

Mente y cuerpo sanos con tango

Organiza el Sistema de Universidad Virtual curso sobre este baile argentino

El tango tiene efectos positivos sobre la salud, es recomendado por muchos especialistas como una de las medidas de prevención para las enfermedades cardiovasculares por el ejercicio aeróbico que implica. Ayuda a trabajar la parte media como la cintura, implica movimientos de cadera y rotación de rodilla que ocasionan su fortalecimiento. En cuanto a la cuestión emocional, ayuda a elevar autoestima.

Lo anterior explicó Juan Rosa, instructor de tango que enseñará dentro del curso para aprender este baile argentino que abrirá el Sistema de Universidad Virtual (SUV) a partir del lunes 11 de junio en modalidad virtual y presencial.

“El tango es una comunicación gestual que uno va haciendo por medio de las diferentes partes de nuestro cuerpo, lo que va llevando a generar una autoestima, en el hecho de que vamos viendo que surge un avance que cada vez es mayor por la práctica del ejercicio”, dijo.

Y agrega: “El hombre conduce el baile del tango, pero la que luce es la mujer. Si los dos trataran de decidir cuáles son los pasos terminarían peleándose, no avanzando, de ahí la importancia de los valores mencionados”.

Juan Rosa calificó al tango como un baile sensual, “Uno puede aprender a bailar y estar abrazado con una mujer y eso no implica que pasa al terreno sexual. Sin embargo el tango propone una forma sensual de moverse y acariciarse”.

El curso del tango comprende 40 horas, será impartido los lunes y miércoles, de las 20 a las 22 horas.

“Bailar tango no es difícil. Yo lo veo que es complicado el baile profesional realizado en el escenario, que es otro concepto, pero la cuestión social de bailar un hombre y una mujer caminados, pegados al piso, con un tango de salón y disfrutando la posibilidad que nos da el abrazo lo hace cualquier persona”, dijo Rosa.

El curso contempla la cuestión práctica y técnica del baile, pero condimentado con conocimientos sobre la cultura del hombre argentino, lo que es muy importante porque una coreografía de tango sin manejar estos últimos elementos es muy difícil de entender. Ambos conceptos van de la mano.

Para mayor información los interesados pueden comunicarse a los teléfonos 3616-90-92 y al 32-68-88-88, extensiones 18832 y 18945 o escribir al correo educacioncontinua@redudg.udg.mx [1].

Guadalajara, Jal., 6 de junio de 2012

Texto: Martha Eva Loera

Fotografía: Internet

Edición de noticias en la web: Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Cursos](#) [2]

[Juan Rosa](#) [3]

[tango](#) [4]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/mente-y-cuerpo-sanos-con-tango>

Links

[1] mailto:educacioncontinua@redudg.udg.mx

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/cursos>

[3] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/juan-rosa>

[4] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/tango>