

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO 2019

	Lektor	Sál	Termín	Čas	Kapacita (# osob)	Cena	
						platba do 15.3.	pozdější platba
Kontaktní improvizace (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	Ne 10.3.	10:00-13:00	14	280 Kč	-
Animation, Body Control & Urban Choreo (zač. a mír. pokr.)	IVOUS	Můstek	Ne 17.3.	10:00-12:00	16	190 Kč	240 Kč
Jóga pro tanečnický (all levels)	MARIE	Můstek	So 23.3.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Twerk (zač. a mír. pokr.)	PAULA	JzP malý	So 23.3.	11:30-13:00	9	140 Kč	180 Kč
Hip-hop: freestyle (zač. a mír. pokr.)	ROB	Můstek	Ne 24.3.	10:00-11:30	16	140 Kč	180 Kč
Contemporary Dance: partnering (all levels)	MARIE	Můstek	So 30.3.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Afrohouse (zač. a mír. pokr.)	RADUŠ	Můstek	Ne 31.3.	11:00-12:15 + 12:30-13:45	16	190 Kč	240 Kč
High Heels (zač. a mír. pokr.)	ALINA	JzP střední	Ne 31.3.	10:00-11:30	12	140 Kč	180 Kč
Contemporary Dance: improvizace & Interpretace (all levels)	MARIE	Můstek	So 13.4.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Salsa: akrobacie (zač.)	JONÁŠ & MÍŠA	Můstek	Ne 14.4.	10:00-12:00 + 13:00-15:00	8 párů	750 Kč / pár	950 Kč / pár
Hip-hop (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 14.4.	10:00-11:30	12	140 Kč	180 Kč
House Dance (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 14.4.	12:00-13:30	12	140 Kč	180 Kč
Balet: klasická taneční technika (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	So 27.4.	9:30-11:00	14	140 Kč	180 Kč
Contemporary Dance: floorwork (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	So 27.4.	11:30-13:00	14	140 Kč	180 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	TESS	Můstek	Ne 28.4.	10:00-11:00 + 11:15-12:15	16	190 Kč	240 Kč
Street Dance: choreo & muzikalita (zač. a mír. pokr.)	KLARUŠ	JzP střední	Ne 28.4.	10:00-11:30	12	140 Kč	180 Kč
Jóga a pránájáma (all levels)	MARIE	Můstek	So 4.5.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Dancehall: female (zač. a mír. pokr.)	NOEMI	Můstek	Ne 5.5.	10:00-11:30	16	140 Kč	180 Kč
Contemporary Dance: partnering (all levels)	MARIE	Můstek	So 11.5.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Kuduro (zač. a mír. pokr.)	RADUŠ	Můstek	Ne 12.5.	11:00-12:15 + 12:30-13:45	16	190 Kč	240 Kč
Dancehall: fusion (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 12.5.	10:00-11:30	12	140 Kč	180 Kč
High Heels (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 12.5.	12:00-13:30	12	140 Kč	180 Kč
Twerk (zač. a mír. pokr.)	PAULA	JzP malý	So 18.5.	11:30-13:00	9	140 Kč	180 Kč
House Dance: freestyle (zač. a mír. pokr.)	HONZA	Můstek	Ne 19.5.	10:00-11:30	14	140 Kč	180 Kč
Contemporary Dance: improvizace & Interpretace (all levels)	MARIE	Můstek	So 25.5.	9:00-12:00	14	280 Kč	350 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	TESS	Můstek	Ne 26.5.	10:00-11:00 + 11:15-12:15	16	190 Kč	240 Kč
Latino mix pro ženy (zač. a mír. pokr.)	TEREZA	Můstek	So 1.6.	10:00-11:30 + 12:30-14:00	16	280 Kč	350 Kč
Floorwork (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	Můstek	Ne 2.6.	11:00-12:30	14	140 Kč	180 Kč
Dancehall: fusion (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 9.6.	10:00-11:30	12	140 Kč	180 Kč
Ladies Choreo (zač. a mír. pokr.)	LIBUŠKA	JzP střední	Ne 9.6.	12:00-13:30	12	140 Kč	180 Kč

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO 2019

Přihlašování online na 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 workshopy se nevztahují studentské ani množstevní slevy. **Kartu MultiSport** lze použít v případě volné kapacity 2 dny před daným workshopem - registrujte se předem, budeme Vás informovat. **Storno podmínky:** V případě absence ze zdravotních důvodů vrátíme 50 % ze zaplacené částky - nutno prokázat do 7 dnů po uskutečnění workshopu.

