

Zápočtové požadavky podzim 2021

1. Sestava se švihadlem:

- 8x přeskok přes švihadlo vpřed střídnonož (koničky)
- 4x bočné kruhy střídavě vpravo a vlevo
- 2x přeskok vpřed s meziskokem
- 2x přeskok vpřed
- 1x dvojšvih (nebo „vajíčko“)

2. Základní taneční kroky – aktivní znalost:

- Taneční chůze
- Taneční běh
- Krok poskočný
- Krok přísunný
- Cval
- Krok přeměnný
- Polka
- Řezanka
- Trojdup
- Valčík
- Waltz
- Cha-cha-cha
- Jive

3. Seminární práce – zpracovat 2 lidové tance dle pokynů „Ukázka seminární práce LT 2020“ vložených ve studijních materiálech