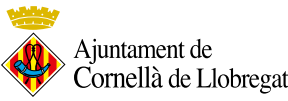


Organitza:



Patrocina:



Amb el suport de:



Col·laboren:



[dansametropolitana.cat](https://dansametropolitana.cat)



@dansametropolitana



@dansametropolitana



Dansa\_Metropolitana

**dansa**  
metropolitana ■

**5→22 DE MARÇ 2026**

BADALONA<sup>BDN</sup>  
EL PRAT<sup>PRT</sup>  
L'HOSPITALET<sup>L'H</sup>  
SANTA COLOMA<sup>SCG</sup>

BARCELONA<sup>BCN</sup>  
ESPLUGUES<sup>EPL</sup>  
SABADELL<sup>SBD</sup>  
TERRASSA<sup>TRS</sup>

CORNELLÀ<sup>COR</sup>  
GRANOLLERS<sup>GRA</sup>  
SANT CUGAT<sup>STC</sup>  
VILADECANS<sup>VLG</sup>



Nascut l'any 2018, Dansa Metropolitana és un festival de dansa de gran format que se celebra cada mes de març i que converteix teatres, sales, carrers, places, cinemes i espais singulars de l'àrea metropolitana de Barcelona en escenaris vius de moviment i expressió.

El festival se celebra simultàniament a dotze ciutats, fet que genera una experiència cultural compartida i metropolitana: **Badalona, Barcelona, Cornellà, Esplugues, Granollers, l'Hospitalet, el Prat, Sabadell, Sant Cugat, Santa Coloma, Terrassa i Viladecans.**

Dansa Metropolitana convida el públic a descobrir la dansa des de múltiples llenguatges, formats i espais, i a viure la cultura com una experiència oberta, propera i compartida entre ciutats.

### La dansa surt al carrer

Un dels trets més singulars de Dansa Metropolitana és la seva aposta decidida per l'espai públic. El festival fa sortir la dansa al carrer amb propostes gratuïtes que converteixen les ciutats en escenaris i el moviment en una eina de trobada, celebració i descoberta col·lectiva.

### Una festa per a tothom

Dansa Metropolitana és una festa oberta i inclusiva, pensada per a totes les edats i sensibilitats. Del flamenc al hip-hop, de la dansa contemporània al ballet, de la dansa urbana a les propostes familiars, el programa reflecteix la diversitat i la riquesa de la creació coreogràfica actual.

### Projecte Àgores

L'edició 2026, a través del projecte Àgores, reflexionarà sobre la llibertat de moviment, d'expressió i de participació, i reivindicarà la dansa com un llenguatge obert i accessible, convertint carrers i places en espais de creació col·lectiva i celebració compartida.

Agenda d’espectacles de sala

★ Estrena

● Coproducció

■ En família

■ Cap butaca buida

CAPBUTACA

BUDA

Ciutat del Teatre

El proper dissabte 21 de març el festival se suma a la iniciativa per convertir Catalunya en la capital mundial de les arts escèniques. Omplim totes les butaques dels teatres! Tota la informació a [capbutacabuida.cat](#)

|                                                            |                                        |         |                                             |            |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------|---------------------------------------------|------------|
| Divendres 6 de març                                        |                                        |         |                                             |            |
| Lali Ayguadé Company                                       | <i>Inestable</i> ★                     | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona  |
| Roser López Espinosa                                       | <i>Cèl·lula #6: FAULA</i>              | 20.00 h | Teatre Auditori de Granollers               | Granollers |
| Dissabte 7 de març                                         |                                        |         |                                             |            |
| Antonio Ruz (Gran Teatre del Liceu / Fundación Juan March) | <i>La nit de Sant Joan</i> ■           | 11.00 h | Gran Teatre del Liceu                       | Barcelona  |
| AzkonaToloza                                               | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■    | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| AzkonaToloza                                               | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■    | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| IT Dansa - Jove Companyia de l'Institut del Teatre         | <i>Biterna i Minus 16</i>              | 18.00 h | Teatre-Auditori Emma Vilarasau              | Sant Cugat |
| Lali Ayguadé Company                                       | <i>Inestable</i> ★                     | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona  |
| Poliana Lima                                               | <i>The Common Ground</i>               | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC)                   | Barcelona  |
| FREEBODIES                                                 | <i>Unleashed</i> ★                     | 20.00 h | L'Estruch                                   | Sabadell   |
| Ballet Junior de Genève                                    | <i>Touch Base / Zak / Grand Finale</i> | 20.00 h | LaFACT   Factoria Cultural de Terrassa      | Terrassa   |

