sviluppa questo dialogo della coppia".

Pertanto il compito del Tangoterapeuta è quello di rendere molto più consapevole il malato, richiamando la sua attenzione su movimenti meno automatici, migliorando la sua motivazione, rinforzando il messaggio Mente-Corpo con informazioni sensoriali.

La danza del tango argentino favorisce un valido supporto terapeutico per la riabilitazione delle persone che tramite la danza hanno la possibilità di adottare i medesimi meccanismi motori anche nella vita quotidiana , riducendo i fattori di stress esogeni ed endogeni derivati dalla malattia.

I corsi di tango argentino vengono tenute ad due ballerini professionisti Stefania Sonzogni ed Andrea Possenti

Per saperne di più [_www.tangopasion.it](http://www.tangopasion.it)