AKCE!! Přihlásíte-li se na více workshopů **probíhající ve stejný den** (např. Balet+Contemporary, Dancehall+High Heels apod.), dostanete od nás **20% slevu na druhý workshop!**

Můstek - velký 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 sál, malý 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.

Afrohouse (zač. a mír. pokr.) RADUŠ

Workshop je zaměřený na techniku a základní kroky tanečního stylu Afrohouse. Kroky, které se naučíte v první polovině lekce, si protancujete v rámci taneční variace v druhé polovině workshopu.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Animation, Body Control & Urban Choreo (zač. a mír. pokr.) IVOUS

Naučíme se různé techniky Body Control, které nejenže posilují tělo pro tanec, ale pomáhají ho lépe ovládat ve freestylu i choreografii. Tyto techniky pak v druhé půlce využijeme v Urban choreografii, tj. stylu choreografie, který frčí hlavně v LA a typicky přesně sedí na danou písničku.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Balet: klasická taneční technika (zač.) ANEŽKA

Workshop klasické taneční techniky (baletu) je zaměřený na pochopení základních prvků a principů baletu. Je určen pro ty, kteří si chtějí vyzkoušet či zopakovat, co to znamená „dělat balet“. Lekce je vystavěna dle klasické struktury hodiny, tzn. základní baletní cvičení dle daného pořadí u tyče i na volnosti. Naučíme se základní pozice nohou a paží a budeme pracovat na rozvoji tanečnosti, elegance, síly a správnosti pohybu.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

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

Na workshopu se naučíte základy i lekce pokročilejší techniky tance na zemi v rámci tanečního stylu Contemporary Dance.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Contemporary Dance: improvizace & interpretace (all levels) MARIE

Workshop 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. Workshop je vhodný pro tanečnický všech stylů tance, je zaměřený na rozvoj osobitého tanečního stylu.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO 2019

Contemporary Dance: partnering (all levels) MARIE

Lekce tance s partnerem podle moderních přístupů tanečního a fyzického divadla. Vhodné i pro úplně začátečníky - taneční partnery vybíráme až na lekci a často je střídáme. Vysvětlíme si základní principy moderního partneringu a postupně si ukážeme jejich aplikaci nejen v různých cvičeních, ale i ve finální variaci. Workshop vhodný pro všechny úrovně pokročilosti.

Není vůbec nutné se přihlašovat v páru!

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Dancehall (zač. a mír. pokr.) TESS

Na workshopu potrénujete techniku, kroky a naučíte se krátkou krokovou variaci.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Dancehall: female (zač. a mír. pokr.) NOEMI

Na workshopu potrénujete techniku, kroky a naučíte se krátkou krokovou variaci. Lekce je zaměřená vyloženě na ženské pohyby, není mužům přístupná.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Dancehall: fusion (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink. Čeká Vás lekce osobitého stylu Libušky, která Dancehall mixuje s dalšími tanečními styly.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Floorwork (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Na workshopu se naučíte základy i lehce pokročilejší techniky tance na zemi. Workshop s Libuškou kombinuje techniku a prvky zejména Contemporary Dance, Break Dance a House Dance.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

High Heels (zač. a mír. pokr.) ALINA, High Heels (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Hip-hop (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Hip-hop: freestyle (zač. a mír. pokr.) ROB

Workshop je určený pro všechny, kdo mají zájem zlepšit svou taneční improvizaci (freestyle) v rámci tanečního stylu hip-hop. Formou dílčích zadání Vám lektor pomůže v sobě najít to, co už ve Vás je, ale zatím jste to neuměli aktivně použít. Workshop je vhodný zejména pro začínající a mírně pokročilé tanečníky.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

House Dance (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

House Dance: freestyle (zač. a mír. pokr.) HONZA

Workshop je určený pro všechny, kdo mají zájem zlepšit svou taneční improvizaci (freestyle) v rámci tanečního stylu house dance. Formou dílčích zadání Vám lektor pomůže v sobě najít to, co už ve Vás je, ale zatím jste to neuměli aktivně použít. Workshop je vhodný zejména pro začínající a mírně pokročilé tanečníky.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO 2019