|                                                            |                                     |         |                                             |            |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------|---------------------------------------------|------------|
| Diumenge 8 de març                                         |                                     |         |                                             |            |
| Antonio Ruz (Gran Teatre del Liceu / Fundación Juan March) | <i>La nit de Sant Joan</i> ■        | 11.00 h | Gran Teatre del Liceu                       | Barcelona  |
| laSala & Com un llum                                       | <i>Una ciutat d'ombres</i> ■        | 11.30 h | laSala Miguel Hernández                     | Sabadell   |
| AzkonaToloza                                               | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■ | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| AzkonaToloza                                               | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■ | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| Lali Ayguadé Company                                       | <i>Inestable</i> ★                  | 18.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona  |
| BRODAS BROS                                                | <i>PETIT BREAK</i> ■                | 18.00 h | Teatre Auditori de Granollers               | Granollers |
| Toni Mira                                                  | <i>Tempo</i>                        | 18.00 h | Teatre Principal                            | Sabadell   |
| Poliana Lima                                               | <i>The Common Ground</i>            | 19.00 h | Mercat de les Flors (MAC)                   | Barcelona  |
| Roser López Espinosa                                       | <i>Cèl·lula #6: FAULA</i>           | 19.00 h | Auditori de Cornellà                        | Cornellà   |

|                        |                          |         |                     |           |
|------------------------|--------------------------|---------|---------------------|-----------|
| Dimarts 10 de març     |                          |         |                     |           |
| Cia. Roberto G. Alonso | <i>Lulú, primera nit</i> | 20.00 h | Sala Versus Glòries | Barcelona |

|                        |                          |         |                                             |           |
|------------------------|--------------------------|---------|---------------------------------------------|-----------|
| Dimecres 11 de març    |                          |         |                                             |           |
| Lali Ayguadé Company   | <i>Inestable</i> ★       | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona |
| Cia. Roberto G. Alonso | <i>Lulú, primera nit</i> | 20.00 h | Sala Versus Glòries                         | Barcelona |

|                               |                      |         |                                             |           |
|-------------------------------|----------------------|---------|---------------------------------------------|-----------|
| Dijous 12 de març             |                      |         |                                             |           |
| Lali Ayguadé Company          | <i>Inestable</i> ★   | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona |
| Núria Dalmau i Valeria Pisati | <i>SNÖSTJÄRNA</i> ★● | 20.00 h | Antic Teatre                                | Barcelona |

|                                 |                                                                      |         |                                             |              |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------|--------------|
| Divendres 13 de març            |                                                                      |         |                                             |              |
| Lali Ayguadé Company            | <i>Inestable</i> ★                                                   | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona    |
| Sol Picó                        | <i>La Cordero i el seu exèrcit</i> ★                                 | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Gran)    | Barcelona    |
| Dewey Dell                      | <i>Le Sacre du Printemps</i>                                         | 19.00 h | Teatre Sagarra                              | Santa Coloma |
| Manuel Liñán                    | <i>Muerta de Amor</i>                                                | 20.00 h | Teatre Zorrilla                             | Badalona     |
| Núria Dalmau i Valeria Pisati   | <i>SNÖSTJÄRNA</i> ★●                                                 | 20.00 h | Antic Teatre                                | Barcelona    |
| Poliana Lima i Yinka Esi Graves | <i>A Place to Dance</i>                                              | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC)                   | Barcelona    |
| Sònia Gómez                     | <i>ELK</i> ★                                                         | 20.00 h | La Caldera                                  | Barcelona    |
| La Quebrá                       | <i>Bailar y otras maneras de jugarse la vida. De Precaria García</i> | 20.00 h | Atrium Viladecans                           | Viladecans   |

