



Studio Wonderland

*DOVE I SOGNI
DIVENTANO MOVIMENTO*



WL

Costruiamo fiducia, scopriamo talento, alleniamo il coraggio

Dal 2017 Wonderland è un luogo dove passione, tecnica e dedizione si incontrano per dare vita a qualcosa di più di una semplice lezione:
un'esperienza trasformativa.

Ci occupiamo di pole dance, tessuti aerei e cerchio con un approccio metodico e strutturato, frutto di anni di studio, pratica e insegnamento ai massimi livelli.

Ogni percorso è costruito con attenzione, rispetto dei tempi individuali e un amore autentico per le discipline aeree e per chi le sceglie.

Crediamo che ciascuno abbia la capacità di volare: il nostro compito è fornire gli strumenti, la guida e il sostegno per farlo in modo sicuro, consapevole e creativo.

Che tu sia all'inizio del tuo viaggio o già un atleta esperto, qui troverai un team che crede in te, prima ancora che tu ci riesca da solo.





WL

Class Types

Pole Dance

Ci sono cose che possono cambiarti la vita. cose che ti fanno ricordare quanto sei forte e determinata.
Una di questa è la Pole Dance.

La pole dance è una disciplina sportiva completa che coniuga danza e ginnastica coinvolgendo l'intera muscolatura del corpo. Esistono diversi tipi di Pole Dance che si distinguono in base al movimento e a livello tecnico delle figure.

Tessuti Aerei

Quando sfidi la gravità.
smetti di dubitare di te.

Quando si parla di Tessuti Aerei, si parla di una disciplina acrobatica che si ispira alle pratiche circensi e che mediante l'utilizzo di tessuti elastici (gli stessi che danno il nome alla disciplina), permette agli atleti di svolgere movimenti scenografici spettacolari

Cerchio Aereo

Anche il cerchio aereo fa parte delle discipline acrobatiche
Si utilizza nella sua interezza, nella parte basse e in quella alta, in un continuo alternarsi di figure sia statiche che in rotazione.
su cui si effettuano transizioni e movimenti di danza che risultano essere di grande effetto scenico

