

Název vzdělávací akce/kód	Relaxace tancem/kód CS6	
Anotace	Inspirování tanečním rytmem budeme poznávat charakter a temperament různých druhů původních tanců. Spíš, než o výuku krokových variací, nám půjde o prožitek a radost z pohybu bez tlaku na zvládnutí přesných postupů. V tanci budeme poznávat sami sebe a hledat vyjádření pohybem. Přes zvolená taneční témata budeme směřovat ke spontánnímu plynutí v tanci v rytmu hudby. Hravou formou se zaměříme na prohlubování základních pohybových dovedností jako je stabilita, obratnost, ladnost, uvolnění, protažení. V rámci výuky budou využívány relaxační a dechové techniky.	
Pořadatel akce	U3V UJEP	
Lektor vzdělávací akce	Ing. Lenka Semerádová	
Kontaktní osoba (tel., e-mail)	Bc. Dana Masopustová, Veronika Sládková, tel.: 727 812 381; 475 286 238; e-mail: dana.masopustova@ujep.cz, veronika.sladkova@ujep.cz	
Délka vzdělávací akce	Počet semestrů	4
	Počet hodin	24 (12 setkání x 2 hodiny)/semestr
Termín a čas konání akce	Čtvrtek 11 - 13 hodin	
Místo konání akce	Dům dětí a mládeže, Ústí nad Labem, tělocvična	
Maximální počet účastníků		
Minimální počet účastníků		
Forma ukončení vzdělávací akce (osvědčení, potvrzení aj.)		
Termín pro podání přihlášky	26.01.2026	
Cena vzdělávací akce	Celková cena za vzděl.akci	
	Poplatek za semestr	1300,-Kč
Termín pro zaplacení ceny		
Pokyny k platbě	Adresa	
	Název banky	ČSOB
	Číslo účtu	260112295/0300