

Capoeira



Capoeira is een Braziliaanse combinatie van muziek, acrobatiek, dans en gevecht. Capoeira wordt niet 'gedanst' of 'gevochten/gespart', maar gespeeld. Dit woord geeft precies aan waar het in capoeira om draait: speelsheid, energie, creativiteit, beweeglijkheid en kameraadschap. Het spel vindt plaats in een kring van mensen, de roda.

Het dans-achtige element komt tot uiting in de basisbeweging van capoeira: de ginga. Dit is een soepele, veerkrachtige pas, die in principe alle bewegingen uit capoeira met elkaar verbindt.

CAPOEIRA



Tijdens deze les leren de kinderen een aantal basistechnieken en wordt er gespeeld in tweetallen.

Wat zo leuk is aan capoeira is dat het gaat om samenspel, in capoeira is geen winnaar of verliezer. Wel is na afloop meestal duidelijk wie het spel het beste beheerst, maar je krijgt er geen punten voor.