

Víkendové workshopy TŠ Voilã JARO A LÉTO 2020

	Lektor	Sál	Termín	Čas	Kapacita (# osob)	Cena
House dance: freestyle (zač. a mír. pokr.)	HONZA	Můstek	So 16.5.	10:00-12:00	14	250 Kč
Dancehall (zač. a mír. pokr.)	TESS	Můstek	So 16.5.	14:00-15:30	14	180 Kč
K-pop (zač. a mír. pokr.)	HAYLEY	JzP střední	Ne 17.5.	13:30-15:00	11	180 Kč
Contemporary dance: improvizace (zač. a m.p.)	MARIE	Můstek	So 23.5.	9:00-12:00	14	350 Kč
Shuffle dance (zač. a mír. pokr.)	ALEX	JzP střední	So 23.5.	14:00-15:30	11	180 Kč
Twerk choreo (zač. a mír. pokr.)	PAULA	Můstek	Ne 24.5.	12:30-14:00	16	180 Kč
Contemporary balet (all levels)	ANEŽKA	Můstek	So 30.5.	9:00-11:00	14	250 Kč
Contemporary dance: variace (all levels)	ANEŽKA	Můstek	So 30.5.	11:15-13:15	14	250 Kč
K-pop (zač. a mír. pokr.)	DENISE	JzP střední	Ne 31.5.	12:45-14:45	11	250 Kč
Hype = oldschol hip-hop (zač. a mír. pokr.)	INA	Můstek	So 6.6.	15:00-16:30	16	180 Kč
Popping (zač. a mír. pokr.)	INA	Můstek	So 6.6.	16:45-18:15	16	180 Kč
Balet: klasická taneční technika (zač. a mír. pokr.)	ANEŽKA	Můstek	Ne 7.6.	9:00-11:00	14	250 Kč
Contemporary dance: floorwork (all levels)	ANEŽKA	Můstek	Ne 7.6.	11:15-13:15	14	250 Kč
Jóga pro tanečnice (all levels)	MARIE	Můstek	So 13.6.	9:00-12:00	14	350 Kč
Jazz dance: variace & technika (zač. a mír. pokr.)	MARIE	Můstek	So 13.6.	14:00-17:00	14	350 Kč
Hip-hop: freestyle (zač. a mír. pokr.)	ROB	JzP střední	So 13.6.	14:00-15:30	11	180 Kč
Paso doble (zač. a mír. pokr.) párový tanec	MARTIN	Můstek	Ne 14.6.	14:45-16:45	7 párů	480 Kč / pár
K-pop (zač. a mír. pokr.)	DENISE	JzP střední	Ne 21.6.	12:45-14:45	11	250 Kč
Jóga a pránájáma (all levels)	MARIE	Můstek	So 27.6.	9:00-12:00	14	350 Kč
Contemporary dance: variace (zač. a mír. pokr.)	MARIE	Můstek	So 27.6.	14:00-17:00	14	350 Kč
Body control & urban choreo (zač. a mír. pokr.)	IVOUS	Můstek	Ne 28.6.	13:30-14:30 + 14:45-15:45	16	250 Kč

Přihlašování online přes REZERVAČNÍ SYSTÉM na www.tsvoila.cz.

Nemáte-li dosud vytvořenou registraci do našeho rezervačního systému, **registrujte se přes www.tsvoila.cz**. Pokračujte přihlášením do rezervačního systému. Dále vyberte správný kalendář ("Můstek - velký sál", "JzP - střední sál") a posuňte se šipkami nad kalendářem na týden, kdy daný workshop probíhá. Všechny workshopy jsou označeny **oranžovou barvou**, abyste je snadno našli. Najedte kurzorem myši nad workshop a klikněte na "**Rezervovat**". Dále vyplníte jméno osoby, která na workshop dorazí (ve většině případů Vaše jméno) a zvolením formu platby (hotově/převodem/MultiSport) potvrdíte rezervaci. Automaticky Vám přijde email s informacemi a případně platebními údaji. Takto si můžete rezervovat libovolný počet workshopů.

