

MALÝ TANEČNÍ MARATON

Napsal uživatel Administrator
Pátek, 15 Říjen 2010 07:59 -

Termín: sobota 20. listopadu 2010

Místo: Středisko volného času Rýmařov, Okružní ul. - velký sál

Účast: pro všechny od 16 let, kteří si chtějí s radostí zatancovat, případně se přesvědčit o své kondici, vypotit pár přebytečných kil, pilovat naučené nebo nové taneční prvky ...

Co vás čeká: 6 třicetiminutových tanečních bloků - zumba; cha, cha; orient; jive, bollywood; zumba
- tancuje se podle lektorů, ti předtancovávají jednodušší prvky a kombinace zaměřené na výdrž
-
zatančí si proto i méně zdatní tanečníci
- součástí maratonu je soutěž, kde se bude hodnotit výdrž, výraz - hlavně úsměv a celková pohybová dovednost

Ceny: první tři dostanou zajímavé hodnotné ceny

Lektoři: Lucka Laštůvková - zumba, orient,
Libor Sobek - latinskoamerické rytmy - jive a cha, cha

Starovné: 200 Kč, odevzdává se s přihláškou

Přihlášky: nejpozději do 6.11.2010 u Heleny Tesařové, Středisko volného času Rýmařov, tel. 554 211 410

Co na sebe: pohodlné oblečení - tričko, tílko, tepláky, elastáky, sukně, piškoty, botasky

NEZAPOMEŇTE: RUČNÍK, DOSTATEK PITÍ A DOBROU NÁLADU

Program:

MALÝ TANEČNÍ MARATON

Napsal uživatel Administrator
Pátek, 15 Říjen 2010 07:59 -

- 13:30 - prezence, zahájení maratonu
- 14:00 - 14:30 - zumba s Luckou
- 14:30 - 14:35 - přestávka k občerstvení
- 14:35 - 15:05 - cha, cha s Liborem
- 15:05 - 15:10 - přestávka k občerstvení
- 15:10 - 15:40 - zumba s Luckou
- 15:40 - 15:45 - přestávka k občerstvení
- 15:45 - 16:15 - orient s Luckou
- 16:15 - 16:20 - přestávka k občerstvení
- 16:20 - 16:50 - jive s Liborem
- 16:50 - 16:55 - přestávka k občerstvení
- 16:55 - 17:25 - zumba s Luckou
- 17:30 - překvapení
- 17:45 - vyhlášení výsledků

Informace: Helena Tesařová, Středisko volného času Rýmařov, tel. 554 211 410,

TĚŠÍ SE NA VÁS LUCKA, LIBOR A HELENA