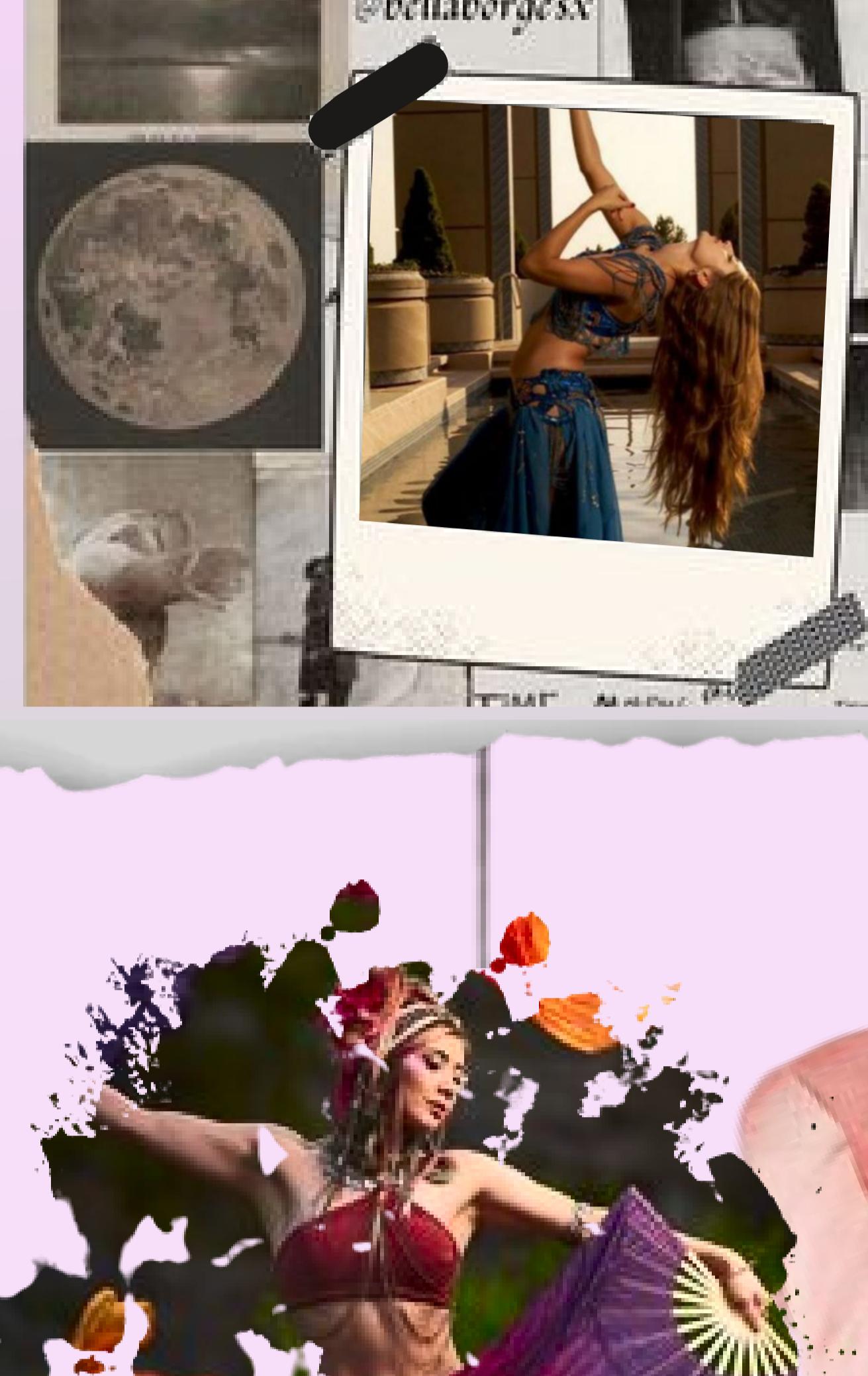
