



*Profa de dans vă știe deja  
și are răspunsuri la  
întrebările voastre.*



*N-am dansat niciodată.  
Crezi că o să reușim să ducem  
la bun sfârșit un dans  
fără să ne împiedicăm?*

*De câte ședinte  
avem nevoie să învățăm  
o coregrafie?*

Raspunsul este: categoric da! Susțin și demonstrez prin fiecare cuplu care intră în studio: “dacă poți să mergi, atunci poți să și dansezi”.

Cu toții avem frica de penibil și credem că dacă ne apucăm să facem ceva, trebuie să fim și cei mai buni. Apoi începem să gândim și invers, dacă nu suntem cei mai buni, nu are rost sa ne mai apucăm de ceva.

O dată ce trecem de fricile și piedicile pe care ni le punem singuri, descoperim că dansul e ceva foarte natural și la îndemâna oricui. Cei care au dansat înaintea ta în Dance AP Studio s-au simțit bine, s-au relaxat la ore învățând și s-au descurcat foarte bine și în fața invitaților. Nu vei fi tu primul care să nu reușească toate astea!

Numărul ședintelor depinde de cât de lungă este piesa aleasă și implicit coregrafia voastră.

Depinde de gradul de dificultate al stilului de dans ales și depinde și de voi, de cât de odihniți sunteți, de cât de repede învățați, dacă repetați și între ședinte etc.

Pentru o coregrafie obișnuită de vals, în jurul a 2 minute, pe care să o dansați cu siguranță în priviri și pași, este nevoie în medie de 6-8 ședințe a câte 45 de minute.

*Cu cât timp înainte ar fi bine să venim la dans?*

*Avem timp în 2 săptămâni să terminăm coregrafia sau să învățăm să ne mișcăm puțin?*

Recomandarea mea este să veniți cât mai din timp. Ședințele de dans pot fi mai mult decât un heirup de lecții prin care să faceți ceva repede și eficient astfel încât să bifați și tradiționalul dans de deschidere al nunții.

Puteți descoperi un mod de a petrece timp de calitate împreună, într-un loc în care toate gândurile de peste zi rămân la ușa studioului. Coregrafia în care să combinăm pașii și mișcările, ordinea și dezordinea pentru voi doi împreună, în care să găsim starea și să transmitem povestea voastră, se coace la foc potrivit și în ritmul vostru, nici mai repede, nici mai încet.


Luând ca reper coregrafia obișnuită de vals mai sus menționată, experiența spune că este bine să vii cu o luna jumătate - două înainte de nuntă, o dată sau de două ori pe săptămână, în ședințe de 45 sau 90 de minute.

Depinde care este obiectivul vostru și cât de mari sunt așteptările. Depinde de cât de mult timp disponibil aveți în aceste 2 săptămâni și cât de hotărâți sunteți să vă simțiți în largul vostru pe ringul de dans.

Există și Wedding Dance Trip în regim de urgență cu atâtea ședințe câte aveți nevoie într-o săptămână sau chiar într-o zi, în limita timpului disponibil, al meu, al vostru și al studioului.



*Putem dansa pe  
orice piesa vrem noi?*



*Nu avem idee ce vrem,  
nu avem nicio propunere de piesă,  
dar am vrea să deschidem  
nunta cu un dans. Ce facem?*

Coregrafia va spune cu atât mai mult povestea voastră dacă o dansați pe ce vreți voi. Partea de creație și de unicitate vine dintr-o colaborare, dintr-o echipă a voastră cu mine în care, din aproape-n aproape, stabilim împreună piesa cu ritmul și stilul de dans potrivite vouă, apoi figurile de dans și în final, coregrafia.

Practic, voi propuneți ce piese vă plac, ce muzică ascultați cu drag fără să o asociați neaparat cu dansul sau cu nunta în general, iar eu vă spun ce puteți dansa și cum putem adapta piesa la un stil de dans.

Puteți ieși din clișeul valsului miresei, puteți personaliza și puteți propune orice considerați că vi se potrivește vouă. Iar dacă aveți piese cu amintiri sau chiar o piesă "a voastră", cu atât mai bine - o ascultăm, și vedem cum ne "duce" să ne mișcăm pe ea.

