

## Taneční škola Voilà: 5denní kurzy ČERVENEC, SRPEN 2019

5denní taneční kurzy a jóga ČERVENEC, SRPEN 2019	Lektor	Sál	Termín	Čas lekcí	Kapacita	Cena			
						platba do 24.5.	platba do 30.6.	pozdější platba	Open Class
Contemporary Dance: technika (all levels)	MARIE	Můstek	1.-5.7.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Jóga a pránájáma (all levels)	MARIE	Můstek	1.-5.7.	Po-Pá 19:15-20:45	12	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Contemporary Dance: variace (mír. a stř. pokr.)	MARIE	Můstek	8.-12.7.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Latinsko-americké tance pro ženy (zač. a mír. pokr.)	MARCELA	Můstek	8.-12.7.	Po-Pá 20:00-21:30	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
MTV Dance (zač. a mír. pokr.)	ALINA	JzP - stř.	8.-12.7.	Po-Pá 17:30-18:30	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Poppin' (zač. a mír. pokr.)	INA	JzP - stř.	8.-12.7.	Po-Pá 18:45-19:45	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Hip-hop/Hype (zač. a mír. pokr.)	INA	JzP - stř.	8.-12.7.	Po-Pá 20:00-21:00	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Jazz Dance: technika & variace (all levels)	MARIE	Můstek	15.-19.7.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Contemporary Dance: improvizace & interpretace (all levels)	MARIE	Můstek	15.-19.7.	Po-Pá 19:15-20:45	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Hip-hop (zač. a mír. pokr.)	ROB	JzP - stř.	15.-19.7.	Po-Pá 18:00-19:00	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Twerk: choreo (zač. a mír. pokr.)	PAULA	JzP - stř.	15.-19.7.	Po-Pá 19:15-20:15	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Moderní výrazový tanec: technika (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	22.-26.7.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Balet: klasická taneční technika (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	22.-26.7.	Po-Pá 19:15-20:45	12	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
K-pop/MTV Dance (zač. a mír. pokr.)	WEE	JzP - stř.	22.-26.7.	Po-Pá 18:00-19:30	11	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Contemporary Dance: floorwork (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	29.7.-2.8.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Contemporary Dance: choreo (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	29.7.-2.8.	Po-Pá 19:15-20:45	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Salsa a bachata pro ženy: choreo (zač. a mír. pokr.)	VERU	JzP - stř.	29.7.-2.8.	Po-Pá 19:00-20:00	11	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Street Dance: kardio (zač. a mír. pokr.)	KLARUŠ	Můstek	5.-8.8.	Po-Čt 18:00-19:00	16	390 Kč	440 Kč	520 Kč	180 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	TESS	Můstek	5.-9.8.	Po-Pá 19:15-20:15	16	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
High Heels (zač. a mír. pokr.)	LUCKA	JzP - stř.	5.-8.8.	Po-Čt 18:45-19:45	11	390 Kč	440 Kč	520 Kč	180 Kč
Twerk: choreo (zač. a mír. pokr.)	PAULA	Můstek	12.-16.8.	Po-Pá 18:00-19:00	16	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
House Dance (zač. a mír. pokr.)	HONZA	Můstek	12.-16.8.	Po-Pá 19:15-20:45	16	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Fitness lat-am tance pro ženy (zač. a mír. pokr.)	TEREZA	JzP - stř.	12.-15.8.	Po-Čt 17:30-18:30	11	390 Kč	440 Kč	520 Kč	180 Kč
Dance Workout (all levels)	LUCKA	JzP - stř.	12.-15.8.	Po-Čt 18:45-19:45	11	390 Kč	440 Kč	520 Kč	180 Kč
Jazz Dance (zač. a mír. pokr.)	IVANA	Můstek	19.-23.8.	Po-Pá 17:30-19:00	14	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	TESS	Můstek	19.-23.8.	Po-Pá 19:15-20:15	16	490 Kč	550 Kč	650 Kč	180 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	KATE	Můstek	26.-30.8.	Po-Pá 18:00-19:30	16	690 Kč	790 Kč	900 Kč	250 Kč

