

|  |
| --- |
| **High Heels dance** |
| **Icy heels project** |
| **Kurs tańca high heels level basic**  **Nauka tańca na szpilkach od podstaw. Na zajęciach oprócz ultra kobiecych choreografii poznamy technikę tańca na obcasach, nauczymy się slow walków , hair whipów, izolacji, plastyczności ciała i wielu innych niezbędnych umiejętności.**  **Niezbędnik każdej kursantki to :**   * **dobry humor,** * **chęć do pracy,** * **stabilne obcasy,** * **gotowość do stania się królową parkietu** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| Przygotuj się na wspaniałą |
| **LADIES DANCE**  **ICY LADIES DANCE**  **Kurs taneczny na poziomie basic**  **ICY LADIES DANCE  Mix stylów tanecznych połączonych w proste, efektowne, kobiece choreografię.  Czego się nauczysz ? Na zajęciach poznamy postawy technik tanecznych takich jak dancehall, bellydance, burleska, tance latino i wiele innych a wszystko to podczas nauki dostosowanych do poziomu uczestników choreografii.**   * **Mnóstwo energii**   **Jeszcze więcej dobrego humoru**   * **gotowość do robienia rzeczy niewykonalnych** |
| |  | | --- | | **STRETCHING**  **Rozciąganie ma na celu nie tylko uelastycznienie naszego ciała, ale przede wszystkim pogłębianie naszych zakresów. W trakcie warsztatów poznamy ćwiczenia wzmacniające i rozciągające oraz nauczymy się kontrolować nasze ciało podczas wykonywania ćwiczeń.** | |  | |
|  |

|  |
| --- |
| Przygotuj się na wspaniałą |