

Letní taneční workshopy s Wardou


Když tančíte, věnujete čas jen sobě, svému tělu a svým pocitům.

Proč byste to měly přestat dělat v létě?


Hýčkejte své tělo pohybem, srdce krásnou hudbou, trénujte mozek různorodými choreografiemi a teplé letní období bude pro vás ještě krásnější a plné zážitků.


Snažila jsem se připravit pro vás pestrý program (vlastně jako vždycky):

 pro romantické a citlivé povahy je zde **tarab** - tanec na klasickou milostnou píseň a **baladi**;

 pro temperamentní a energické studentky s ohněm v srdci - **arabské flamenco**, **rumba flamenco** s názvem Zorro, **ruský cikánský tanec** se šátkem, **tango oriental**;

 pro milovnice rytmu jsou připraveny **bellysamba** a **drumsolo**;

 pro začátečnice a studentky-perfekcionalistky je spousta **mini workshopů** zaměřených na **techniku**;

 a...pozor!!! Vánoce se blíží!!! a s velkým předstihem mám pro vás speciální vánoční **choreografii se svíčkami**.

Samozřejmě ambiciózní studenty se mohou naučit všechny choreografie a perfektně se připravit na novou taneční sezónu, která se blíží ještě rychleji než Vánoce!!!!

Seznam workshopů

Do 25. června jsou workshopy na techniku jen za 160 Kč při zaplacení dopředu, od 25. června - 200 Kč

Možnost zpětné vazby!! Pokud půjdete na workshop s choreografií, máte možnost mi poslat video, kde tančíte celou choreografií, k podrobnému rozboru a doporučení k vylepšení.

10. července, pondělí

18.00-19.30

Cena: 200 Kč

Ruce - ozdoba tance

Krásné a ladné ruce docílíme především správným držením těla, použitím zádových svalů a lopatek. Přesně na tyto aspekty a na spoustu dalších se zaměříme během workshopu

11. července, úterý

18.00-19.30

Cena: 200 Kč

Boky - nejsledovanější část těla orientální tanečnice

Na workshopu se budeme věnovat plynulým a akcentovaným pohybům boků. Také si řekneme o běžných chybách v technice boků a jak je můžeme poznat, odstranit a pohyb boků vylepšit.

11. července, úterý

1930-2100

Cena: 200 Kč

Baladi kombinace

Když tančíme styl baladi, učíme se být samy sebou, milovat své tělo a být prostě ženou. Je to jeden z nejkrásnějších a nejženštějších stylů orientálního tance. Na workshopu se zaměříme na techniku tohoto stylu, výraz, interpretaci hudby a naučíme se zajímavé kombinace. Pro mírně pokročilé studentky

12. červenec, středa

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Tango oriental se závojem

Na workshopu se naučíte choreografii ve stylu tango oriental. Jako rekvizitu použijeme závoj, který přidá tanci hravost, vášnivost a smyslnost. Pro mírně pokročilé studentky

13. července, čtvrtek

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Bellysamba -

v současné době velice populární taneční směr. Přeneseme se do Ria, ponoříme se do veselé atmosféry brazilského karnevalu, necháme srdce tepat v rytmu samby, naučíme se energickou choreografii a tak se staneme součástí této oslavy tance. Choreografie vhodná pro mírně pokročilé studentky.

17. července, pondělí

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Drumsolo

Choreografie plná shimmi, akcentů, efektních prvků a nápaditých kombinací. Začneme technikou shimmi, izolací a akcenty, pak procvičíme jednotlivé kombinace na určité rytmy a na závěr se naučíme choreografii. Pro mírně pokročilé studentky.

Toto drumsolo hraje bubenická skupina Gamar proto máte možnost si to zatančit na pravidelné Gamar open Stage za doprovodu živé hudby.

18. července, úterý

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

"Zaya al Assal"- tarab

Tarab je to tanec na klasickou arabskou píseň o lásce. Je to milostý příběh, který se tanečnice snaží předat publiku. "Tvá láska protéká mým srdcem jako med", se zpívá v naší skladbě. Nebojte se ukázat své city a zatančit svůj příběh o lásce. Pro pokročilejší studentky.

20. července, čtvrtek

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Gypsy (rumba) flamenco "Zorro"

Co mám tady psát, když název skladby mluví sám za sebe? Očekávejte oheň, očekávejte smršť energických pohybů a vášnivě práce se sukni. Nebudete k zastavení. Choreografie pro mírně pokročilé a pokročilé tanečnice.

24. července, pondělí

18.00-19.30

Cena: 200 Kč

Tisíc kroků

Na workshopu probereme typické kroky, krokové variace a otočky které se používají v tanci.

31. července, pondělí

18.00-19.30

Cena: 200 Kč

Břicho SPECIÁL!!!!

Říkáte si břišní tanečnice a neumíte tančit břichem? Napravíme to. Rozebereme techniku práce s břichem. Na závěr posílíme břišní svaly speciálním cvičením CORE trenink. Hodťte výzvu svému břichu.

1. srpna, úterý

18.00-19.30

Cena: 200 Kč

Jak přidat tanci Wow efekt.

Na workshopu rozebereme populární efektní pohyby, naučíme se je provádět správně, bez škody svému tělu. Pak budeme hvězdy.

28. srpna, pondělí

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Arabské flamenco

Milovnice fúze španělského flamenca a orientálního tance určitě zaujme tento workshop, protože budeme tančit na skladbu s názvem Firedance z populární show Riverdance.

Okouzující kytarové intro na začátku je perfektní na pózy, pomalé otočky, práci rukou a paží a na to navazující rytmická část vám dodá oheň do srdce a výbušnou energii do těla a nohou.

Pro mírně pokročilé a pokročilé studentky.

29. srpna, úterý

18.00-21.00

Cena: 450 Kč

Ruský cikánský tanec

Již tradičně na vás na konci léta čeká nová choreografie v ruském cikánském stylu

Ruský cikánský tanec je jeden z nejkrásnějších stylů cikánského

tance. Vyznačuje se dramatickými pózami, velkými gesty, dynamickou prací nohou a rychlými otočkami .

Temperamentní hudba nikoho nenechá v klidu. Na workshopu se seznámíte se základní technikou

ruského cikánského tance a naučíte se efektní choreografii, s níž budete mít zaručeně úspěch. Budete

potřebovat dvoukolovou sukni a šátek. Tento workshop je vhodný pro tanečnice všech úrovní a pokročilostí.

31.srpna, čtvrtek

18.30-21.30 (svíčky jsou nejlépe vidět za tmy)

Cena: 450Kč

Tanec se svíčkami

Klidná romantická choreografie se svíčkami bude potěšením pro vaše srdce a duši. Ponořte se do mystického a tajemného světa a budete se cítit jako kněžky z dob faraónů. Choreografie je vhodná pro začínající a pro mírně pokročilé tanečnice