# Taneční škola Voilà: 5denní kurzy ČERVENEC, SRPEN 2019

## Přihlašování online na [www.tsvoila.cz](http://www.tsvoila.cz) v sekci "Přihlášky".

Po odeslání přihlášky Vám emailem pošleme pokyny k platbě bankovním převodem (platba do 3 pracovních dnů). Platba v hotovosti pouze po předchozí dohodě. Ceny uvedeny vč. DPH. Na letní kurzy se nevztahují studentské slevy. Kartou **MultiSport** lze použít v případě volné kapacity 3 pracovní dny před začátkem daného letního kurzu - registrujte se předem, budeme Vás informovat. **Storno podmínky:** V případě absence ze zdravotních důvodů vracíme 50 % ze zaplacené částky - nutno prokázat nejpozději do 22.9.2019.

Na kurzy LÉTO 2019 se vztahují **množstevní slevy** viz [www.tsvoila.cz](http://www.tsvoila.cz) (2. letní kurz 25 %, 3. letní kurz 50 %, 4. letní kurz zdarma). Slevy **nelze** kombinovat s jarními ani červnovými kurzy.

## Můstek - velký taneční sál (Školská 1736/12, Praha 1)

**Doprava:** cca. 5 min pěšky od stanice metra Můstek. **Parkování:** Karlovo nám. (3-5 min pěšky) - bez garance volného místa, 40Kč/h.

## JzP - střední taneční sál (Mánesova 1648/80, Praha 2)

**Doprava:** cca. 200 metrů od stanice metra Jiřího z Poděbrad. **Parkování:** ul. Vinohradská a Slezská (150-300 metrů pěšky) - bez garance volného místa, 30Kč/h.

**Letní 5denní kurzy jsou letní intenzivní kurzy konkrétního zaměření s jedním z vašich oblíbených lektorů. Zahrnují zpravidla 5 lekcí konkrétního tanečního stylu v rámci jednoho týdne, a to každý den od pondělí do pátku ve večerním čase (viz rozvrh).**

**Letní kurzy nenavazují na jaro ani červen. Pro přihlášení není podmínkou účast v jarním nebo červnovém kurzu. Kurzy označené "zač. a mír. pokr." a "all levels" jsou vhodné i pro úplné začátečníky (bez předchozích tanečních zkušeností).**

### **Balet: klasická taneční technika (zač. a mír. pokr.) ANEŽKA**

Kurz je zaměřen na výuku klasické taneční techniky (baletu). Struktura lekce je tvořena dle struktury klasického tanečního tréninku, tzn. cvičení u tyče a následně na volnosti (od jednodušších prvků k prvkům obtížnějším a bez opory tyče). Cílem kurzu je seznámení účastníků se základními baletními prvky a principy jejich provedení a radost z kultivovaného pohybu.

### **Contemporary Dance: choreo (zač. a mír. pokr.) ANEŽKA**

V rámci letního kurzu budeme celý týden pracovat na jedné choreografii. Nácvik a interpretace choreografie je hlavním cílem kurzu. Contemporary Dance vychází z osobnosti jednotlivého lektora či choreografa, je nepředvídatelný a odlišný od ostatních tanců, neboť spočívá v nalezení nenucenosti pohybu použitím přirozených linií těla a jeho energie. V této formě tance se velmi často objevují nepředvídatelné změny v rytmu, rychlosti a směru a pohybový materiál je inspirován různými tanečními technikami a styly.

## Taneční škola Voilà: 5denní kurzy ČERVENEC, SRPEN 2019

### **Contemporary Dance: floorwork (zač. a mír. pokr.) ANEŽKA**

Letní kurz se zaměřuje na získání specifické pohybové kvality, již je dosahováno vztahem k podlaze (floor work). Část lekce probíhá pohybem po podlaze, která nám zprostředkovává specifický zážitek z pohybu. Ten je poté v druhé části lekce přenesen do pohybu ve stoji a spolupráci ve skupině. Lekce jsou inspirovány technikou „Flying low“ a systémem „Continuum training system“.

Zkušenosti s nějakým druhem tance jsem výhodou, nikoliv podmínkou. Jednotlivé prvky lze uzpůsobit dle schopností a pokročilosti jednotlivců. Doporučený oděv: s dlouhým rukávem a dlouhými nohavicemi.