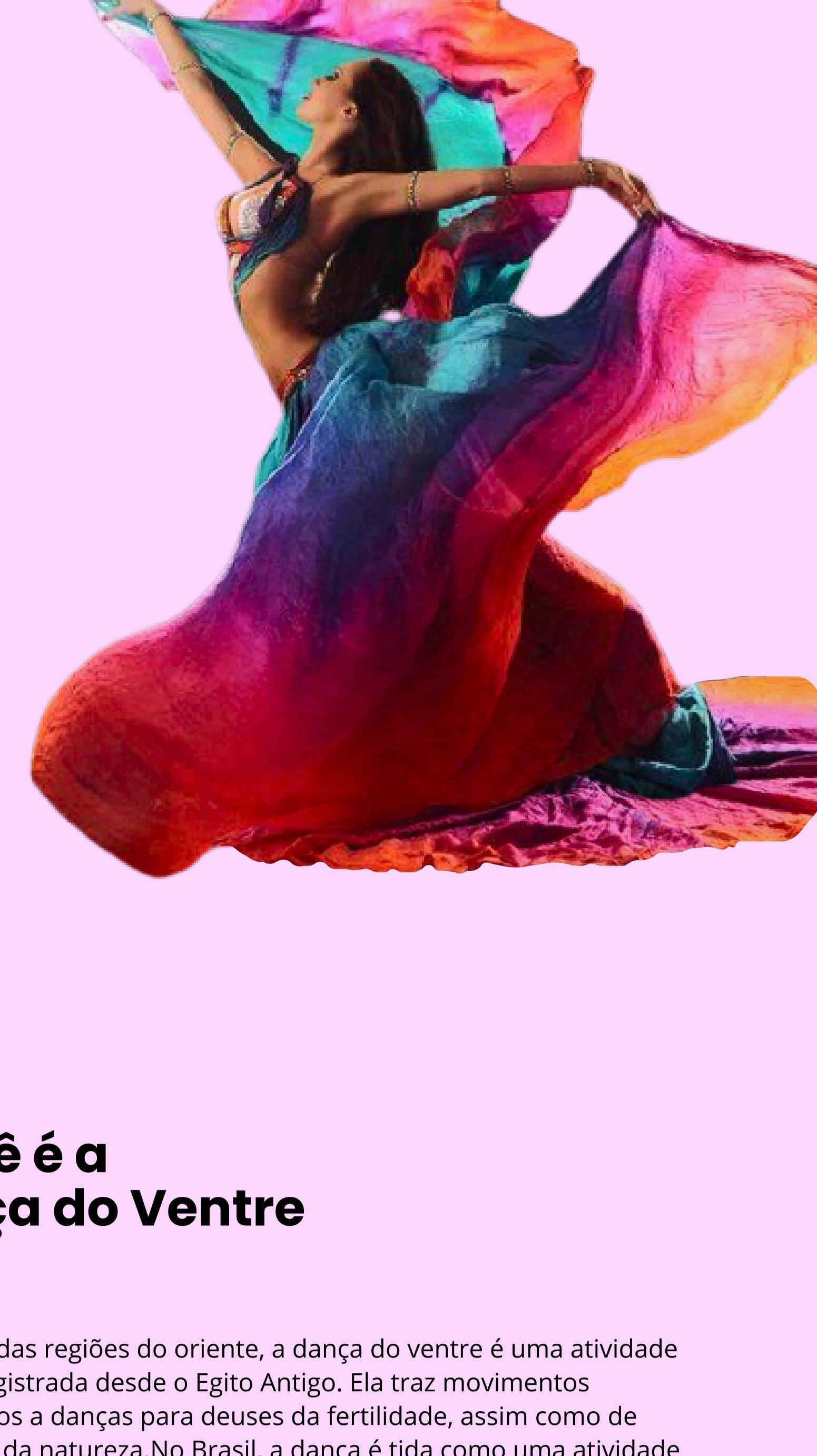


