



T. J. SOKOL PRAHA-HANSPAULKA NÁBOR DO TANEČNÍHO ODDÍLU NA ŠKOLNÍ ROK 2025/2026

Taneční a pohybové základy „aerobik hravou formou“

Taneční, baletní a gymnastická průprava, cvičení na nářadí, na jaře i atletika. Rozvíjíme všestrannost dětí, připravujeme vystoupení v rámci Sokola i Prahy 6.

V létě pořádáme v rámci tanečního oddílu letní tábor.

Pro děti od 6 do 13 let. Tréninky **v úterý a čtvrtek**

mladší 14:00 - 15:00

starší 15:00 - 16:00

nebo spojení 14:30 do 16:00 podle
naplněnosti dětí



Kondiční cvičení pro ženy a juniorky

Cvičení pro dobrou kondici, posilování, kruhový trénink, protahování s prvky jógy, cvičení s hudbou.

Pro ženy a juniorky. Tréninky **ve čtvrtek od 18.00 do 19.00.**

Motýlci

Hudebně pohybová výchova, základy baletu a jógy, tanečky na dětské říkanky a písničky.



Pro děti od 4(3) do 6 let, tančíme **ve čtvrtek od 17.00 do 17.45.**

Kontakt: Laura Petrovská, Melanie Terry
tel.: +420 773 505 205
+420 776 053 287
E-mail: tanecni.oddil@sokol-hanspaulka.cz
info@sokol-hanspaulka.cz
Web: <https://sokol-hanspaulka.cz/>
Facebook stránky: [Sokol Hanspaulka](#)