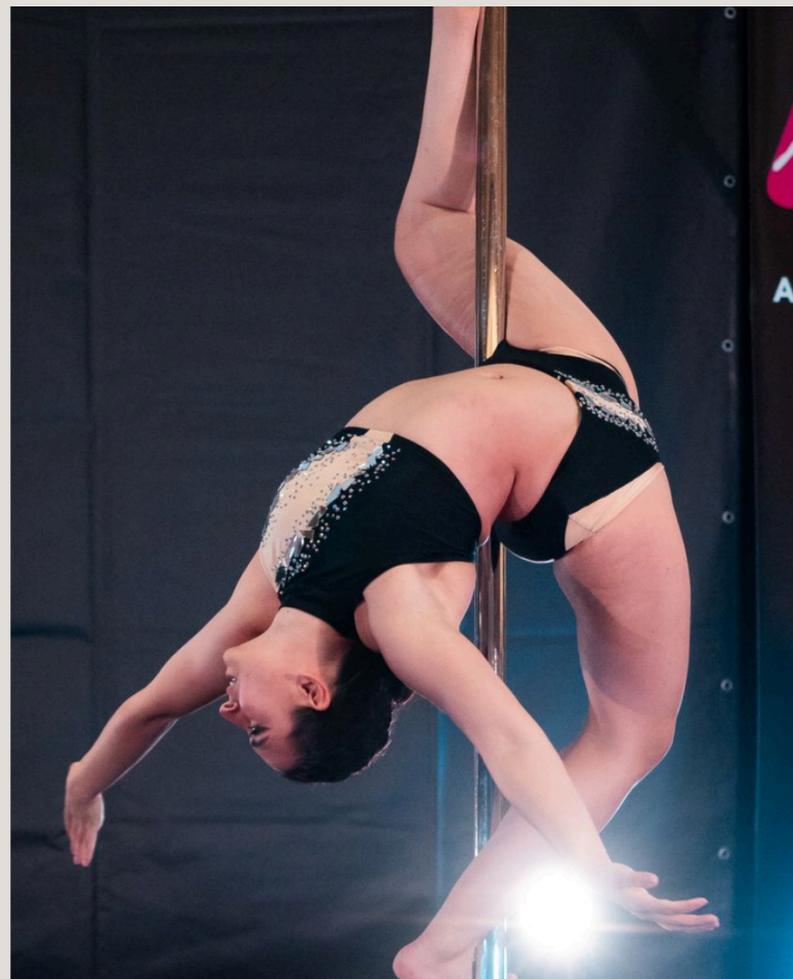
Aerial Teen Mix

Tutto inizia con un primo volo. un po' di coraggio e..
Tanta passione

Un corso unico nel suo genere che insegna ai bambini (dai 9 anni in su) tutte le discipline aeree
-Poledance
-Tessuti Aerei
-Cerchio Aereo



Benefici delle discipline acrobatiche



Le discipline aeree, come i tessuti, il cerchio e la pole dance, non sono solo attività spettacolari: sono vere e proprie esperienze di crescita personale, fisica ed emotiva. Praticarle significa allenare il corpo in modo completo e armonico, sviluppando forza, resistenza e flessibilità, ma anche coordinazione ed equilibrio. Ogni esercizio richiede controllo e consapevolezza del proprio corpo, aiutando a migliorare la postura e a costruire una solida base fisica.

Benefici fisici

- Miglioramento della forza muscolare, soprattutto in braccia, core, schiena e gambe
- Aumento della flessibilità e dell'elasticità muscolare
- Maggiore coordinazione ed equilibrio
- Controllo del corpo e consapevolezza posturale
- Tonificazione completa e armonica del corpo

Benefici mentali ed emotivi

- Migliora la concentrazione e la capacità di restare focalizzati
- Riduce stress e ansia, grazie al movimento in sospensione e al rilascio di endorfine
- Aumenta la fiducia in sé stessi, superando gradualmente paure e limiti personali
- Stimola la creatività e l'espressività corporea, attraverso coreografie libere o guidate
- Favorisce la disciplina e la costanza, fondamentali per progredire



Classi Condizionamento

In questi sport sono necessari forza, equilibrio e flessibilità e questo si ottiene attraverso la pratica di allenamenti ed esercizi che completano queste discipline. Tutte le classi sono multilivello.

Flessibilità

In queste classi ci concentriamo su esercizi volti ad aumentare la capacità di allungamento muscolare e rafforzamento articolare, essenziali per il benessere fisico generale e che permetteranno di raggiungere figure complesse



Pole Workout

Classi dedicate alla preparazione fisica specifica per la pole dance. Attraverso esercizi mirati di forza, mobilità e controllo, si costruisce la base indispensabile per affrontare le figure al palo in modo più efficace e sicuro. Un lavoro fondamentale per accelerare l'apprendimento, potenziare il corpo e ridurre il rischio di infortuni.



Acrobatica

In questa classe studierai i fondamenti della ginnastica acrobatica. Con esercizi mirati arriverai a fare trick di ginnastica a partire dalle basi (ruote, rondate, verticali ecc) fino agli elementi più complessi.



Classi Speciali

Exotic Pole

In questa classe, niente trick tecnici:
 Il solo obbiettivo è esprimere se stessi e ballare con i tacchi e senza pensieri!
 Movimenti sensuali, floorwork ed espressività daranno come risultato una composizione coreografica dove sviluppi abilità e allo stesso tempo è un ottimo Brucia-Calorie!



Pole Strap

In questa classe puoi davvero provare l'ebrezza di volare attorno al palo.
 Uno strap agganciato al palo ti farà volteggiare attorno ad esso creando spettacolari coreografie e allenando soprattutto le braccia e la stabilizzazione di tutti i muscoli del corpo.



Acropole

Se l'acrobatica è sempre stata il tuo sogno ma non hai avuto possibilità di praticarla da piccola ...
 Se salti, ruote e verticali sono la tua passione .. allora questa è la classe che fa per te !
 Studieremo, partendo dalle basi, tutte le tecniche per imparare drop, spin su statico, jump e flip al palo



Metodologia della Classe

Livello Base

Il primo contatto con il lavoro di salite inversioni e agganci.

È qui che si iniziano a costruire i fondamentali della pole e le principali figure.

Le lezioni sono progettate in base a 1 o 2 figure con lo scopo di creare resistenza sufficiente a sviluppare transizioni in sicurezza senza perdere una buona esecuzione

Livello Intermedio

Una volta che lo studente padroneggia la maggior parte delle figure impostate a livello base può seguire lezioni di livello intermedio.