Encontre em ti o poder feminino que você vê em outras mulheres

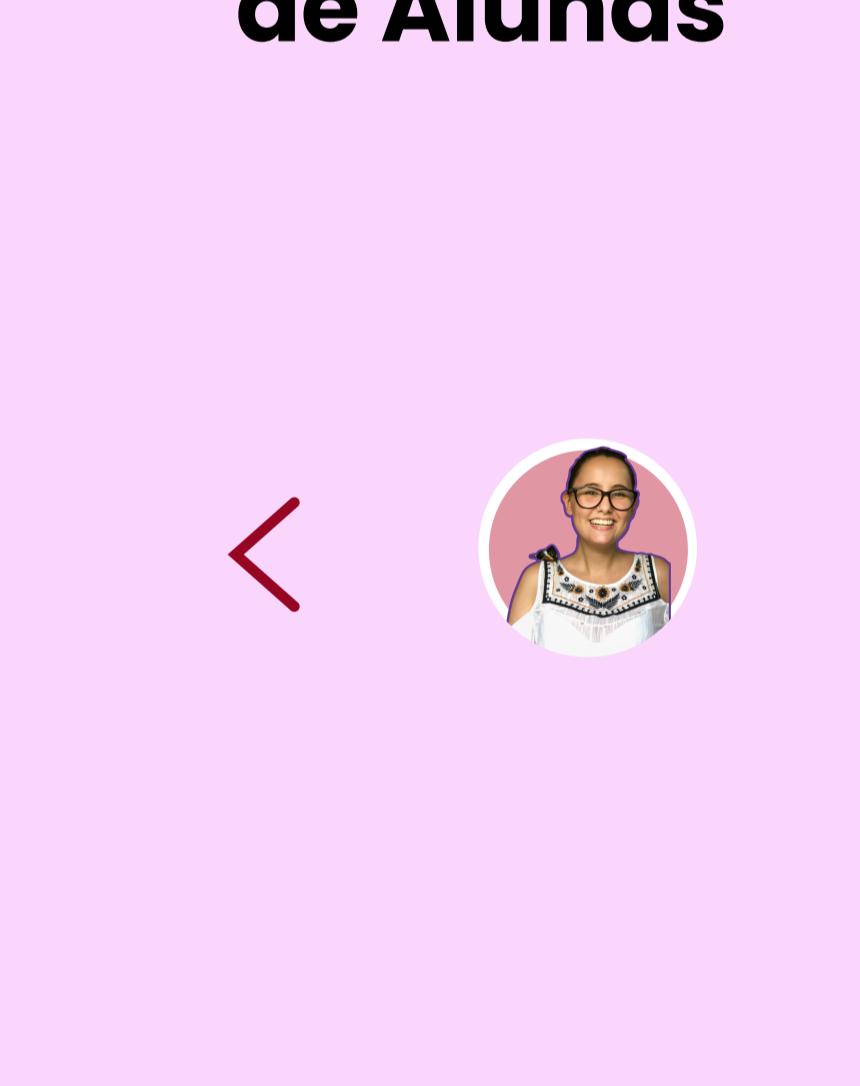