|                                 |                                      |         |                                             |           |
|---------------------------------|--------------------------------------|---------|---------------------------------------------|-----------|
| Dissabte 14 de març             |                                      |         |                                             |           |
| AzkonaToloza                    | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■  | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona |
| AzkonaToloza                    | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■  | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona |
| BBF. Barcelona Ballet Flamenco  | <i>La Pasión</i>                     | 17.00 h | Auditori de Cornellà                        | Cornellà  |
| Cia. Pla Roig                   | <i>Oveja Eléctrica</i>               | 18.30 h | Auditori de Sant Ildefons                   | Cornellà  |
| Lali Ayguadé Company            | <i>Inestable</i> ★                   | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona |
| Sol Picó                        | <i>La Cordero i el seu exèrcit</i> ★ | 19.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Gran)    | Barcelona |
| Núria Dalmau i Valeria Pisati   | <i>SNÖSTJÄRNA</i> ★●                 | 20.00 h | Antic Teatre                                | Barcelona |
| Sònia Gómez                     | <i>ELK</i> ★                         | 20.00 h | La Caldera                                  | Barcelona |
| Poliana Lima i Yinka Esi Graves | <i>A Place to Dance</i>              | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC)                   | Barcelona |
| BBF. Barcelona Ballet Flamenco  | <i>La Pasión</i>                     | 21.00 h | Auditori de Cornellà                        | Cornellà  |

## Agenda de propostes gratuïtes

★ Estrena ● Coproducció ■ Àgores ■ Reserva prèvia

|                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                           |                 |                                               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------|--------------|
| Dijous 5 de març                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           |                 |                                               |              |
| Lorena Nogal                                                                                                           | <i>PICASSA</i> ■                                                                                                                                                                          | 18.00 h         | Museu Palau Mercader                          | Cornellà     |
| Les Impuxibles                                                                                                         | <i>CASA 4</i> ■                                                                                                                                                                           | 19.30 h         | Castell de Cornellà                           | Cornellà     |
| Divendres 6 de març                                                                                                    |                                                                                                                                                                                           |                 |                                               |              |
| Espectacle inaugural dirigit per Hansel Cereza                                                                         | <i>ELLES</i>                                                                                                                                                                              | 20.00 h         | Plaça de la Cultura (Biblioteca de Bellvitge) | L'Hospitalet |
| Dissabte 7 de març                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                 |                                               |              |
| SIBERIA / Paloma Muñoz                                                                                                 | <i>Un attimo</i> ■                                                                                                                                                                        | 12.00 i 13.00 h | Centre d'Art Tecla Sala                       | L'Hospitalet |
| PROGRAMA DOBLE: GeBa + Daniel Rodríguez Cia                                                                            | <i>Takk + TRANSEÚNTE</i>                                                                                                                                                                  | 12.00 h         | Plaça del Doctor Robert                       | Sabadell     |
| ÀGORES GRANOLLERS: Cia. Marc Fernández + escoles de dansa + Judith Sánchez i Melissa Valero (Kilómetro13 Dance Studio) | <i>ALETA + Kilómetro13 Dance Studio, Estudi de Dansa Klass, Escola de Dansa Àgueda Murillo, Mizona i Bambú + workshop de Judith Sánchez i Melissa Valero (Kilómetro13 Dance Studio)</i> ■ | 18.00 h         | Plaça de l'Església                           | Granollers   |
| PROGRAMA DOBLE: Ana F. Melero & Luna Sánchez + Agnès Sales & Héctor Plaza                                              | <i>PIES DE GALLINA + A Medio Camino</i>                                                                                                                                                   | 18.00 h         | Raval de Montserrat                           | Terrassa     |