Qui, a differenza del livello di base, lo studente è già in grado di impostare figure più avanzate e il corpo è condizionato a sufficienza per creare combo e trick complessi e variazioni delle figure di base che richiedono più forza e flessibilità.

Livello Avanzato

Indicato per quelle persone la cui composizione muscolare e il bagaglio di nozioni ormai consolidate consente loro di esibirsi in importanti esercizi di forza e flessibilità. Lo studente conosce bene tutti i meccanismi fondamentali della pole dance e può allenarsi con esercizi che implicano contorsione sospensioni, acrobatica e dinamica.

Livello Introduttivo

Progettato con esercizi funzionali che permetteranno di comprendere come utilizzare la forza ed applicarla sugli attrezzi aerei. Qui iniziano i lavori di coordinazione ed equilibrio che sono i principi essenziali di questo sport. In questo livello eliminiamo l'ostacolo più duro: "Non ho forza per tenermi!"

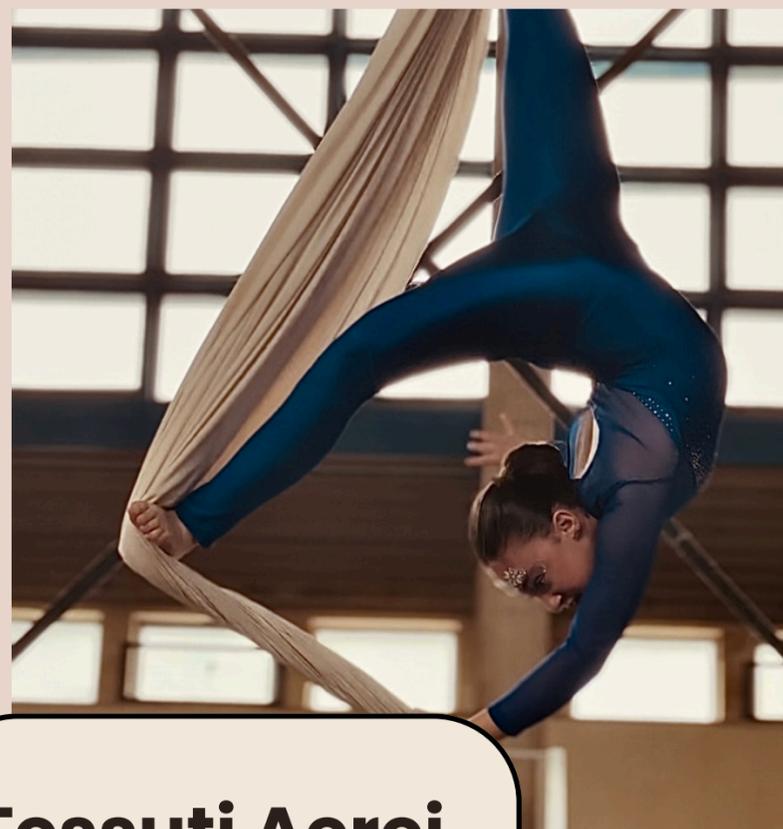


WL

Kids Program



Cerchio Aereo



Tessuti Aerei



Pole Dance

Il nostro Corso Multidisciplinare
rivolto a bambini a partire dai nove anni





WL

Kids Program

Il corso di Aerial Mix Teen puoi trovarlo solo da
Wonderland !

Il corso è rivolto a ragazzi e ragazze dai 9 anni in su, che si avvicinano
alle discipline aeree e permette loro di avere una formazione
completa e diversificata attraverso lo studio di diversi attrezzi aerei.

I nostri istruttori hanno una decennale esperienza
nella formazione dei piccoli atleti.

Durante il corso studieranno il tessuto, la pole dance e il cerchio aereo,
i primi passi dell'acrobatica e avranno modo di sviluppare capacità motorie
avanzate.

Questo permetterà di avere una formazione a 360 gradi e di scegliere, più avanti,
quale disciplina desiderano approfondire.

Chi di loro vorrà potrà anche entrare nel Team PICCOLI AGONISTI ed avvicinarsi
alle prime gare.

