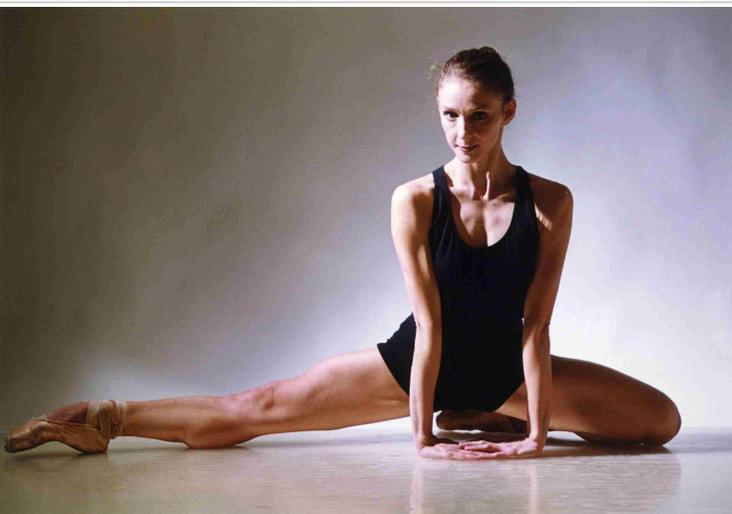


Sabrina RINALDI si è formata presso l'Accademia di Danza J. MAYER - PARIS Opera e TEATRO REGIO TORINO Italy.

Attualmente è Codirettrice della Compagnia **ARISTON PROBALLET SANREMO** dove è l'interprete principale.

Inoltre è **Principal Guest** nella Compagnia **ALBANO CONNECTICUT BALLET USA** ed è **Insegnante ospite** presso differenti scuole ed accademie di danza in Italia, Francia, Germania, USA., è nella **Commissione danza GEF** (Global Education Festival) e Direttrice ed organizzatrice del **PREMIO INTERNAZIONALE DANZA GIOVANI CITTA' DI SANREMO.**

Professionalmente lavora e ha lavorato, danzando ruoli da solista e prima ballerina in un repertorio che spazia dal classico al moderno, nelle seguenti Compagnie: Ariston Proballet Sanremo Italia, Connecticut Ballet Usa, Staatstheater S. Gallen Svizzera, Staatstheater Karlsruhe Germania, Teatro Nazionale di Reijeka Croazia, Ballet de Nancy Francia collaborando con coreografi, maestri ed artisti di fama internazionale.



Sbarra a terra

E' la migliore propedeutica per ogni tecnica di danza classica e moderno contemporanea. Essa ha lo scopo di lavorare sull'impostazione di base e sulla struttura muscolare in maniera più accurata e approfondita. Il lavoro è focalizzato sullo sviluppo della muscolatura addominale profonda oltre che dell' interno coscia e la schiena e si basa su esercizi isotonici agiti nella consapevolezza dell'atto respiratorio. In particolare la pratica di questi esercizi sviluppa l'elasticità e la potenza muscolare migliorando sensibilmente le prestazioni nell'elevazione, nella velocità, nella tenuta, basi fondamentali della tecnica di ogni disciplina coreutica e base della prevenzione.

Danza classica

Sabrina RINALDI, grazie all'esperienza e al bagaglio culturale, sempre in continua evoluzione, sviluppato in Compagnie ed Accademie Internazionali, ha strutturato una tecnica, nelle lezioni di **“danza classica”**, che spazia dalla scuola francese dell'Operà di Parigi al lavoro di Balanchine.

Questo metodo porta all'acquisizione di una dinamica e velocità attraverso la respirazione e il balance. L'artista viene stimolato a rilassare i suoi muscoli utilizzandone la risposta elastica con un miglioramento dell'eleganza gestuale, della forza e un affinamento muscolare che lo portano verso una versatile fisicità ed artisticità, base della nuova visione “moderna” della tecnica classica.

SABRINA RINALDI