|                                                                          |                                  |         |                   |            |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------|-------------------|------------|
| Diumenge 8 de març                                                       |                                  |         |                   |            |
| ÀGORES BARCELONA: Mar García i Javi Soler amb La Cora (La Caldera) + IAB | <i>SORONATES + Double Folk</i> ■ | 12.00 h | Plaça Universitat | Barcelona  |
| PROGRAMA DOBLE: L'Émerveillée + Raquel Klein                             | <i>Inquiets + Negro Luz</i> ★●   | 12.00 h | Roca Umbert       | Granollers |

|                                                                                                       |                                                                 |         |                         |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------|-------------------------|--------------|
| Divendres 13 de març                                                                                  |                                                                 |         |                         |              |
| Cossos en pantalla, un diàleg entre la dansa i la imatge projectada, en col·laboració amb Choreoscope | <i>"Ding" ★ + Diàleg amb els ballarins + "Seasons of dance"</i> | 19.00 h | Centre Cívic Fort Pienc | Barcelona    |
| Àngel Duran                                                                                           | <i>Manífestó</i> ■                                              | 20.00 h | Can Trinxet             | L'Hospitalet |

|                                                                           |                                                                                                 |                   |                                                 |              |
|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------|--------------|
| Dissabte 14 de març                                                       |                                                                                                 |                   |                                                 |              |
| Electro Hope                                                              | <i>Flux n' Flow. Festival de dansa urbana</i>                                                   | D'11.00 a 23.00 h | Institut Escola del Prat                        | El Prat      |
| PROGRAMA DOBLE: OtraDanza + BRODAS BROS                                   | <i>AL PUNTO + SLIDERS</i>                                                                       | 11.30 h           | Parc Pou d'en Fèlix pista vermella              | Esplugues    |
| Esbart Manresà de l'Agrupació Cultural del Bages                          | <i>Mil Primaveres</i> ●                                                                         | 11.30 h           | Avinguda de la Primavera / Mercat de la Florida | L'Hospitalet |
| ÀGORES BARCELONA: Pauline Gervais + Josefina Gorostiza i escoles de dansa | <i>INSECTA + Fervor (CSD, Oriol Martorell, Area i Stardance)</i> ■                              | 12.00 i 17.00 h   | Antiga Seu Editorial Gustavo Gili               | Barcelona    |
| PROGRAMA DOBLE: Elvi Balboa + Àngel Duran                                 | <i>BAUNSBK + Manífestó</i>                                                                      | 12.00 h           | Plaça del Doctor Robert                         | Sabadell     |
| ÀGORES SANT CUGAT: Escoles de dansa + Berta Martí                         | <i>La Tacones, Centre de Dansa Laura Esteve i Esbart Sant Cugat + workshop de Berta Martí</i> ■ | 12.00 h           | Plaça Victòria dels Àngels                      | Sant Cugat   |
| Cia. Maduixa                                                              | <i>DOMINARE</i> ■                                                                               | 12.30 h           | Centre d'Art Tecla Sala                         | L'Hospitalet |
| Cia. Marc Fernández                                                       | <i>ALETA</i>                                                                                    | 17.00 h           | Can Xic                                         | Viladecans   |
| Cia. Berta Baliu                                                          | <i>Fargar</i>                                                                                   | 18.00 h           | Plaça de la Bòbila (façana del Centre Cívic)    | L'Hospitalet |