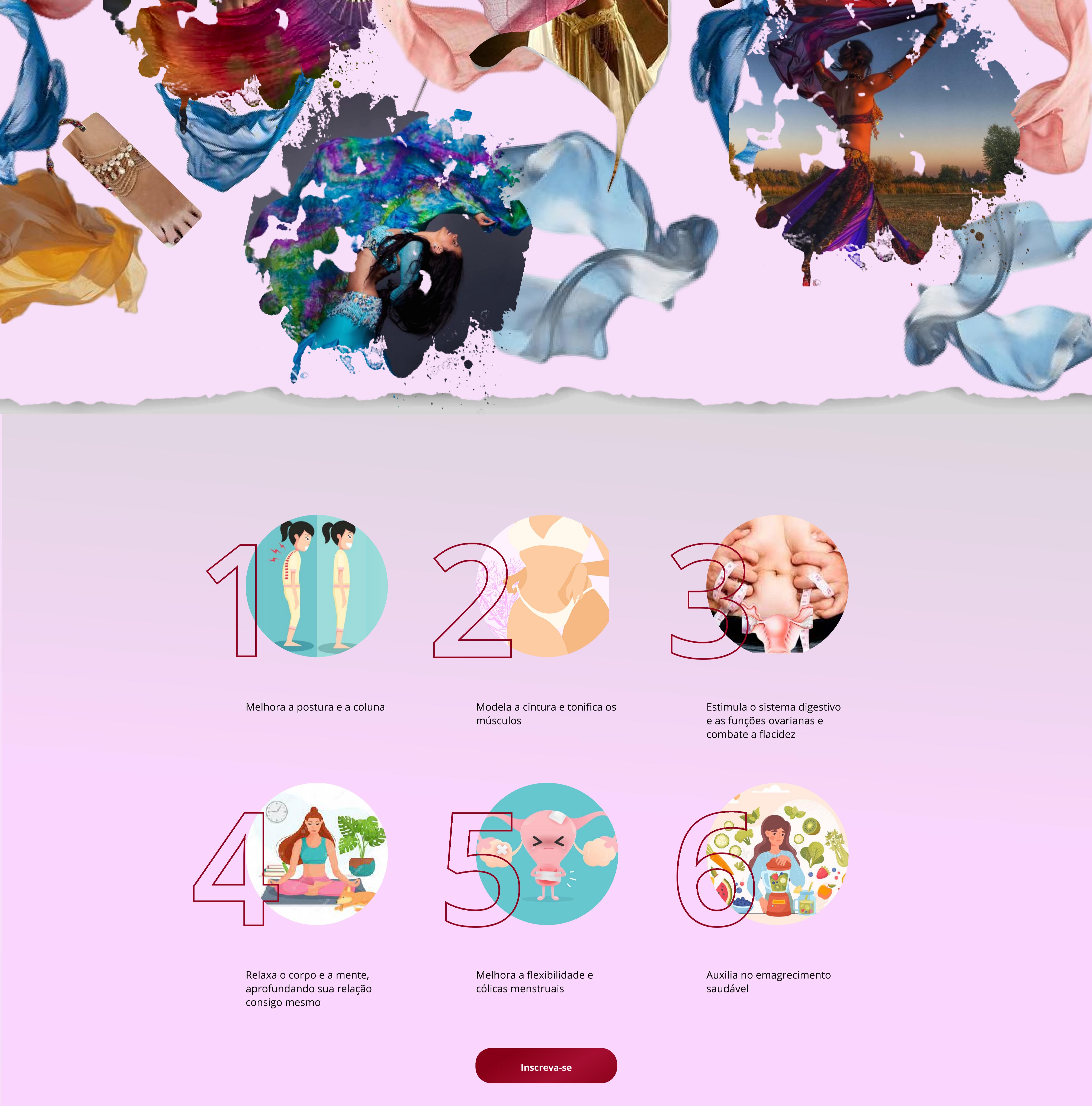
Te ajudo a se reencontrar com você mesma na melhor forma possível, que é dançando.