Il Team Wonderland è più volte campione Italiano con il suo Team di Piccoli
Agonisti



OPEN ROOM

Riserva il tuo spazio e prendi il tempo di cui hai bisogno per allenarti liberamente

L'open room è uno spazio di allenamento libero senza istruttore che ogni studente può utilizzare per la tecnica all'attrezzo e come spazio workout.

E' possibile utilizzare sia la sala da POLE DANCE che la sala Aerea con TESSUTI e CERCHI

Un responsabile sarà comunque sempre presente in struttura e potrete rivolgervi a lui in caso di necessità.





WL

Competition Team Young

Il nostro team agonisti bambini è il cuore giovane e vibrante della scuola. Composto da piccoli atleti pieni di entusiasmo e talento, questo gruppo ha già conquistato importanti podi in gare sia nazionali che internazionali.

Seguiti con passione e competenza dai nostri coach internazionali, i bambini affrontano ogni allenamento con energia e dedizione, coltivando non solo la tecnica nelle discipline aeree, ma anche il rispetto, la fiducia e la collaborazione.

Lo spirito del team è fondamentale: i nostri piccoli atleti crescono insieme, imparando a sostenersi a vicenda dentro e fuori dal palco.

WL

Il team agonisti adulti rappresenta l'eccellenza tecnica e artistica della scuola Pole Dance. Composto da atleti esperti e determinati, questo gruppo ha ottenuto numerosi riconoscimenti a livello nazionale e internazionale, diventando un punto di riferimento nel panorama competitivo della Poledance e dei Tessuti Aerei.

Allenati da due coach internazionali – pluricampioni italiani e mondiali – i nostri agonisti affrontano ogni sfida con impegno, costanza e passione. Alla base del nostro successo c'è un forte spirito di squadra, fatto di rispetto, motivazione condivisa e sostegno reciproco: valori che rendono il nostro team unito e sempre pronto a dare il massimo



Competition Team



WL

Altri Servizi

- Affitto Sale
- Eventi personalizzati: compleanni, addi al nubilato/ celibato
- Shooting fotografico
- Abbigliamento e prodotti per il grip
- Workshop e Camp



WL

Tariffe Adulti

Quota di Iscrizione: 45 Euro

Lezione Singola 15 Euro

Pacchetto 4 Lezioni 50 Euro

Pacchetto 8 Lezioni 90 Euro

Bimestrale (8 settimane) 160 Euro

*Tutti i pacchetti e gli abbonamenti hanno la durata di 1 mese dal momento dell'acquisto escluso il Bimestrale

WL

Tariffe Junior

Quota di Iscrizione: 45 Euro

Mensile (2 volte a settimana) 70 Euro

Mensile (1 volta a settimana) 50 Euro



The logo consists of the letters 'W' and 'L' in a white, serif font, positioned inside a dark, rounded square.

Tariffe e Abbonamenti

Lezione Singola 15€

- Durata 1 mese dal momento dell'acquisto
- Valido per qualsiasi disciplina e classe comprese le Special Class

Pacchetto 4 Lezioni 50€

- Durata 1 mese dal momento dell'acquisto
- Valido per qualsiasi disciplina e classe comprese le Special Class
- Nessun limite settimanale : puoi entrare quante volte vuoi in settimana senza limiti ed in qualsiasi classe/disciplina

The logo consists of the letters 'W' and 'L' in a white, serif font, positioned inside a dark grey rounded square.

Tariffe e Abbonamenti

Pacchetto 8 Lezioni

90€

- Durata 1 mese
- Valido per qualsiasi disciplina e classe comprese le Special Class
- Nessun limite settimanale : puoi entrare quante volte vuoi in settimana senza limiti ed in qualsiasi classe/disciplina

Abbonamento Bimestrale

160€

- Durata 2 mesi
- Valido unicamente per la disciplina e livello scelto (escluse le Special Class)
- Limite settimanale : due classi
- NON sono previsti RECUPERI per questo abbonamento in NESSUN caso.

The background features two aerial acrobats performing on silks. On the left, a woman in a black long-sleeved top and a colorful, sequined skirt is suspended in a crouched position. On the right, a woman in a dark blue bikini is suspended in a more dynamic, arched pose. The silks are yellow and purple. The overall lighting is dramatic, with a dark background and some purple and blue highlights.

Thank You

Thank You