

Krúžky s BelluGym na vašej škole

Moderná gymnastika a show dance

Pre koho: 1.- 4. ročník

Pravidelnosť: 1 alebo 2 krát týždenne

Trvanie krúžku: 60 min.

Počet detí: 10– 20 detí



Súčasťou hodiny bude moderná gymnastika, ktorá je ladný, krásny umelecký ženský šport, ktorý spája prvky baletu, gymnastiky, divadelného tanca a akrobacie. S našimi gymnastkami budeme pracovať najprv na technike tela bez náčinia. Rozvíjajúc ich flexibilitu, zručnosť, správne držanie tela a ohybnosti. Tréningy obohatíme prácou s jednotlivými náčiniami ako je lopta, obruč, stuha, švihadlo a kužele na záver. Hodiny sú sprevádzané hudbou, smiechom a radosťou z pohybu. Show Dance je scénicky/výrazový tanec, ktorého hlavnou úlohou je stvárňovanie deja pomocou tanca a výrazu. Tanečníčky majú za úlohu priblížiť divákovi myšlienku, emócie a samotný príbeh, ktorý sa rozhodol tanečne spracovať. Predstavuje pre deti skvelý spôsob, ako sa naučiť nielen tancovať, ale aj hrať, zabávať, či divadelne tému znázorňovať.

Flexi and show girls

Pre koho: 5.- 7. ročník

Pravidelnosť: 1 alebo 2 krát týždenne

Trvanie krúžku: 60 min.

Počet detí: 10– 20 detí



Súčasťou hodiny je scénicky/výrazový tanec, ktorého hlavnou úlohou je stvárňovanie deja pomocou tanca a výrazu. Tanečníčky majú za úlohu priblížiť divákovi myšlienku, emócie a samotný príbeh, ktorý sa rozhodol tanečne spracovať. Predstavuje pre dievčatá skvelý spôsob, ako sa naučiť nielen tancovať, ale aj hrať, zabávať, či divadelne tému znázorňovať. Flexi je spojené so základmi modernej gymnastiky, kde sa dievčatá naučia ohybnosti, koordinácie tela a základy náčinie modernej gymnastiky ktoré si osvoja od prvej chvíle ako ho zoberú do rúk, nakoľko sú už vekovo vyspelejšie.

**Srdečne Vás pozývame na ukážkovú hodinu 13.1.2023 o 16-17.00 hod
ZŠ RUSOVCE/ telocvična prihlásenie a registrácia na webe Bellugym.**

Kontakt na objednanie a registráciu

Web: www.bellugym.sk/zsrusovce

mail: bellugym@gmail.com

tel.: **+421 904 832 333**

Sociálne siete: Facebook – BelluGym

Instagram – @bellugym

Krúžok od 1.2.2023 vždy Piatky 16-17.00 hod.

Cena: Polročne 159 Eur/ 20 lekcií / 1xtýždenne

