

Moderný tanec: 1.-2. ročník / 2.časť

Aneta G.

Petra H.

Ivana J.

Johana K.

Petronela L.

Nina S.

Nina P.

Ahojte dievčatá, veľmi pekne Vás pozdravujem.

Ospravedlňujem sa, minulý týždeň nenačítalo mi video, tak ste nemali možnosť si ho pozrieť. Posielam znova a vašou úlohou si bude nacvičiť z videa cvičenie od začiatku po štvrtú minútu aj dvadsať sekúnd (00:00-4:20).

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=vpCyqJnpqjI>

Ďalej Vašou úlohou si bude zopakovať:

- Kotúl smerom vpred
- Kotúl smerom vzad
- Dať DK (dolné končatiny za hlavu)
- Sviečka
- Kolo-mlynské
- Nožničky (obrátená poloha na HK (horné končatiny), nohy sa vo výške vystriedajú)
- Mostík

Dúfam, že sa Vám bude dariť a pre akékoľvek otázky ma môžete kontaktovať. Teším sa na spätnú väzbu vo forme fotky alebo videa.

S pozdravom Dominika ☺.