

Plakaty informacyjne

SPOLEČNĚ TANEČNÍM KROKEM

PÁTEK 11.10.2024

- 13:00-14:00 PŘÍJEZD SKUPINY Z ČESKÉ REPUBLIKY, UBYTOVÁNÍ
15:00-16:00 INTEGRAČNÍ SEMINÁŘE
16:00-18:00 WORKSHOP SHINRIN YOKU - KOUPÁNÍ V LESE - SPOLEČNÉ MEZINÁRODNÍ AKTIVITY VE SKUPINOVÉM PROCESU
18:00-19:00 VEČEŘE
19:00-20:00 WORKSHOP - RELAXAČNÍ CVIČENÍ PROSTŘEDNICTVÍM INTUITIVNÍHO - SPONTÁNNÍHO TANCE A JEHO VÝZNAM V MÉM ŽIVOTĚ

SOBOTA 12.10.2024

- 08:00-09:00 GYMNASTIKA POD ŠIRÝM NEBEM
09:00-10:00 SNÍDANĚ
10:00-13:00 WORKSHOP - VOLITELNÉ AKTIVITY, VÝUKA TANEČNÍCH KROKŮ
13:00-14:00 OBĚD
15:00-18:00 WORKSHOP - OPAKOVÁNÍ KROKŮ, VÝUKA TANCŮ
18:00-19:00 VEČEŘE
19:00-21:00 WORKSHOP - 2 SVĚTOVÉ TANCE, INTEGRAČNÍ TANCE

NEDĚLE 13.10.2024

- 8:00-09:00 WORKSHOP POHYBOVÝCH AKTIVIT V PŘÍRODĚ
9:00-10:00 SNÍDANĚ
10:00-13:00 WORKSHOP - POHYB JE ŽIVOT, POHYB V Tanci, ŽIVOT S RADOSTÍ
13:00-14:00 UKONČENÍ WORKSHOPU - HODNOCENÍ, ZPĚTNÁ VAZBA
14:00-15:00 OBĚD, ROZLOUČENÍ S ČESKOU SKUPINOU

Interreg



Spolufinancováno
Evropskou unií



Euroregion
Praděd/Pradziad

Česko - Polsko

Projekt je spolufinancován z programu Interreg Česká republika - Polsko 2021-2027 v rámci Fondu malých projektů Euroregionu Praděd.

RAZEM TANECZNYM KROKIEM

PIĄTEK 11.10.2024

- 13:00-14:00 PRZYJAZD GRUPY Z CZECH, ZAKWATEROWANIE
15:00-16:00 WARSZTATY INTEGRACYJNE
16:00-18:00 WARSZTATY SHINRIN YOKU- LEŚNA KĄPIEL- WSPÓLNE
DZIAŁANIA MIĘDZYNARODOWE W PROCESIE GRUPOWYM
18:00-19:00 KOLACJA
19:00-20:00 WARSZTATY- ĆWICZENIA ROZLUŹNIAJĄCE POPRZECZ TANIEC
INTUACYJNY- SPONTANICZNY ORAZ JEGO ZNACZENIE W MOIM
ŻYCIU

SOBOTA 12.10.2024

- 08:00-09:00 GIMNASTYKA W PLENERZE
09:00-10:00 ŚNIADANIE
10:00-13:00 DZIAŁANIA WARSZTATOWE- ZAJĘCIA FAKULTATYWNE, NAUKA
KROKÓW
13:00-14:00 OBIAD
15:00-18:00 WARSZTATY - UTRWALANIE KROKÓW, NAUKA TAŃCÓW
18:00-19:00 KOLACJA
19:00-21:00 WARSZTATY- 2 TAŃCE DOOKOŁA ŚWIATA, TAŃCE
INTEGRACYJNE

NIEDZIELA 13.10.2024

- 8:00-09:00 WARSZTATY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ W PLENERZE
9:00-10:00 ŚNIADANIE
10:00-13:00 WARSZTATY – RUCH TO ŻYCIE, RUCH W TAŃCU, ŻYCIE Z
PRZYJEMNOŚCIĄ
13:00-14:00 ZAKOŃCZENIE WARSZTATÓW
14:00-15:00 OBIAD, POŻEGNANIE CZESKIEJ GRUPY

Interreg



Współfinansowane
przez Unię Europejską



Euroregion
Praděd/Pradziad

Czechy - Polska

Projekt współfinansowany ze środków programu Interreg Czechy - Polska 2021-2027 w ramach Funduszu Małych Projektów Euroregionu Pradziad.