

Almohadilla para Puntas

Almohadillas para Puntas major conocidos como (" Conejitos") Éstas encapsulan los pies de los bailarines para amortiguarlos contra las paredes rígidas de las cajas del dedo del pie del zapato del pointe.

Te recomendamos las almohadillas de Eurotard estas se construyen de polímeros viscoelásticos probados. Este producto flexible fue diseñado para que el bailarín haga la ejecución más agradable y amplíe posiblemente la vida de su carrera. Las puedes conseguir en www.discountdancesupply.com Style # 990



**The Outlet, 2do Nivel, Edif. Caribbean
Cinemas, Canovanas P.R 00729**

Programa de Puntas AXDA

Bienvenida a esta nueva etapa.

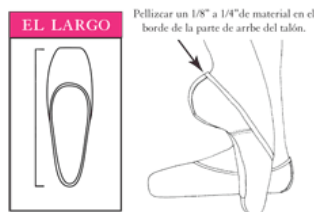


Programa de Puntas AXDA

El programa de Ballet de AXDA implementa el método de enseñanza británico de la Real Academia de Danza de Londres (Royal Academy of Dance) en todos sus niveles, metodo que promueve la musicalidad y sobre todo la calidad del movimiento a través de ejercicios porgresivos. El progreso del alumno se mide en gran medida por las horas contacto en la clase, en necesario el compromiso, la perseverancia y la dedicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Alumno que no asiste a clase de la semana en zapatatillas “Flats” no podrá utilizar las zapatillas de puntas en la clase; ya que se requiere un refuerzo en la condición del alumno para el logro de los movimientos sobre estos zapatos.

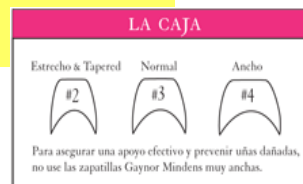
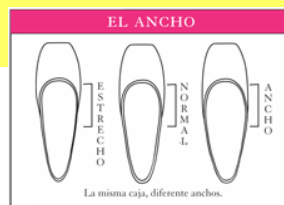
¿Cuál es mi tamaño?

La información presentada a continuación proviene de Gaynor Minden



- Comience con el largo de una talla mayor que usa la bailarina en la talla americana de los zapatos de calle.
- Demi-plié profundamente en una pierna. El dedo gordo debe estar tocando la punta de la zapatilla. La presión en el dedo gordo indica que el largo está corto o la caja muy ancha.

- Pararse en punta. Debe de pellizcar un 1/8" a 1/4" de material en el borde de la parte de arriba del talón. Si puede pellizcar más trate una media talla más pequeña. Y si no puede pellizcar ningún material trate una media talla mayor.



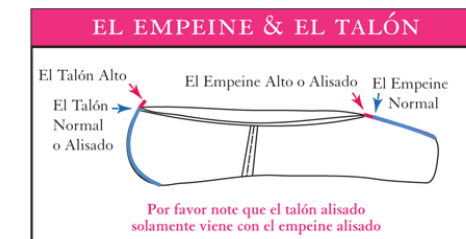
- El ancho se mide entre el borde de la caja y la costura lateral. Para evitar que quede ancho y espacio en los costados de la zapatilla use un ancho mas estrecho pero que permita que el pie entre bien en la caja.
- La caja debe ser justa y su apariencia lisa. El borde de la caja no debe de clavarse en la articulación del dedo gordo ni terminar abruptamente debajo causando que la articulación del dedo gordo sobresalga. Si fuese necesario, trate una caja mayor y más ancha. Si usted cambia para una caja mas ancha, primero trate un “boxliner” (forro) para asegurarse una prueba justa; quite el forro si la caja todavía resulta muy apretada.
- Si el pie delantero de la bailarina es estrecho trate la caja número 2, si es normal trate la caja número 3, si es ancho (y cuadrado) trate la número 4. Un pie que se pueda comprimir requiere una caja mas pequeña

LA DUREZA DE LA SUELA	
TRADICIONAL	GAYNOR MINDEN
Nuevo =	“HARD”
Ligeramente Usado =	“EXTRAFLEX”
Acostumbrado =	“SUPPLE”
Muy Usado =	“FEATHERFLEX”
Casi Terminado =	“PIANISSIMO”

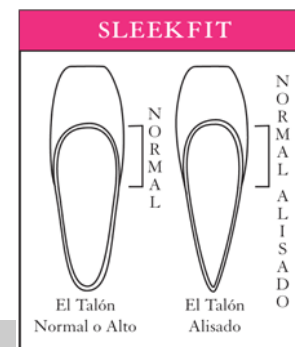
- La suela debe ser lo suficientemente dura para que permita a la bailarina mantener su posición en punta correcta y cómoda, pero suficientemente flexible para lograr una media punta facilmente. Asegúrese que la suela sea suficientemente flexible.
- Empeines más largos dan más apoyo. El empeine siempre debe cubrir los dedos completamente – que no se vean las hendiduras de los dedos.
- Generalmente un pie que tenga un alto arco necesita un empeine más largo y/o una suela más dura.

Si la bailarina siente que se va hacia atrás trate una suela más flexible y/o un empeine más bajo.

Si ella se va mucho hacia -delante trate una suela mas dura y/o un empeine mas alto.



Los talones más altos ayudan a mantener las zapatillas en el pie. Los talones más bajos hacen lucir las zapatillas más lisas y menos anchas.



Si la caja le sirve correctamente pero los costados y/o el talón están muy anchos trate la opción de “sleekfit” (alisado). Están disponible en casi todas las tallas pero generalmente requieren una media talla más larga. “Sleekfits” son ideales para las bailarinas con talones estrechos.

Las zapatillas que se recomiendan son las Gaynor Pointe Shoes, disponibles a través de la pagina de www.discountdancesupply.com o www.dancer.com directamente con la compañía. Dentro de las acategorias de firmeza de la punta AXDA requiere los siguientes: Hard (Bolsa de las Puntas color verde), Extraflex (Bolsa color amarilla), el resto de los niveles de firmeza no serán aceptados.

The Outlet, 2do Nivel, Edif. Caribbean Cinemas,