### **Contemporary Dance: improvizace & interpretace (all levels) MARIE**

Kurz se zabývá improvizací technikami, které, bez ohledu na styl tance, pomáhají vyjádřit individualitu tanečníka. Interpretační část je zaměřená na schopnost předat ucelenou vizi (v malém tréninkovém formátu) tanečním projevem.

### **Contemporary Dance: technika (all levels) MARIE**

V rámci 5denního kurzu postupně probereme hlavní technické prvky a technické oblasti (skoky, pády, floorwork, footwork atd.) stylu contemporary.

### **Contemporary Dance: variace (mír. a stř. pokr.) MARIE**

Během jednoho týdne se naučíme 2 různé a stylově odlišné variance z celé šíře stylu contemporary. Protože se budeme zaměřovat přímo na taneční variace a jejich interpretaci, nebude tolik času na rozbor jednotlivých prvků, a tak není workshop určen pro úplné začátečníky.

### **Dance Workout (all levels) LUCKA**

Chcete si v létě zapsilovat, zpevnit tělo a pořádně se zapotit do tanečních rytů? Tak právě pro Vás otevíráme intenzivní kurz Dance Workout s Luckou! Nečekejte ani ZUMBU, ani složité taneční choreografie. Bude to makačka, ale vhodná i pro úplné začátečníky. :)

### **Dancehall (zač. a mír. pokr.) KATE, TESS**

V rámci dancehallového týdne si protáhnete a zpevníte tělo, naučíte se taneční choreografii a odnesete si spoustu nových kroků a pohybů, které se vám budou na letních party hodit víc než kdy jindy. :)

### **Fitness lat-am tance pro ženy (zač. a mír. pokr.) TEREZA**

Kurz bude zaměřený na udržení kondice, zpevnění a tvarování postavy pomocí základních tanečních variací latinsko-amerických tanců.

### **High Heels (zač. a mír. pokr.) LUCKA**

Oblíbený jarní kurz tance na podpatcích s Luckou máte možnost navštěvovat také v létě ve formě intenzivního týdne (4 x 60 min). Vzhledem k zaměření choreografií je kurz určený výhradně pro ženy a dívky, není mužům přístupný.

### **Hip-hop (zač. a mír. pokr.) ROB**

Kurz hip-hopu s Robem je určený pro všechny, kdo s hip-hopem úplně začínají, nebo se mu nevěnují dlouho. Tenhle týden "probouncujete" v rytmu hip-hopu a s Robem se na lekcích zaručeně nebudete nudit!

## Taneční škola Voilà: 5denní kurzy ČERVENEC, SRPEN 2019

### House Dance (zač. a mír. pokr.) HONZA

V rámci letního kurzu si osvojíte základní elementy tanečního stylu House Dance. V pondělí se naučíme/zopakujeme několik základních kroků, s kterými budeme další dny pracovat. V úterý si k těmto krokům přidáme několik variant/rozšíření. Středa bude zaměřená na pohyb rukou a těla. Ve čtvrtek si vyzkoušíte práci s rytmem a muzikalitou. V pátek pak vše zapojíme do krátké vazby/choreografie. Kurzu se mohou zúčastnit i úplní začátečníci, ale musí počítat s lehce rychlejším tempem výuky.

### Hip-hop/Hype (zač. a mír. pokr.) INA

Kurz Hip-hop/Hype s Inou, která se vrací po delší době strávené v zahraničí, je vhodný jak pro začátečníky, tak pro ty z vás, kdo už nějaké (nevelké) zkušenosti máte. Tenhle týden "proboučíte" v rytmu hip-hopu a proskáčete "Running manem" na melodii devadesátek!

### Jazz Dance (zač. a mír. pokr.) IVANA

Na letním kurzu postupně probereme hlavní technické prvky a technické oblasti (izolace, otočky, skoky, kroková cvičení atd.) stylu jazz dance. Zároveň se naučíte variance na konkrétní hudbu.

### Jazz Dance: technika & variace (all levels) MARIE

Na letním kurzu postupně probereme hlavní technické prvky a technické oblasti (izolace, otočky, skoky, kroková cvičení atd.) stylu jazz dance. Zároveň se naučíte variance na konkrétní hudbu. Měli bychom stihnout 2 různé a stylově odlišné variace.

