

**Po – 22.3.**

ST:

Rozcvičení typické pro jazzový a současný tanec:

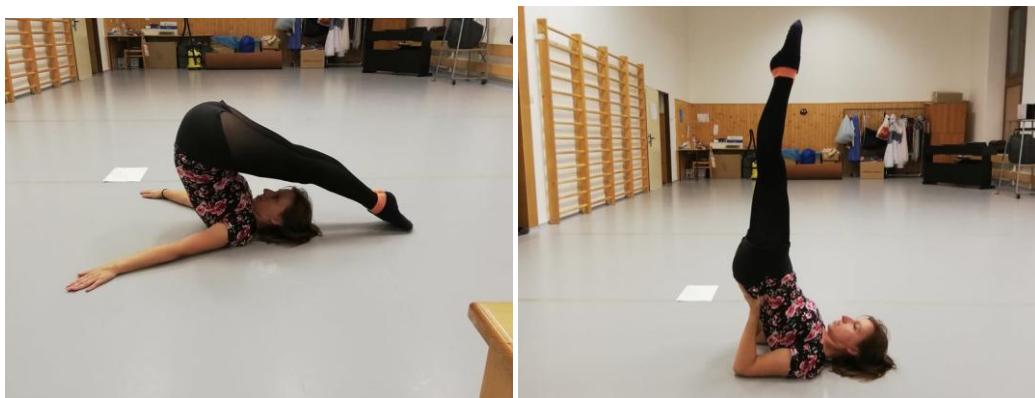
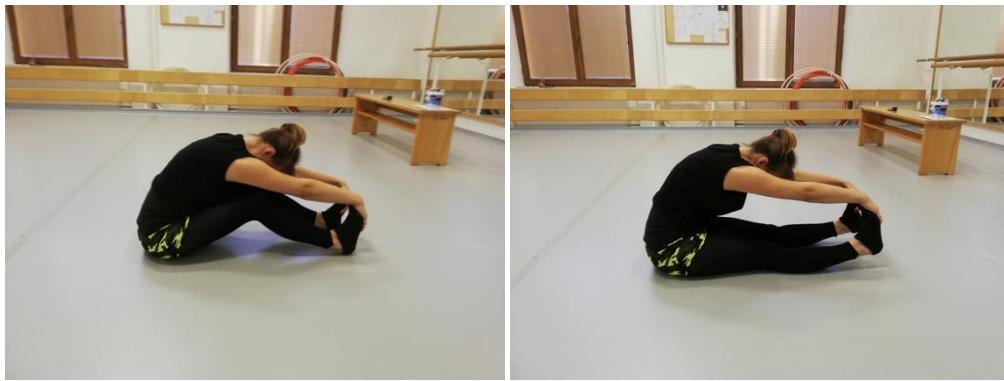
Rotace hlavy, ramen, trupu

Suny hrudníku a pánev

Švihy, vlny, izolace

Protažení





Jazz rozcvíčka

<https://www.youtube.com/watch?v=4hVroqIBlCo>

**St – 24.3.**

TPx: vytvořte podobné vlastní choreografie

<https://www.youtube.com/watch?v=Q9b6PtfZk3Q>

[https://www.youtube.com/watch?v=V1grD7mhq\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=V1grD7mhq_M)

