

Moderný tanec : 3.-4. ročník / 1. časť

Laura A.

Hana D.

Aine O. M.

Dominika M.

Lucia R.

Karin T.

Barbora Z.

Ahojte dievčatá, veľmi pekne Vás pozdravujem.

Úlohy z minulých týždňov stále platia a stále si môžete vytvoriť svoj tanečný projekt a opakovať si tanečné prvky z minulého týždňa. Nová úloha na nasledujúci týždeň je:

Pozrieť si video, kde sa precvičuje strečing celého tela. Podľa neho sa môžete doma rozecvičiť a ponáhľovať (celé telo), ako robievame aj na hodinách.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=2L2lnxIcNmo>

Ďalej si pozriete video – technické cvičenia, warm up. Z videa si môžete nacvičiť jednotlivé pohyby a doma pomaličky skúšať. Pohyby budeme využívať na tanečných hodinách, keď sa opäť stretneme.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=4hVroqIBlCo>

Teším sa na spätnú väzbu vo forme fotky alebo videa. Ak budeš mať nejaké otázky napíš mi. Teším sa na Vaše domáce zadania, s pozdravom Dominika ☺