



Soustředění Olomoucké divize ČSTS

20. října 2019

Tělocvična Slovanského gymnázia Olomouc, Pasteurova 19, 779 00 Olomouc

Trenéři:

Pavel Grepl – pohybová průprava, specialista na sportovní trénink a kondiční pohybovou přípravu

Miroslav Hýža – standardní tance, Vicemistr ČR ve standardních tancích

Tereza Jendrušková – latinskoamerické tance, finalistka mistrovství ČR v latinskoamerických tancích

Účastníci:

Všichni členové Olomoucké divize bez rozdílu věku a tříd, taneční partneři členů Olomoucké divize

Cena soustředění:

100 Kč člen Olomoucké divize, 300 Kč partner člena Olomoucké divize, v hotovosti při prezenci.

Náplň:

Základní techniky standardních a latinskoamerických tanců pro potřeby párů E, D; pohybová průprava; společný vedený practise; vedený strečink

Co s sebou:

Tréninkové vybavení na STT a LAT, sportovní oblečení na pohybovou přípravu, sálová sportovní obuv, karimatka na strečink (nepovinné). Jídlo a pití na půl dne. Partnerky musí mít chrániče podpatků.

Program:

12:30-13:00	Prezence
13:00-13:20	Rozcvička – Pavel
13:30-14:15	Standard – Miroslav
14:30-15:15	Latina – Tereza
15:30-16:15	Pohybová průprava – Pavel
16:30-18:00	Practise – Miroslav a Tereza
18:00-18:20	Strečink - Pavel

Za představenstvo OD Miroslav Hýža, předseda představenstva