Jóga a pránájáma (all levels) MARIE

Workshop Jóga a pránájáma bude věnován jak nácvičku základních i pokročilejších pozic (ásan), tak i úvodních cvičení z oblasti pránájámy. Vše včetně adekvátního výkladu ohledně vyučovaných technik. Workshop vhodný pro všechny úrovně pokročilosti. Pro pokročilejší: pokud chcete, aby bylo Vaše cvičení efektivnější, dodržte 3 dny předem veganskou dietu.

S sebou: Oblečení na cvičení, pití.

Jóga pro tanečnický (all levels) MARIE

Workshop je zaměřený na vysvětlení principů správného držení těla, efektivního posilování a protahování s celkovým zohledněním větší taneční tréninkové zátěže. Workshop je určený pro tanečnický i netanečnický všech úrovní a stylů.

S sebou: Oblečení na cvičení, pití.

Kontaktní improvizace (zač. a mír. pokr.) ANEŽKA

Workshop se věnuje navázání kontaktu a „spolupráce“ s tanečním partnerem. V rámci workshopu je kontaktní improvizace možností naučit se naslouchat druhým. Na základě daných pravidel a principů může člověk svobodně zkoušet a hledat vzájemný vztah s ostatními. Cílem je vybudovat si vzájemnou důvěru a otevřenost, díky kterým je možné rozvíjet své fyzické schopnosti a dostávat se tak do neobvyklých pohybových možností a zážitků. **Pro účast na workshopu není vůbec nutné přijít s partnerem!** Přivedete-li si svého partnera, se kterým budete chtít workshop absolvovat, je to vítané a bude brán ohled na to, abyste byli spolu ve dvojici v případě zájmu, ale není to nutné. **Předešlé taneční zkušenosti jsou výhodou, ale ne podmínkou. Velmi jsou vítáni tanečníci různých tanečních stylů.**

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Kuduro (zač. a mír. pokr.) RADUŠ

Workshop je zaměřený na techniku a základní kroky tanečního stylu Kuduro. Na workshopu budeme pracovat s boky a pánví v rámci tohoto tanečního stylu a také se naučíte krátkou variací na hudbu.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Ladies Choreo (zač. a mír. pokr.) LIBUŠKA

Na workshopu potrénujete techniku, kroky a naučíte se krátkou krokovou variací.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Latino mix pro ženy (zač. a mír. pokr.) TEREZA

Při latinsko-amerických tancích je pohyb těla stejně důležitý, ne-li důležitější než samotné taneční kroky. Cílem workshopu proto bude rozhýbat a uvolnit tělo a odbourat zábrany spojené s pohybem těla do hudby. Využijeme prvky lat-am tanců (chacha, samba, ale i salsa nebo bachata) s prvky showdance spojené v rytmickou sestavu.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití, jídlo nebo peníze na lehčí oběd (11:30-12:30).

Salsa: akrobacie (zač.) JONÁŠ & MÍŠA

Ráno se roztancujeme a protáhneme a následně se v průběhu dne naučíme **4 JEDNODUŠŠÍ akrobatické figury:** "svíčka", "kyvadlo", "krk", "smrťák". Workshop je vhodný pro každého, kdo má se salsou jisté zkušenosti (není vhodný pro úplné začátečníky!!). Pokud navštěvujete kurzy pro začátečníky (ať už u nás, nebo jinde), určitě se nebojte, že byste úroveň fyzicky nezvládli. Harmonogram je spíše orientační - tréninky se přizpůsobí optimálnímu tempu výuky, aby se všichni naučili správně a bezpečně figury provést.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití, jídlo nebo peníze na lehčí oběd (12:00-13:00).

Street Dance: choreo & muzikalita (zač. a mír. pokr.) KLARUŠ

Taneční rozcvička, výuka techniky, choreografie, strečink.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.

Twerk (zač. a mír. pokr.) PAULA

Nejprve si vysvětlíme základní techniky Twerku a v druhé polovině lekce se naučíte krátkou choreografií.

S sebou: Taneční oblečení, boty na přezutí, pití.