Pará de Minas, 27 de julho de 2.026.

Prezado cidadão,

É com grande satisfação que apresentamos os serviços oferecidos pela Academia Municipal de Dança “Juliana Grassi”, um espaço dedicado à arte, à cultura e ao bem-estar da nossa comunidade. Atendemos aproximadamente 550 alunos, a partir dos 5 anos de idade, promovendo o desenvolvimento físico, criativo e social por meio da dança.

Horários de Funcionamento

- Segundas e quartas-feiras: das 7h às 21h.
- Terças e quintas-feiras: das 7h às 19h.
- Sextas-feiras: das 7h às 17h.

Endereço

Rua Benedito Valadares, 183 – Centro.

Centro Literário “Pedro Nestor”.

Modalidades Oferecidas em Cursos Livres de Iniciação à Dança

Nossa academia oferece uma variedade de estilos para atender a diferentes idades e interesses:

- **Ballet Infantil**: para os mais novos, com foco em introdução à técnica e expressão corporal.

  É uma introdução ao ballet clássico voltada para crianças a partir de 5 anos. Seu conceito centra-se no desenvolvimento da coordenação motora, postura, disciplina e musicalidade, utilizando movimentos básicos do “ballet de forma lúdica e adaptada à idade. É uma base para a formação artística, estimulando a criatividade e o gosto pela dança.

- **Ballet Infantojuvenil e Adulto**: voltado para o aprimoramento técnico e artístico em diferentes faixas etárias.

Abrange o ensino do ballet clássico para adolescentes e adultos, com foco no aprimoramento técnico e expressivo. O conceito envolve o domínio de posições, piruetas, saltos e linhas corporais, aliados à interpretação artística. Para os mais jovens, é uma transição para níveis avançados; para adultos, uma oportunidade de aprendizado ou retomada da prática, promovendo elegância e fortalecimento físico.

- **Street Dance**: uma modalidade urbana e dinâmica, ideal para quem busca energia e criatividade.

  A Street Dance, ou dança de rua, tem origem nas culturas urbanas, especialmente nos Estados Unidos, com influências do hip-hop, breaking, locking e popping. Seu conceito é baseado na liberdade de expressão, improvisação e energia, com movimentos marcados, rápidos e muitas vezes acrobáticos. Reflete a atitude das ruas e é fortemente ligada à música contemporânea, como rap e funk.

- **Dança Comercial**: inspirada em coreografias de videoclipes e produções audiovisuais.
  É inspirada nas coreografias de videoclipes, shows e produções audiovisuais, como as de artistas pop e campanhas publicitárias. Seu conceito combina técnicas de jazz, hip-hop e contemporâneo, com ênfase em impacto visual, sincronia e carisma. É uma dança performática, pensada para entreter e cativar o público, sendo acessível e adaptável a diferentes níveis de habilidade.

- **Dança Contemporânea**: para explorar movimentos inovadores e narrativas corporais.
  Surgiu como uma ruptura com os padrões rígidos do ballet clássico, valorizando a experimentação e a narrativa corporal. Seu conceito explora movimentos fluidos, orgânicos e, muitas vezes, não convencionais, permitindo que os bailarinos expressem emoções e ideias abstratas. É uma modalidade introspectiva e criativa, frequentemente usada para abordar temas sociais ou pessoais.

- **Forró**: celebrando a cultura nordestina com ritmo e animação.

  É uma dança tradicional brasileira, originária do Nordeste, ligada à cultura popular e às festas juninas. Seu conceito está na simplicidade, na alegria e na conexão entre os pares, com passos como o "dois pra lá, dois pra cá" ao som de ritmos como xote, baião e arrasta-pé. É uma celebração da identidade cultural, promovendo interação social e descontração.

- **Dança Sênior:** adequada a pessoas idosas, que promove saúde, socialização e bem-estar por meio de coreografias simples e acessíveis.

É uma modalidade de dança desenvolvida especialmente para pessoas da terceira idade, geralmente a partir dos 60 anos, com o objetivo de promover saúde, bem-estar e socialização. Seu conceito baseia-se em coreografias simples, adaptadas às capacidades físicas e motoras dos participantes, frequentemente realizadas em grupo e em posições como círculos ou fileiras.

A essência da Dança Sênior está na combinação de movimentos suaves e rítmicos, muitas vezes acompanhados por músicas tradicionais ou populares, que estimulam a memória, a coordenação e a flexibilidade, sem exigir esforço excessivo. Além dos benefícios físicos, como melhora da circulação e fortalecimento muscular, ela valoriza a interação social, o resgate cultural e a alegria, fortalecendo a autoestima e combatendo o isolamento. É uma prática inclusiva, que pode ser realizada tanto em pé quanto sentada, garantindo acessibilidade a diferentes condições de mobilidade.

- **Dança Circular:** é uma prática de dança em grupo, feita em roda, que reúne coreografias e músicas de diversas tradições culturais. Os participantes dançam de mãos dadas ou em leve contato, em passos simples e repetitivos, sem exigir habilidade técnica ou parceiro fixo. Simboliza união, igualdade e conexão entre todos os presentes. É acessível a qualquer pessoa, independente de experiência prévia. Hoje é usada também como ferramenta terapêutica e de bem-estar. Promove integração social, relaxamento e senso de pertencimento comunitário.

Equipe

Contamos com uma equipe administrativa comprometida em garantir o bom funcionamento da academia:

- **01 Chefe**: responsável pela coordenação geral da Academia de Dança.
- **01 Chefe:** responsável pela coordenação geral do Centro Literário.
- **02 Técnicos Administrativos**: responsável por planejar, organizar e executar tarefas de suporte, garantindo o funcionamento eficiente das atividades administrativas da academia.
- **01 Serviços Gerais**: dedicado à manutenção e limpeza do espaço.
- **07 Professores de Dança:** responsáveis pelo planejamento das aulas, pelo ensino das técnicas, pela garantia da segurança e motivação dos alunos e pela preparação das apresentações, promovendo aprendizado e bem-estar.

Gostaríamos também de destacar que, em algumas sextas-feiras conforme cronograma preestabelecido, recebemos a visita do “Projeto Historiar”. Além disso, realizamos eventos ocasionais voltados para cultura e entretenimento. Informamos ainda que, periodicamente o sábado é dedicado ao evento “Embalos do Centro Literário”.

Nosso objetivo é proporcionar um ambiente acolhedor e profissional, onde todos possam aprender, se expressar e se conectar por meio da dança. Para mais informações sobre matrículas, horários das aulas ou eventos especiais, convidamos você a nos visitar durante o horário de funcionamento ou entrar em contato conosco pelo telefone (37) 3233 5620. Visite a nossa página no Instagram: @culturaparademinas.

A Academia Municipal de Dança é um espaço de todos e para todos. Venha fazer parte dessa história em movimento!

Atenciosamente,

ELIZABETH CARLA MOREIRA
Chefe
Academia Municipal de Dança “Juliana Grassi”

ADÉLIA SANTOS SOUSA
Chefe
Centro Literário “Pedro Nestor”