|                                 |                                           |         |                                             |            |
|---------------------------------|-------------------------------------------|---------|---------------------------------------------|------------|
| Diumenge 15 de març             |                                           |         |                                             |            |
| AzkonaToloza                    | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■       | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| MACARENA RECUERDA SHEPHERD      | <i>COSA. INTERVENIR UN CUERPO</i> ■       | 12.00 h | Teatre L'Artesà                             | El Prat    |
| RAUXA                           | <i>Anònims</i> ■                          | 12.00 h | Atrium Viladecans                           | Viladecans |
| MA Compagnie-Marc Lacourt       | <i>Per què un arbre és una gallina?</i> ■ | 16.30 h | Teatre Margarida Xirgu                      | Badalona   |
| AzkonaToloza                    | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■       | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)                    | Barcelona  |
| Lali Ayguadé Company            | <i>Inestable</i> ★                        | 18.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Tallers) | Barcelona  |
| Sol Picó                        | <i>La Cordero i el seu exèrcit</i> ★      | 18.00 h | Teatre Nacional de Catalunya (Sala Gran)    | Barcelona  |
| MA Compagnie-Marc Lacourt       | <i>Per què un arbre és una gallina?</i> ■ | 18.30 h | Teatre Margarida Xirgu                      | Badalona   |
| Dorothee Munyaneza / Cie Kadidi | <i>umuko</i>                              | 18.30 h | SATi Sant Andreu Teatre                     | Barcelona  |
| Sònia Gómez                     | <i>ELK</i> ★                              | 19.00 h | La Caldera                                  | Barcelona  |
| HUNG DANCE                      | <i>Birdy</i>                              | 19.00 h | Teatre-Auditori Emma Vilarasau              | Sant Cugat |
| Núria Dalmau i Valeria Pisati   | <i>SNÖSTJÄRNA</i> ★●                      | 20.00 h | Antic Teatre                                | Barcelona  |

|                    |                     |         |               |           |
|--------------------|---------------------|---------|---------------|-----------|
| Dilluns 16 de març |                     |         |               |           |
| Poyo Rojo          | <i>Un poyo rojo</i> | 20.00 h | La Villarroel | Barcelona |

|                        |                          |         |                     |           |
|------------------------|--------------------------|---------|---------------------|-----------|
| Dimarts 17 de març     |                          |         |                     |           |
| Poyo Rojo              | <i>Un poyo rojo</i>      | 20.00 h | La Villarroel       | Barcelona |
| Cia. Roberto G. Alonso | <i>Lulú, primera nit</i> | 20.00 h | Sala Versus Glòries | Barcelona |

|                                         |                          |         |                           |           |
|-----------------------------------------|--------------------------|---------|---------------------------|-----------|
| Dimecres 18 de març                     |                          |         |                           |           |
| Danish Dance Theatre - Marina Mascarell | <i>Bloody Moon</i>       | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC) | Barcelona |
| Cia. Roberto G. Alonso                  | <i>Lulú, primera nit</i> | 20.00 h | Sala Versus Glòries       | Barcelona |

|                                         |                                                             |         |                                       |           |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------|-----------|
| Dijous 19 de març                       |                                                             |         |                                       |           |
| Rocío Molina                            | <i>Calentamiento</i>                                        | 19.00 h | Teatre Lliure (Sala Fabià Puigserver) | Barcelona |
| Gaia Pellegrini                         | <i>veline repertoire</i>                                    | 20.00 h | Antic Teatre                          | Barcelona |
| Veza Fernández                          | <i>Chantal, el texto es un cuerpo anhelando perspectiva</i> | 20.00 h | La Caldera                            | Barcelona |
| Danish Dance Theatre - Marina Mascarell | <i>Bloody Moon</i>                                          | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC)             | Barcelona |
| Métrica bàrbara                         | <i>Platón se fue de escena</i> ★●                           | 20.00 h | SATi Sant Andreu Teatre               | Barcelona |
| Marina Otero & Ibrahim Ibnou Goush      | <i>AYOUB</i>                                                | 20.00 h | Teatre L'Artesà                       | El Prat   |