Dacă nu știți ce vreți și nici ce vi se potrivește, vă propun eu mai multe variante până când o alegem pe cea care trebuie.

Din variația de piese și dansuri din playlist-ul existent pentru Wedding Dance Trip, este imposibil să nu găsiți ceva care să vă placă amândurora.

Veți fi surprinși câte variante există și cât de ușor se alege singură cea potrivită.

*Ea: Eu mai dansez așa, cât de cât...  
dar el... ce ne facem cu EL?*

*Crezi ca o sa ținem  
minte ordinea pașilor?*

“El” se va descurca la fel de bine ca și “ea”, dacă nu chiar mai bine. De multe ori “el” dansează chiar bine, doar că nici unul din voi nu știe încă.

Fiecare dintre voi are rolul lui în dans, “el” trebuie să conducă, să se orienteze în spațiu și să-i creeze “ei” condițiile să arate bine pe ringul de dans. Într-o coregrafie pentru nuntă, care nu este concurs de dans sau spectacol, “el” nu are nevoie să fie grațios, să facă trei piruete pe-un picior sau să își miște șoldurile în ritmul muzicii.

Scopul este ca voi să arătați bine și natural în fața invitaților voștri, să le transmiteți povestea voastră de cuplu (pentru voi doi va fi lumea prezentă, nu pentru o execuție perfectă a pașilor) și să se vadă că dansați împreună și nu separat, fiecare pe ritmul și coregrafia lui. În studio, la repetiții, pe asta vom pune accentul, pe voi doi, un cuplu care dansează firesc, împreună, zâmbindu-și ochi în ochi.

Da.

Cu cât repetăm mai mult, cu atât mai siguri pe voi veți fi. Structura cursului este de așa manieră încât la fiecare ședință de dans veți repeta ceva vechi la care veți adăuga ceva nou. De regulă, în funcție și de timpul disponibil, în ultimele două ședințe nu mai învățăm nimic nou, ci doar repetăm coregrafia cap – coadă până când veți simți singuri că este gata!

*Cu ce venim îmbrăcați  
la ședințele de dans?*

*Cum reușesc  
să nu o calc pe rochie?*

La primele ședințe recomand să veniți îmbrăcați în haine lejere, cu încălțăminte flexibilă și neapărat de schimb. Nu dansăm în încălțăminte cu care venim de afară.

Spre final e bine să aduceți în studio cât mai multe din condițiile în care veți dansa la nuntă ca să evitați surprizele neplăcute.

Exersăm cu crinolină sau cu fustă lungă, cu voal, cu pantofii de nuntă, cu sacou, chiar și cu public și fotograf dacă se dorește astfel încât cadrul în care se va desfășura coregrafia la nuntă să fie cunoscut și previzibil. Ultima ședință se poate programa chiar la locație, în limita disponibilității, astfel încât la momentul cu pricina voi doar să savurați dansul și la final, să primiți aplauze.

Prin repetiție te vei obișnui cum să pășești astfel încât să nu o calci pe rochie, astfel încât să vă puteți mișca liber chiar dacă dansați în poziție apropiată. Sunt câteva tips and tricks pe care le învață toată lumea, este ușor!

## Cum se stabilește programul, ședințele?

Programul se stabilește în funcție de disponibilitatea voastră, a mea și a sălii. Putem stabili de principiu o zi sau două și o oră în care ne putem întâlni, apoi calibrăm și confirmăm de la o ședință la alta.

O ședință stabilită și confirmată poate fi contramandată doar dacă se anunță cu cel puțin 24 h înainte. În caz contrar, ședința se plătește.

Marea majoritate a cuplurilor programează cursurile după 6 seara și în weekend, însă există disponibilitate și pentru alte ore.

## Cât durează o ședință?

Există două variante: ședință de 45 sau de 90 de minute. Recomand ca prima ședință să fie de 45 de minute având în vedere că se învață doar lucruri noi, apoi în funcție de rezistență și preferință se poate trece la ședințele de 90 de minute.



*Dacă nu v-am intuit **suficient**,  
haideti să **ne cunoaștem mai bine**  
și **telefonic**.*

**ALIN PETRIȘAN**

+40 721 515 548

[www.alinapetrisan.ro](http://www.alinapetrisan.ro)