

## KLEDINGVOORSCHRIFTEN

### KLEDING

Je kunt voor de flamencolessen kleding dragen waarin jij je fijn voelt tijdens het dansen. Voor vrouwen ook een flamencorok.

In de studio vindt je in het halletje een kledingrek. Hier kun je terecht voor tweedehands kleding en voor nieuwe kleding. Ook kun je kleding op maat laten maken. Interesse? Informeer dan bij de docent!

### SCHOENEN

Het belangrijkste om flamenco te dansen zijn de flamencoschoenen. Dit zijn hakschoenen met een verstevigde hak en neus. Onder de voorvoet en hak zitten spijkertjes. Deze zorgen voor het geluid tijdens het voetenwerk.

Goede flamenco schoenen zijn erg belangrijk. Goedkope schoenen geven namelijk veel minder steun, waardoor je eerder last kan krijgen van je voeten. Daarnaast zitten de spijkers vaak niet goed verwerkt in de schoenen, waardoor ze de vloer beschadigen. Twijfel je hierover? Als je met je hand over de spijkers gaat moet het glad zijn. Er mogen geen spijkers/randen uitsteken. Is dit wel het geval, dan kun je proberen deze met een hamer erin te slaan of bij de schoenmaker te laten slijpen. Check altijd voor de les of er niks uit steekt!

Kies daarnaast niet een te hoge hak uit voor je schoenen. Standaard is de hak 5 cm. Vind je dit te hoog kun je ook een hak van 4 cm kiezen.

Een goedkoop merk wat ik o.a. afraad is Gladys, helaas zijn deze schoenen van mindere kwaliteit en hebben ze vaak een slechte inzet van spijkers.

Goede merken van flamenco schoenen zijn o.a. Gallardo, Senovilla, Begoña Cervera, Menkes, Luna Flamenca, etc.

### Waar kun je flamencoschoenen kopen?

#### Winkels

Arnhem: <https://www.readytodance.nl/c-4335072/schoenen-met-spijkers/>

Keulen: <https://www.casaflamenca.de>

#### Online

Via de websites van eigen merken kun je je schoenen zelf samenstellen (kleur, materiaal, hoogte, breedte):

<http://www.gallardodance.com>

<https://www.lunaflamenca.net>

<https://www.calzadosenovilla.com/es/>

<http://begonacervera.com>

### Spanje

Mocht je een weekendje naar Spanje gaan? Dan kun je in het zuiden (o.a. Sevilla, Malaga, Granada, Jerez) en in grote steden in het noorden zoals Madrid en Barcelona meerdere flamencowinkels vinden. Hier kun je ook passen!