|                      |                                                             |         |                                       |           |
|----------------------|-------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------|-----------|
| Divendres 20 de març |                                                             |         |                                       |           |
| Manuel Rodríguez     | <i>Otra cosa que no es una conferencia</i> ★●               | 18.00 h | Mercat de les Flors (OM)              | Barcelona |
| Rocío Molina         | <i>Calentamiento</i>                                        | 19.00 h | Teatre Lliure (Sala Fabià Puigserver) | Barcelona |
| Gaia Pellegrini      | <i>veline repertoire</i>                                    | 20.00 h | Antic Teatre                          | Barcelona |
| Veza Fernández       | <i>Chantal, el texto es un cuerpo anhelando perspectiva</i> | 20.00 h | La Caldera                            | Barcelona |
| Métrica bàrbara      | <i>Platón se fue de escena</i> ★●                           | 20.00 h | SATi Sant Andreu Teatre               | Barcelona |

|                                         |                                                             |         |                                        |            |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------|------------|
| Dissabte 21 de març ■                   |                                                             |         |                                        |            |
| AzkonaToloza                            | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■                         | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)               | Barcelona  |
| Poyo Rojo                               | <i>Un poyo rojo</i>                                         | 12.30 h | La Villarroel                          | Barcelona  |
| AzkonaToloza                            | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■                         | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)               | Barcelona  |
| Manuel Rodríguez                        | <i>Otra cosa que no es una conferencia</i> ★●               | 18.00 h | Mercat de les Flors (OM)               | Barcelona  |
| Raquel Klein                            | <i>Negro Luz</i> ★●                                         | 18.00 h | L'Estruch                              | Sabadell   |
| PAR en Dansa                            | <i>Alicia, i la dansa de les mil meravelles</i> ■           | 18.00 h | LaFACT   Factoria Cultural de Terrassa | Terrassa   |
| Rocío Molina                            | <i>Calentamiento</i>                                        | 19.00 h | Teatre Lliure (Sala Fabià Puigserver)  | Barcelona  |
| Luna Cenere                             | <i>Shoes on</i>                                             | 19.00 h | Sala Ramon Romagosa                    | Cornellà   |
| Cia. Vero Cendoya                       | <i>Parlem-ne</i>                                            | 20.00 h | Teatre Margarida Xirgu                 | Badalona   |
| Gaia Pellegrini                         | <i>veline repertoire</i>                                    | 20.00 h | Antic Teatre                           | Barcelona  |
| Veza Fernández                          | <i>Chantal, el texto es un cuerpo anhelando perspectiva</i> | 20.00 h | La Caldera                             | Barcelona  |
| Danish Dance Theatre - Marina Mascarell | <i>Mongrel</i>                                              | 20.00 h | Mercat de les Flors (MAC)              | Barcelona  |
| Inka Romaní                             | <i>Fandango Reloaded</i>                                    | 20.00 h | SATi Sant Andreu Teatre                | Barcelona  |
| Fábio (Krayze) Januário                 | <i>Mussequ</i>                                              | 20.00 h | Atrium Viladecans                      | Viladecans |

