

# Centrum tance je otevřené matadorům i začátečníkům

27.11.2024

Ve studiu v Čáslavské ulici si můžete vyzkoušet exotické taneční styly nebo třeba relaxovat při cvičení jógy. Konají se tu pravidelné i otevřené kurzy.



Centrum tance provozuje v Praze tři pobočky. Ta na Floře má jeden sál a zázemí, kde najdete šatny, sprchy a taky společný prostor k posezení. Vybrat si tu můžete z kurzů zaměřených na orientální tance, flamenco a fitdance nebo třeba klidné protažení při józe. Podle zájmu účastníků doplňují nabídku další styly, jako je street dance nebo latino. Pokud potřebujete názornou ukázkou, pomůžou vám videa na youtubovém kanálu centra.

Výuka je rozdělená podle náročnosti na lekce pro začátečníky, mírně pokročilé a pokročilé. V případě, že si nejste jistí, do jaké kategorie patříte, můžete přijít na úvodní setkání a potom se rozhodnout, jestli absolvujete celý semestr. V pravidelných kurzech, kde na sebe jednotlivé hodiny navazují, se naučíte propracovanější choreografii. Pokud není u konkrétního kurzu uvedeno jinak, je možné začít ho navštěvovat i v průběhu semestru. Musíte ale počítat s tím, že držet krok s ostatními bude náročnější. Prakticky kdykoliv během roku se potom můžete hlásit do otevřených kurzů. V těch na sebe jednotlivé hodiny nenavazují a lektoři na každé setkání vytvářejí novou sestavu.

V centru ale trénují i závodní týmy. „Pravidelně se tu scházejí dvě z našich tanečních skupin — Rosas se věnují flamencu, Matahari orientálnímu tanci. Matahari je velmi úspěšná skupina, která zrovna před pár týdny vyhrála na soutěži Hvězda Orientu dvě zlaté medaile,“ upozorňuje Lucie Nekolná z Centra tance. Máte-li chuť se k jedné ze skupin přidat a zajímají vás podrobnosti, kontaktujte nejdřív lektorky e-mailem nebo se zastavte přímo v Čáslavské ulici. Dozvíte se například to, jaké pomůcky budete v rámci konkrétního kurzu potřebovat. Záleží jenom na vás, jestli si pořídíte speciální oblečení a boty. Tančit a cvičit můžete totiž i naboso. Další informace najdete na webu [centrumtance.cz](http://centrumtance.cz).