



Opublikowano na *Kultura* (<https://kultura.gliwice.eu>)

[Strona główna](#) > Tańce w kręgu

Tańce w kręgu

Dodano: 20.02.2018 / [pdf](#) ^[1]

Tematyka wydarzenia:

warsztaty taneczne

Organizator:

Stacja Artystyczna Rynek

Tańce w kręgu – tańce wywodzące się z ludowych melodii bałkańskich, żydowskich, greckich oraz innych narodów. Tańce opracowywane są w bardzo prostych układach kroków, łatwych nawet dla tzw. „antytalentów”.

Każdy człowiek posiada swój własny chód, gesty i mimikę. Są one indywidualne i rzadko kiedy zmieniają się z biegiem lat. Taniec, z jednej strony pomaga nawiązać lepszy kontakt z własną indywidualnością, lepiej ją rozumieć i wyrażać, sprzyja przejawianiu szczerości i spontaniczności. Oprócz tego, rozwija elastyczność ciała, zwiększa sprawność fizyczną i koordynację ruchów, zwiększa zdolność koncentracji, wyrabia pamięć, podnosi samoocenę.

Pojawia się większa samokontrola, człowiek staje się bardziej swobodny, atrakcyjny i zadowolony. Z drugiej strony taniec w kręgu uczy jak łączyć własną indywidualność z indywidualnością innych ludzi, rozwija poczucie wspólnoty i zaufanie. Jest sposobem na dobrą grupową zabawę.

Spotkanie taneczne poprowadzi Joanna Sarre, pomysłodawca i koordynator spotkań w ramach CIS (Centrum Inicjatyw Społecznych). Zajęcia odbywają się regularnie w Filii GCOP przy ul. Barlickiego w Gliwicach.

Wstęp wolny, wymagane wygodne obuwie, a nie szpilki, i dobry humor.

Zapisy: zapisysar@gmail.com ^[2].

Miejsce wydarzenia:

Stacja Artystyczna Rynek (Rynek 4–5)

Czas wydarzenia:

piątek, Marzec 2, 2018 - 17:00 do 19:00



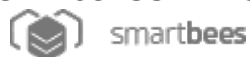
Kategorie wydarzenia:

Kulturalne [3]

Warsztaty [4]

© 2017 UM Gliwice - Wszelkie prawa zastrzeżone

Miejski Serwis Internetowy Gliwice ISSN 1734-5480 Projekt i realizacja:



Źródłowy URL: <https://kultura.gliwice.eu/wydarzenia/kulturalne-warsztaty/2018-03-02/tance-w-kregu>