|                                         |                                                |         |                                       |            |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|---------|---------------------------------------|------------|
| Diumenge 22 de març                     |                                                |         |                                       |            |
| BRODAS BROS                             | <i>PETIT BREAK</i> ■                           | 10.00 h | laSala Miguel Hernández               | Sabadell   |
| Laura Alcalà Freudenthal - LaSúbita     | <i>ONA</i> ■                                   | 10.30 h | Atrium Viladecans                     | Viladecans |
| AzkonaToloza                            | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■            | 12.00 h | Mercat de les Flors (PB)              | Barcelona  |
| Antonella D'Ascenzi                     | <i>Piccolo circ de fil</i> ■                   | 12.00 h | Auditori de Sant Ildefons             | Cornellà   |
| BRODAS BROS                             | <i>PETIT BREAK</i> ■                           | 12.00 h | laSala Miguel Hernández               | Sabadell   |
| Laura Alcalà Freudenthal - LaSúbita     | <i>ONA</i> ■                                   | 12.00 h | Atrium Viladecans                     | Viladecans |
| Poyo Rojo                               | <i>Un poyo rojo</i>                            | 12.30 h | La Villarroel                         | Barcelona  |
| AzkonaToloza                            | <i>El nostre refugi galàctic</i> ★■            | 17.00 h | Mercat de les Flors (PB)              | Barcelona  |
| Manuel Rodríguez                        | <i>Otra cosa que no es una conferencia</i> ★●  | 18.00 h | Mercat de les Flors (OM)              | Barcelona  |
| Rocío Molina                            | <i>Calentamiento</i>                           | 18.00 h | Teatre Lliure (Sala Fabià Puigserver) | Barcelona  |
| Thomas Noone Dance                      | <i>La gata que volia canviar la història</i> ■ | 18.00 h | Teatre-Auditori Emma Vilarasau        | Sant Cugat |
| Mari Paula                              | <i>Lake Machine</i> ●                          | 18.00 h | Teatre Principal                      | Terrassa   |
| Danish Dance Theatre - Marina Mascarell | <i>Mongrel</i>                                 | 19.00 h | Mercat de les Flors (MAC)             | Barcelona  |
| Gaia Pellegrini                         | <i>veline repertoire</i>                       | 20.00 h | Antic Teatre                          | Barcelona  |

|                                                                                |                                                                                                                                                                                              |                 |                                                          |              |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------|--------------|
| Diumenge 15 de març                                                            |                                                                                                                                                                                              |                 |                                                          |              |
| ÀGORES CORNELLÀ: Pauline Gervais + Álvaro Murillo + escoles de dansa + Sacude  | <i>Taller familiar a càrrec de la coreògrafa canadenca Pauline Gervais + 8 km en mula + ARC, Stardance i TP Dance Center. Coreografia de Carmen Muñoz + Tierras raras</i> ■                  | 11.00 h         | Plaça del Enamorats - Plaça de l'Església                | Cornellà     |
| Antonella D'Ascenzi                                                            | <i>Un fil cau de la meva mà</i> ■                                                                                                                                                            | 11.00 i 12.30 h | Claustre del Monestir de Santa Maria de Montsió          | Esplugues    |
| ÀGORES TERRASSA: Triple Step + Terrassahoppers + Noel & the Jazzy Fortunes     | <i>Desfilada second line + workshop de Lindy Hop + exhibició Lindy Hop i ballada popular</i> ■                                                                                               | 11.00 h         | Itinerant: de la plaça Vella fins al parc de Vallparadis | Terrassa     |
| PROGRAMA DOBLE: Johann Pérez / LaCerdà + Agnès Sales & Héctor Plaza            | <i>Obsequio + A Medio Camino</i>                                                                                                                                                             | 12.00 h         | Roca Umbert                                              | Granollers   |
| PROGRAMA DOBLE: LaCerdà + Cia. Marc Fernández                                  | <i>El Baile de la Zurda + ALETA</i>                                                                                                                                                          | 12.00 h         | Plaça Argub (Parc Catalunya)                             | Sabadell     |
| ÀGORES SANTA COLOMA: Elvi Balboa + escoles de dansa + Maribel Moriano (BDance) | <i>BAUNSBK + Bdance, Compañía de Danza Flamenca Sensaciones, The Lounge, Minimal Dance Studio, Art&amp;Move Escuela de Baile i Isa Dance</i> ■ + <i>workshop de Maribel Moriano (BDance)</i> | 12.00 h         | Plaça de la Vila                                         | Santa Coloma |
| La Quebrá                                                                      | <i>Lady Bloom</i>                                                                                                                                                                            | 18.00 h         | Plaça del Teatre-Auditori Emma Vilarasau                 | Sant Cugat   |

