

## Pole Dance, de baile "prohibido" a actividad física



**Flexibilidad, autoestima, fuerza y elegancia son los adjetivos que mejor definen el Pole Dance o el baile en barra, una actividad físico-deportiva muy completa que pese a triunfar en Estados Unidos y Australia, aún cuenta con muchos tabús en España.**

Detrás de su pasado tórrido se esconde una de las actividades físicas más completas que existen. El Pole Dance como modalidad deportiva llegó a España de la mano, entre otras profesionales, de Patricia Roqueta quién empezó en esta disciplina hace unos 7 años en Estados Unidos. Después de una temporada en Norteamérica, Patricia decidió volver a España y abrió su propio negocio. Inauguró 'Feeling Woman', su academia, hace poco más de 3 años y actualmente instruye 154 alumnos, entre ellos los campeones de España de esta actividad físico-deportiva.

**body LIFE:**¿Cómo definirías el Pole Dance?

**Patricia Roqueta:** Es un deporte acrobático vertical que involucra el baile y el contenido musical.

**body LIFE:**¿Los orígenes más "provocativos" de esta disciplina os pasan factura?

**Patricia Roqueta:** Evidentemente el baile en barra se conoce por los clubes nocturnos, el striptease, las showgirls..., pero ahora esta disciplina ha evolucionado. Esa relación se dio más en los años 70-80. Ahora estamos en el año 2012 y como todo, el Pole Dance también ha cambiado, lo que antes era un baile prohibido ahora es un deporte totalmente vinculado a la música, que se puede bailar con cualquier estilo y lo pueden practicar tanto niños, como hombres y mujeres adultas.

**body LIFE:** ¿Se necesitan tener unos conocimientos previos para practicar Pole Dance?

**Patricia Roqueta:** No se necesitan, aquí se te inculcan. Pero si tienes una base deportiva previa te es mucho más fácil. Por ejemplo, la flexibilidad cuanto más mayor eres más cuesta cogerla, pero si no vienes de ningún deporte a base de práctica acabas adquiriéndola también.

**body LIFE:** ¿Cuáles son los beneficios de practicar Pole Dance?

**Patricia Roqueta:** Flexibilidad, autoestima, fuerza, elegancia... Con Pole Dance consigues tu objetivo, aunque lo veas imposible. Eso refuerza muchísimo tu autoestima.

**body LIFE:** ¿Existen muchas competiciones de Pole Dance?

**Patricia Roqueta:** A nivel internacional sí, pero en España estamos un poco limitados. Desde Feeling Woman estamos luchando para que aquí acabe siendo considerado un deporte también.

**body LIFE:** ¿Cómo está regulada esta actividad?

**Patricia Roqueta:** Actualmente se considera una actividad físico-deportiva, ya que se necesitan más de 3000 participantes en un mismo país para que se cree una federación y se reconozca como deporte. Pero nosotros tenemos esperanza y creemos que en un año o año y medio conseguiremos esta cifra y podremos crear nuestra federación para que el Pole Dance sea considerado un deporte y lo podamos defender a nivel internacional, es decir, fuera de Europa.

**body LIFE:** ¿En qué países es tendencia el Pole Dance?

**Patricia Roqueta:** En Australia y Estados Unidos son deportes número 1. Tienen no miles, millones de practicantes. Pero sabemos que aunque los estadounidenses siempre van por delante de nosotros, siempre acabamos pillándolos.

**body LIFE:** ¿Crees que en España va a triunfar?

**Patricia Roqueta:** Creo que sí. Pero necesitamos algún tipo de apoyo, porque ahora sólo somos nosotros los que estamos luchando por ello.

**body LIFE:** ¿Cómo os promocionáis?

**Patricia Roqueta:** La mejor publicidad es el boca a boca. Hemos hecho publicidad en ferias, en centros comerciales, en prensa, en televisión y sobre todo nos funciona mucho la venta de clases específicas de grupos abiertos por internet.

**body LIFE:** ¿Ves esta modalidad deportiva como una actividad dirigida más dentro de un gimnasio?

**Patricia Roqueta:** En Estados Unidos ya existen las barras dentro de un gimnasio, pero evidentemente las actividades de un gimnasio siempre son para un nivel más básico. Si se quiere ser un profesional es mejor apuntarse a un centro específico. Pero sí que se puede ofrecer el pole dance como una clase dirigida más.

**Más información:** [www.feelingwoman.com](http://www.feelingwoman.com)