[Inscreve-se](#)

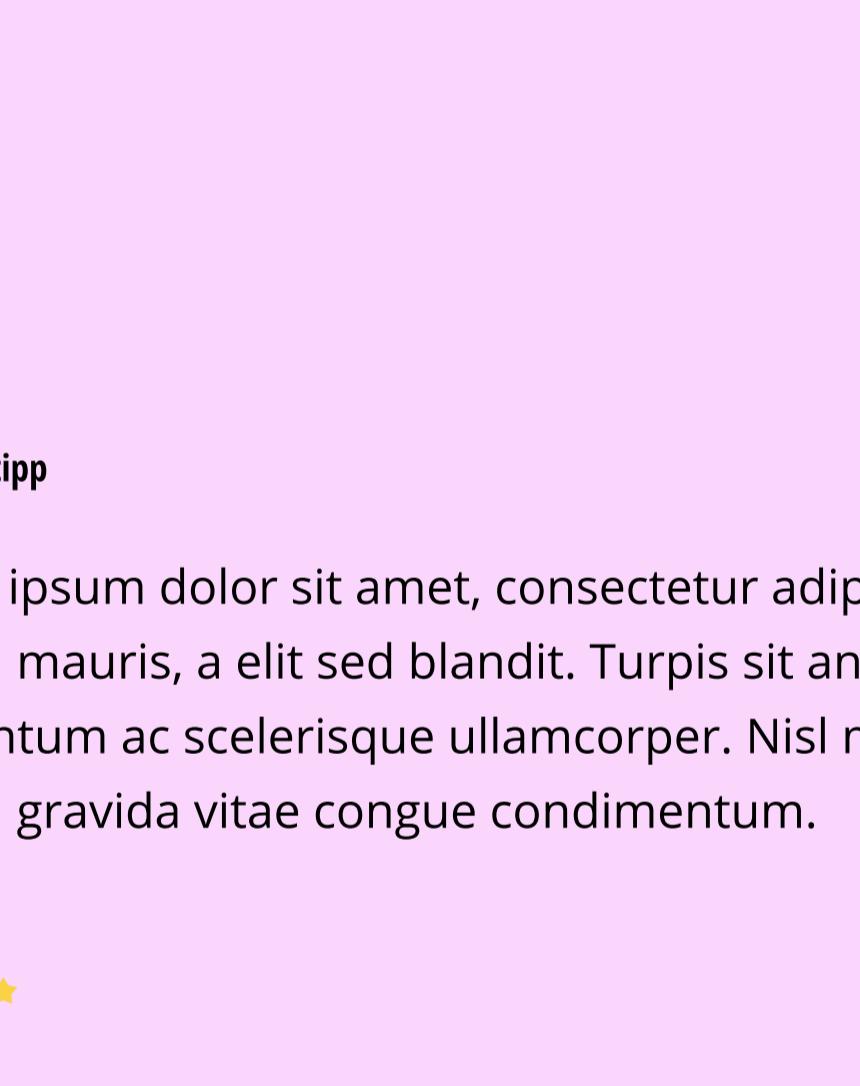
O que é a Dança do Ventre

Originária das regiões do oriente, a dança do ventre é uma atividade milenar registrada desde o Egito Antigo. Ela traz movimentos relacionados a danças para deuses da fertilidade, assim como de elementos da natureza. No Brasil, a dança é tida como uma atividade superpositiva e cheia de benefícios para o corpo e para a mente. Sendo assim, ela é uma alternativa interessante e divertida em relação a outras que podem ser entediantes, como academia.

Além de ajudar a relaxar a mente e manter o corpo em forma, o principal benefício da dança está relacionado ao bem-estar e autocompaição.



Melhora a postura e a coluna



Modela a cintura e tonifica os músculos



Estimula o sistema digestivo e as funções ovarianas e combate a flacidez



Relaxa o corpo e a mente, aprofundando sua relação consigo mesmo



Melhora a flexibilidade e cólicas menstruais



Auxilia no emagrecimento saudável

[Inscreve-se](#)