### Jóga a pránájáma (all levels) MARIE

Workshop bude věnován jak nácviku základních i pokročilejších pozic (ásan), tak i úvodních cvičení z oblasti pránájámy. Vše včetně adekvátního výkladu ohledně vyučovaných technik. Před lekcí je vhodné alespoň 3 hodiny nejíst.

### K-pop/MTV Dance (zač. a mír. pokr.) WEE

K-pop jakožto taneční styl čerpá ze všech tanečních stylů, které známe, proto pokud si někdo není jistý, co by ho mohlo bavit, nebo by si jen chtěl zkusit něco nového, pak by pro něj tento kurz mohl být velmi zajímavou zkušeností. V druhé části kurzu se budeme věnovat MTV Dance, který stejně tak jako k-pop mixuje více tanečních stylů a jde tam spíše o to, aby si každý v dané sestavě našel svůj vlastní způsob, jakým ji podá.

### Latinsko-americké tance pro ženy (zač. a mír. pokr.) MARCELA

Čeká vás Samba, Chacha, Rumba a Jive - vše v sólovém provedení. Kurz vhodný především pro začínající tanečnice, mohou se ale zúčastnit i mírně pokročilé.

### Moderní výrazový tanec: technika (zač. a mír. pokr.) ANEŽKA

V rámci letního kurzu budeme pracovat především s principy vycházejícími z metody Isadory Duncan. Jedná se o metodu vycházející z fyziologických a fyzikálních možností těla respektující anatomii a fyziologii každého jednotlivce. Důraz je kladen na správné provedení pohybu a zážitek z tance. Proto jsou prvky učeny s důrazem na jejich správné pochopení a následně provedení. Cílem lekcí je rozvoj všestranné zdatnosti těla (jak po stránce fyzické kondice, tak po stránce flexibility a rozšíření pohybového slovníku) a radost z pohybu. V lekcích jsou učeny jednotlivé prvky, které jsou následně využívány v kratších variacích. Zkušenosti s nějakým druhem tance jsem výhodou, nikoliv podmínkou. Jednotlivé prvky lze uzpůsobit dle schopností a pokročilosti jednotlivců. Moderní výrazový tanec je tanec vznikl původně pro divadelní scénu, nicméně v neprofesionální sféře slouží k radosti z pohybu a umění práce s vlastním tělem. Cílem moderního tance je vyjádření příběhu, myšlenky nebo pocitu.

## Taneční škola Voilà: 5denní kurzy ČERVENEC, SRPEN 2019

### **MTV Dance (zač. a mír. pokr.) ALINA**

Na letním kurzu MTV Dance se naučíte choreografii, potrénujete pohybovou paměť a rozhýbete celé tělo na populární hudební hity.

### **Poppin' (zač. a mír. pokr.) INA**

Kurz Poppin' Inou, která se vrací po delší době strávené v zahraničí, je vhodný jak pro začátečníky, tak pro ty z vás, kdo už nějaké (nevelké) zkušenosti máte. Chcete se naučit zasekávané pohyby, vlnu nebo robota? Tohle je kurz pro Vás!

### **Salsa a bachata pro ženy: choreo (zač. a mír. pokr.) VERU**

Na letním kurzu se naučíte choreografii složenou jak ze základních, tak lehce pokročilejších kroků tanečních stylů salsa a bachata. Kromě samotných kroků se lektorka zaměří na techniku provedení a pohyb rukou, aby tanec působil ladně a žensky.

### **Street Dance: kardio (zač. a mír. pokr.) KLARUŠ**

Zatančíme si snadné opakující se streetové variace s cílem se pořádně zapotit a užít si zábavu. Vhodné pro začátečníky tancem nepolíbené i pro pokročilé, kteří se chtějí pomocí streetových stylů hlavně zapotit.

### **Twerk: choreo (zač. a mír. pokr.) PAULA**

V rámci letních kurzů Twerku se můžete těšit na choreografie na konkrétní hudbu. Kurzy jsou vhodné jak pro začátečnice, tak mírně pokročilé tanečnice.