|                                                   |                                                                                                 |                    |                     |              |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|--------------|
| Divendres 20 de març                              |                                                                                                 |                    |                     |              |
| ÀGORES EL PRAT: Escoles de dansa + Banda Esférica | <i>Double Shift, grup de l'escola d'Arts en Viu i Bankai de Nippon Prat + Granotes al cel</i> ■ | 17.30 h            | Jardins de la Pau   | El Prat      |
| Soul Headquarters                                 | <i>BE SOUL FEST 2026 / Nit d'impros</i> ■                                                       | De 19.30 a 22.00 h | La Vela – L'Estruch | Sabadell     |
| IXa                                               | <i>52-BLAU (Versió immersiva)</i> ★●■                                                           | 20.00 h            | Can Trinxet         | L'Hospitalet |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                    |              |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Dissabte 21 de març                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                    |              |
| Soul Headquarters                                                        | <i>BE SOUL FEST 2026 / Batalles classificatòries adults</i> ■                                                                                                                                                                                                                                  | De 9.00 a 14.00 i 16.00 a 22.00 h | La Vela – L'Estruch                                                                | Sabadell     |
| Territori Dansa                                                          | <i>Territori Dansa + ÀGORES L'HOSPITALET</i> ■                                                                                                                                                                                                                                                 | D'11.00 a 21.00 h (tot el dia)    | Pati Museu d'Història, Jardí de Can Sumarro, Plaça del Poliesportiu, Espai Palmera | L'Hospitalet |
| ÀGORES SABADELL: Escoles de dansa + IXa + escoles de dansa + Swingcopats | <i>El Gimnàs, DRISS Dansa, Associació Dansa Contemporània, Mònica Escrivà i Escola de dansa Bots + Olls cara adentro + KMY Studio, D'Altzar, Harmony Escola de Dansa, Ritme Dansa i Swingcopats + workshop i ballada amb Swingcopats</i> ■ <i>Mestre de cerimònia Laura Alcalà Freudenthal</i> | 11.00 h                           | Plaça Argub (Parc Catalunya)                                                       | Sabadell     |
| PROGRAMA TRIPLE: Cia. Maduixa + Àngel Duran + La Venidera                | <i>DOMINARE + Manífestó + NO (peça curta)</i>                                                                                                                                                                                                                                                  | 12.00 h                           | Centre Cultural l'Escorxador                                                       | Badalona     |

|                                                                                                                               |                                                          |                    |                                            |            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------|------------|
| Diumenge 22 de març                                                                                                           |                                                          |                    |                                            |            |
| FESTA CLOENDA DANSA METROPOLITANA 2026 - ÀGORES: Balkan Paradise Orchestra, Laura Alcalà Freudenthal (LaSúbita) + FREE BODIES | <i>Festa cloenda Dansa Metropolitana 2026 - Àgores</i> ■ | 12.00 h            | Parc de la Ciutadella (zona de la cascada) | Barcelona  |
| Elvi Balboa                                                                                                                   | <i>BAUNSBK</i> ■                                         | 12.00 i 13.00 h    | Espai Corberó                              | Esplugues  |
| Losinformalls                                                                                                                 | <i>Infomal Stage</i>                                     | 12.00 h            | Roca Umbert                                | Granollers |
| PROGRAMA DOBLE: GeBa + Ana F. Melero & Luna Sánchez                                                                           | <i>Takk + PIES DE GALLINA</i>                            | 12.00 h            | Plaça de la Vila                           | Sant Cugat |
| Soul Headquarters                                                                                                             | <i>BE SOUL FEST 2026 / Camplonat coreogràfic</i> ■       | De 17.00 a 21.00 h | La Vela – L'Estruch                        | Sabadell   |

Consulta la programació actualitzada i les adreces dels espais a [dansametropolitana.cat](#)