

„W RYTMIE WAKACJI”

OBÓZ TANECZNY • 10-14 / 14-18 LAT

Program:

zajęcia taneczne: odbywać się będą codziennie i będą dostosowane do poziomu grupy; trening obejmie różne style tańca, aby każdy mógł je poznać i pogłębić swoje umiejętności w tych, które go najbardziej interesują; grupa wspólnie z instruktorem przygotowuje choreografię dostosowaną do jej poziomu i umiejętności.

Breakdance: rodzaj specyficznego i unikatowego tańca z dużą ilością elementów siłowo-sprawnościowych oraz kroków wykonywanych „w parterze”, czyli rękami i nogami na ziemi. Taniec ten narodził się w latach 70. w Bronksie, dzielnicy Nowego Jorku i jest on jednym z czterech podstawowych i nieodłącznych elementów kultury hip hop. W breakdance nie ma ścisłego zakresu ruchów, co odróżnia go od większości stylów tańca. Ruchy można tworzyć samemu w oparciu o znane wcześniej kombinacje.



Dancehall: styl tańca wywodzący się z lat 60. XX wieku z Jamajki. Swoją nazwę wziął od miejsca - wielkiej hali, na której Jamajczycy spotykali się, by wspólnie potańczyć. Kroki taneczne opierają się na odzwierciedlaniu codziennych czynności takich jak np. mycie okien czy zamiatanie podłogi. Efekt wizualny dancehall wzbudza zachwyt i przyprawia obserwatorów o dreszcze. Taniec jest bardzo szybki i żywy, a doskonała muzyka takich wykonawców, jak Sean Paul czy Bennie Man oznacza tylko jedno - niesamowicie dobrą zabawę.

Hip hop: to jedna z dziedzin artystycznych kultury hip hopu, która stale rozwija się i cieszy się coraz większym zainteresowaniem. Czerpie on inspirację ruchowe, zarówno z ulicy, jak i klasycznych elementów tańca stwarzając w ten sposób nieograniczone możliwości taneczne oraz nowatorskie rozwiązania choreograficzne. Nauka hip hopu pod okiem profesjonalnych tancerzy stwarza uczestnikom obozu możliwość indywidualnego rozwoju w tańcu, wyrażenia siebie za pomocą tańca, wyzwolenia masy pozytywnej energii.

New age: jest europejskim odpowiednikiem amerykańskiego La Style. Jest stylem typowo widowiskowym i salonowym. W odróżnieniu od New style'u, w którym największą rolę odgrywa zabawa, ma na celu stworzenie „show”, które obejrzy większa publiczność.

zajęcia sprawnościowe: triline (chodzenie i akrobatyczne ewolucje na taśmie), wykonywanie zadań w 3 osobowych „Spodniach Clowna”, wyścigi na szczudłach, nartach wielosobowych i w worach, zajęcia linowe (most linowy, drabinka king size, „skok zaufania”).

Cena podstawowa		Promocje 3 Pory Roku		
Turnus I - V	Turnus VI	ZIMOWA 20.12 - 09.02	WIOSENNA 24.02 - 05.04	LETNIA 20.04 - 31.05
1.949 zł	X	1.799 zł	1.849 zł	1.899 zł
X	1.549 zł	1.399 zł	1.449 zł	1.499 zł

- Promocje 3 Pory Roku - ilość miejsc ograniczona (decyduje kolejność zgłoszeń).
- Promocje 3 Pory Roku - łączą się z promocjami ze str. 3.



Ponadto:

- dodatkowe zajęcia taneczne zgodnie z oczekiwaniami zgłaszanymi przez uczestników obozu.
- stretching i relaksacja wieczorna.
- **zajęcia na TURNBOARDACH:** doskonalące technikę, balans i równowagę podczas kręcenia piruetów.
- możliwość indywidualnych konsultacji z instruktorem zgodnie z zainteresowaniem daną techniką.
- **gimnastyka ogólnorozwojowa:** poprawiająca i zwiększająca sprawność fizyczną i koordynację ruchową uczestników (z wykorzystaniem mat, piłek gimnastycznych i innych przyrządów).
- **projektowanie:** własnej koszulki tanecznej.
- obóz zakończy przedstawienie taneczne przygotowane przez uczestników pod okiem instruktora.

I pomoc: rozpoznawanie sytuacji zagrożenia życia, ocena obrażeń poszkodowanego, wzywanie pomocy, zabezpieczenie miejsca wypadku, tamowanie krwotoków i opatrywanie ran, transport rannego.

zajęcia wodne: zabawy i wyścigi w walcu i na bananie wodnym, skoki na wodnej trampolinie, „Mokra Siatkówka” oraz kąpiele.

wycieczki rowerowe: szlakami leśnymi tej części polskiego wybrzeża.

sport i rekreacja: „wieczór filmowy”, zaprawy poranne dla chętnych, **holi day** - obrzucanie się bezpiecznymi, kolorowymi proszkami, tańce integracyjne z uczestnikami innych obozów; **ogniska:** z pieczeniem kiełbasy.

Wskazane jest zabranie spodni i bluz dresowych, bawełnianych koszulek, obuwia sportowego typu adidasy lub trampki oraz ochraniaczy na kolana.