Víkendové workshopy TŠ Voilá JARO A LÉTO 2020

Obchodní podmínky

Všechny ceny jsou uvedeny vč. DPH. Na workshopy se nevztahují studentské, párové ani věrnostní slevy. Více info k našim **tanečním lektorům** najdete na www.tsvoila.cz v sekci O nás. **Kartu MultiSport** lze použít v případě volné kapacity 2 dny před daným workshopem - zapište se na workshop předem (jako náhradník II), budeme Vás informovat emailem. **Storno podmínky:** Jestliže si rezervujete workshop a nemůžete z jakéhokoli důvodu dorazit, **je nutné rezervaci předem zrušit** - emailem (info@tsvoila.cz) či telefonicky (731142796). Pokud rezervaci předem nezrušíte, budeme Vám účtovat storno poplatek ve výši 100 % ceny workshopu. Zrušení rezervace workshopu je možné pouze emailem nebo telefonicky, rezervační systém Vám zrušení rezervace nepovolí. V případě absence ze zdravotních důvodů činí storno poplatek 50 % ze zaplacené částky - nutno prokázat do 7 dnů po uskutečnění workshopu.

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, malý 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.

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

Body control & urban choreo (zač. a mír. pokr.) IVOUS

První hodinku budeme věnovat zkoumání toho, jak různě můžeme kontrolovat tělo v pohybu a učit se jak takovou kontrolu natrénovat (např. skrz vlnění, stopky nebo různé textury). Druhou hodinku využijeme tyto "body control" techniky v rámci urban choreo ve spojení s konkrétní muzikalitou. Bude to užívačka, která pomůže rozvíjet freestyle i choreo, a to na každé úrovni, ať už je člověk začátečník nebo pokročilý.

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

Contemporary balet (all levels) ANEŽKA

Náplň workshopu vychází z pohybového materiálu a struktury klasické taneční techniky, která je obohacena o práci trupu jako v moderním či současném tanci. Tzn., že principy a kroky klasického baletu se pro nás stanou základem, který potom rozvedeme do prostoru a „roztančíme“.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Contemporary dance: floorwork (all levels) ANEŽKA

Floorwork neboli „práce na podlaze“ je v současném tanci (především v zahraničí) neoddelitelnou součástí tréninku tanečníka. Skrze floorwork se učíme porozumět zásadním pohybovým a fyziologickým principům lidského těla. Cílem workshopu je naučit účastníky pracovat se svým tělem efektivně a smysluplně, být schopen plynule přecházet mezi pohybem na podlaze a ve stoji a rozvíjet svůj pohybový potenciál. Workshop obsahuje technickou část a variaci.

Workshop čerpá inspiraci z Continuum Training System (viz youtube), Flying Low (viz youtube) a vývojové kineziologie.

S sebou: Ideálně oblečení s dlouhým rukávem a dlouhými nohavicemi, ponožky, pití.

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO A LÉTO 2020

Contemporary dance: improvizace (zač. a mír. pokr.) 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 tanečníky všech stylů tance, je zaměřený na rozvoj osobitého tanečního stylu.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Contemporary dance: variace (all levels) ANEŽKA

Na tomto workshopu se budeme věnovat nácvičku a interpretaci jedné či dvou tanečních variací.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Contemporary dance: variace (zač. a mír. pokr.) MARIE

Na tomto workshopu se budeme věnovat nácvičku a interpretaci jedné či dvou tanečních variací.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Dancehall (zač. a mír. pokr.) TESS

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

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.

Hype = oldschool hip-hop (zač. a mír. pokr.) INA

Taneční rozcvička, výuka techniky, choreografie, 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.

Jazz dance: variace & technika (zač. a mír. pokr.) MARIE

Workshop je zaměřený na vysvětlení základních i pokročilých principů a prvků stylu Jazz dance. Na jejich procvičení bude věnováno více času, než je možné v rámci běžného kurzu, a tak si postupně vybudujeme pevný technický základ, o který se tanečník může v budoucnu dobře opřít. V druhé polovině se budeme věnovat nácvičku a interpretaci jedné či dvou tanečních variací.

S sebou: Taneční oblečení, pití.

Jóga a pránájama (all levels) MARIE

Workshop Jóga a pránájama bude věnován jak nácvičku základních i pokročilejších pozic (ásan), tak i úvodních cvičení z oblasti pránájamy. 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.

Víkendové workshopy TŠ Voilà JARO A LÉTO 2020

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.

K-pop (zač. a mír. pokr.) DENISE, HAYLEY

Krátká taneční rozcvička, stretching a pak už Vás čeká choreografie na některý ze současných hitů.

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

Popping (zač. a mír. pokr.) INA

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink.

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

Shuffle dance (zač. a mír. pokr.) ALEX

Taneční rozcvička, výuka techniky, kroková variace, strečink.

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

Paso doble (zač. a mír. pokr.) MARTIN

Na workshopu se zaměříme na tanec Paso doble, který se běžně v tanečních kurzech neprobírá. Dozvíte se jak správně tančit základní figury a naučíme se jednoduchou krokovou sestavu.

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

Twerk: choreo (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, chrániče kolen nebo nedkolenky, pití.