



# TANEC

volný, spontánní  
meditace v pohybu

**kdy:**

každou středu 19.00 - 20.30 hod.

**kde:**

tělocvična ZŠ Štefánikova  
Pardubice



**informace:** [ema.studio@email.cz](mailto:ema.studio@email.cz) ☎ 608 067 127

## Na co se můžete těšit?

Tančovat lze pro radost ze souladu hudby, rytmu a těla, pro radost z jedinečného vyjádření vlastního pohybu.

## Tančit svým životem...

Volný, spontánní tanec je cesta sebeobjevování, cesta sebevyjádření. Je to skvělý způsob jak být tady a teď, dopřát si meditaci v pohybu, Tanec je prostor být sám se sebou, být sám sebou a ve skupině naopak být inspirován ostatními. Tanec je jednoduchou cestou k fyzickému i psychickému uvolnění, k radosti, svobodě a volnosti. Tanec je příjemným způsobem udržení pružné, „živé“ páteře, tělesné pružnosti, mládí, rozvoje kreativity...a ještě mnohem víc.

Tanec se má tančit, nelze ho zcela vpravit do slov.

**Přijďte si zatančit - sami uvidíte a ucítíte ...**

- Kde: tělocvična ZŠ Štefánikova, Pardubice náměstí Legií, vchod z Malé ulice
- Příspěvek na akci: 150,- Kč za celý večer  
zvýhodněná permanentka 10x za 100,- Kč





# TANEC

volný, spontánní  
meditace v pohybu

**kdy:**

každou středu 19.00 - 20.30 hod.

**kde:**

tělocvična ZŠ Štefánikova  
Pardubice



**informace:** [ema.studio@email.cz](mailto:ema.studio@email.cz) ☎ 608 067 127

## Na co se můžete těšit?

Tančovat lze pro radost ze souladu hudby, rytmu a těla, pro radost z jedinečného vyjádření vlastního pohybu.

## Tančit svým životem...

Volný, spontánní tanec je cesta sebeobjevování, cesta sebevyjádření. Je to skvělý způsob jak být tady a teď, dopřát si meditaci v pohybu, Tanec je prostor být sám se sebou, být sám sebou a ve skupině naopak být inspirován ostatními. Tanec je jednoduchou cestou k fyzickému i psychickému uvolnění, k radosti, svobodě a volnosti. Tanec je příjemným způsobem udržení pružné, „živé“ páteře, tělesné pružnosti, mládí, rozvoje kreativity...a ještě mnohem víc.

Tanec se má tančit, nelze ho zcela vpravit do slov.

**Přijďte si zatančit - sami uvidíte a ucítíte ...**

- Kde: tělocvična ZŠ Štefánikova, Pardubice náměstí Legií, vchod z Malé ulice
- Příspěvek na akci: 150,- Kč za celý večer  
zvýhodněná permanentka 10x za 100,- Kč

