DV – skupina C-2 zápis z hodin – 7.4. 2021

Děvčata, při rozcvičování vždy postupujete stejně. Nejdříve zahřívací rychlé cvičení, abyste rozehřály tělo. Potom rozhýbání jednotlivých částí těla (hlava, krk, ramena, trup, záda, ruce, nohy). A nakonec protahovací cvičení.

Středa – 7.4.

TPx: (taneční praxe)

Proveďte alespoň 20minutové rozcvičení dle obvyklého návodu.

Ukázky profesionálního tance, baletu:

https://www.youtube.com/watch?v=47PqyCHNMP8

https://www.youtube.com/watch?v=8zxvTY4nioE

https://www.youtube.com/watch?v=FyVMTWcW8mI

Hudba k improvizaci:

https://www.youtube.com/watch?v=jwI1j7sslYI

https://www.youtube.com/watch?v=gfsgXJQ0ebU