

Rekommendationer gällande tåpets skor

HELENS DANSSKOLA

Vi på Helens Dansskola arbetar efter att utforma våra metoder och vår undervisning anpassad till barn och ungdomars ålder, fysik och välmående.

Därmed är vår rekommendation att användandet av tåpets skor vid balettklasser börjar först vid 11-12 års ålder. Detta grundar sig i att skelettet hos barn fortfarande är mjukt fram till denna ålder.

Genom att dansa på tåpets vid för unga år kan benen i foten deformeras och kan leda till skador för resten av livet.

Du bör dessutom ha vissa förkunskaper i balett innan du börjar på tåpets då detta kräver teknik, styrka och kontroll.

Vi, på Helens Dansskola, har professionella balettlärare som delar denna uppfattning och de finns alltid till hands för er om ni har frågor eller funderingar kring användandet av tåpets skor.