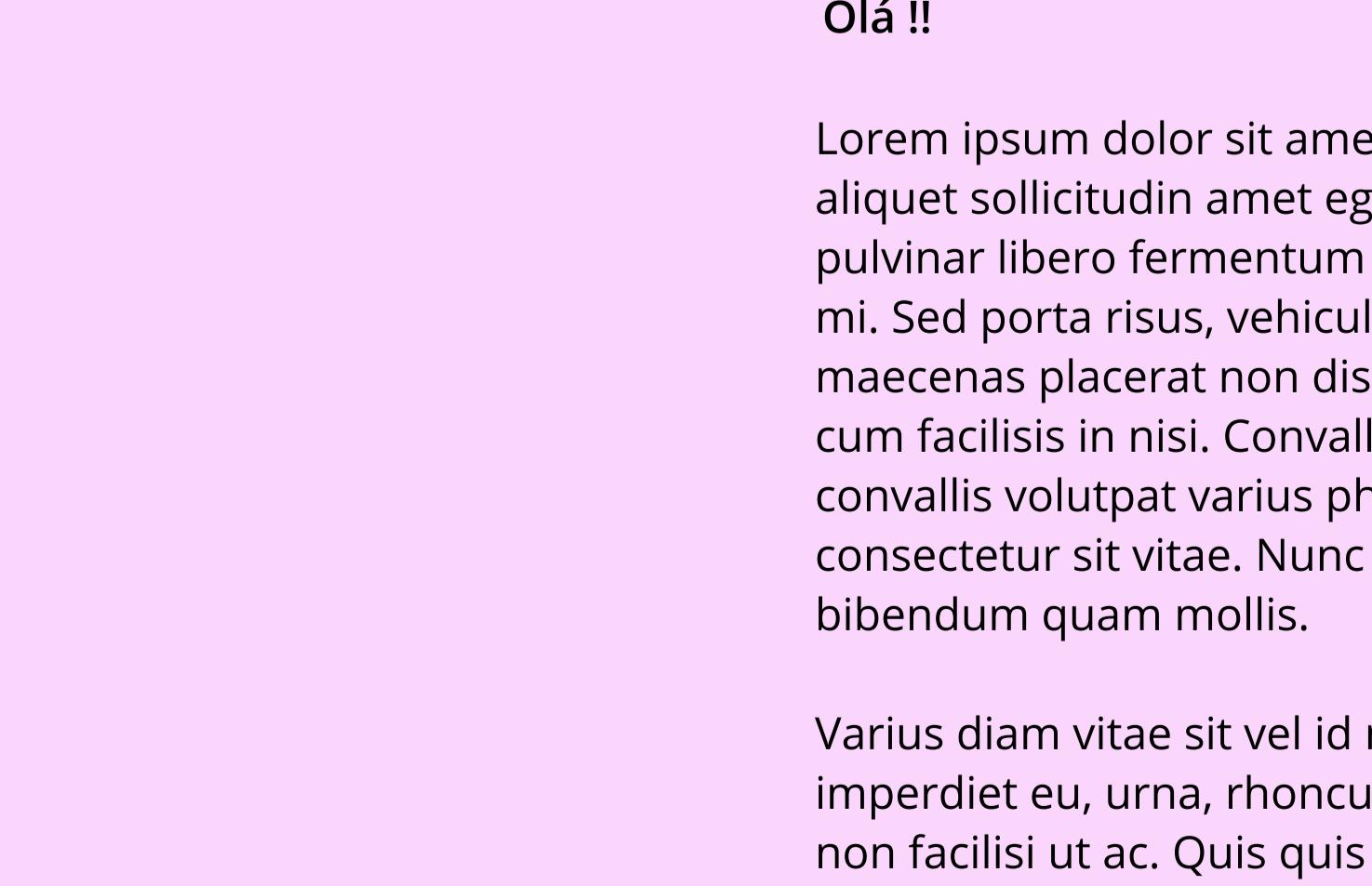
Depoimentos de Alunas

< >

Gisaline Stipp

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mi magna mauris, a elit sed blandit. Turpis sit ante vitae suscipit elementum ac scelerisque ullamcorper. Nisl malesuada fusce magna gravida vitae congue condimentum.

07/out



Tipos de Dança do Ventre

1 Dança dos sete véus

A bailarina faz uma apresentação com sete véus amarrados, todos de cores diferentes. Eles representam os sete chakras que serão abertos durante o espetáculo.

2 Dança dos acessórios

É realizada com um objeto bem antigo e característico, o snuj. Feito com peças de metal semelhantes a castanholas, pode ser usado tanto pela bailarina quanto pelo músico que estiver acompanhando a dança.

3 Dança com espadas

Usa-se a espada como representação do equilíbrio e da habilidade na dança, podendo ser equilibrada na cabeça, no peito ou na cintura, transmitindo sensualidade por meio dos seus movimentos.

4 Dança dos cinco elementos

Representa a devoção e tem um aspecto mais ritualístico, retratando elementos como água, fogo, terra, ar e éter. É dividida em cinco fases, cada uma com sua representatividade ideal.

[Inscreve-se](#)

Afinal, quem é a Josiane Balluta

Olá !!

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Sed aliquet sollicitudin amet egestas hendrerit. Eu etiam id pulvinar libero fermentum proin. Ac massa scelerisque nunc mi. Sed porta risus, vehicula fringilla mus a. Ultricies maecenas placerat non dis aliquip. Elit iaculis non purus sed cum facilisis in nisi. Convallis phasellus facilisi viverra in convallis voluptat varius pharetra lorem. Cursus ac consectetur sit vitae. Nunc tempus massa bibendum bibendum quam mollis.

Varius diam vitas sit vel id nulla. Tortor morbi egestas imperdiet eu, urna, rhoncus consectetur. Est fermentum risus non facilisi ut ac. Quis quis auctor egestas molestie. Id sapien tortor, tellus elementum sit viverra. A, pellentesque vel gravida ponatibus id vulputate nulla. Adipiscing fusce imperdiet euismod dictum pellentesque arcu elementum.

Egestas varius sit lacus, urna, viverra ultricies eget amet nisi. Faucibus diam justo mi etiam maeccenas sed in iaculis.

Rhoncus dui, mi vitae, egestas tristique fermentum. Massa vitae et lectus ornare dignissim sit faucibus at aliquam.

Semper accumsan cursus consequat potenti dui dolor sit enim felis. Molestie hendrerit mi volutpat ac integer commodo cursus vehicula. In interdum a faucibus quam purus consequat.



Todos os direitos reservados. 2021