

# Móstoles ofrece cursos de baile para mejorar la salud y reducir el riesgo de demencia

Fecha de publicación: 12/01/2023 0:00

## Descripción:

- **Con talleres como el de sevillanas, enmarcado dentro del programa "Móstoles Cultural", el Gobierno Local busca ofrecer alternativas que fomenten el baile como una actividad que ayuda a mejorar el estado físico, mental y emocional de los participantes.**



Con el objetivo de mejorar la coordinación y el equilibrio, fomentar las relaciones sociales entre las alumnas y alumnos y promover el baile, el Gobierno de Móstoles, formado por PSOE y Podemos, ofrece diferentes talleres a las vecinas y vecinos de la ciudad. Bailar mejora la salud y la memoria, refuerza los músculos y los huesos, reduce el riesgo de demencia, aumenta la energía y reduce el estrés.

Entre los talleres de diferentes estilos ofertados dentro del programa "Móstoles Cultural" (baile moderno, de salón, regionales, pasodobles, flamenco...), se encuentra el de sevillanas que hoy ha visitado la Alcaldesa, Noelia Posse, acompañada del Concejal de Seguridad, Convivencia, Cultura y Transición Ecológica, Álex Martín. Este taller de baile se lleva a cabo en colaboración con la Asociación Cultural de Bailes de Salón y Otros Ritmos, en el Centro Sociocultural Norte Universidad.

Durante las clases, las alumnas y alumnos aprenden los pasos básicos de este estilo original de Sevilla, que está formado por cuatro coplas y un paso común, el paseíllo.

La Asociación Cultural de Bailes de Salón y Otros Ritmos colabora con el Ayuntamiento de Móstoles desde el año 2013 con diferentes actividades. Además del taller del Centro Sociocultural Norte Universidad, ofrece cursos de sevillanas en los centros socioculturales de El Soto y Caleidoscopio.