

TÁNCANFOLYAMOK:

KEDD-CSÜTÖRTÖK

- **17:00 - 18:00 óra: HIP-HOP Dance: Tánc öröme, Táncos közösség.** (Gyermek-Tini-Junior korosztály)
- **18:00 - 19:00 óra: LYRICAL Dance: Modern-Kortárs-Jazz-Balett, 'FLOW-élmény',**
érzelmek kifejezése, testi-lelki töltődés. (Junior-Felnőtt korosztály)
- **19:00 - 20:00 óra: HIGH HEELS Dance: Nőiesség, Magabiztosság, Önbizalom a Tánc**
által. (Felnőtt korosztály)

EGYÉNI TÁNCÓRÁK:

Magánórák, Esküvői tánc, Lánybúcsú/Születésnap/Meglepetés táncóra,
Szalagavató/Ballagási/Keringő, Osztály tánc, Egyéni elképzelések stb.

JELENTKEZÉS, BEIRATKOZÁS egész évadban folyamatos!

Gyere, csatlakozz Te is egy támogató, inspiráló táncos közösséghez vagy gyere egyénileg és táncolj, fejlődj, hozz ki magadból még többet, hogy a még jobb verzióddá válj!

"Everytime I dance I turn into a better version of me!"

TÁNCTANÁR:

Gräff Anikó

Modern-Kortárs Táncpedagógus, Rekreatív Sportedző, Női Jógaoktató

ELÉRHETŐSÉGEK:

Messenger: Gräff Anikó Táncos-Koreográfus

Telefon: +36/30 662-5487

E-mail: info(kukac)sunnydance.hu

Facebook: Sunny Dance Táncanfolyamok

Facebook: Gräff Anikó Táncos-Koreográfus

VIDEÓK:

YouTube csatorna: Anikó Gräff ***SUNNY DANCE***

HELYSZÍN:

A Táncanfolyamok helyszíne: Roxy Stúdió 5.táncterem, Budapest belvárosában, XIII. Tátra u. 4., Jászai Mari térnél (Nyugatitól pár perc)

Megközelítés: Metró: M3; Villamos: 4-6-os, 2-es; Busz: 9, 26, 91, 191, 226, 15, 115; Trolibusz: 75, 76-os.

Az egyéni, magánórákra több helyszíni lehetőség is van.

Keress bizalommal az elérhetőségeimen!

Szeretettel várlak a táncóráimon!



HIP-HOP
TÁNCANFOLYAM

Hip-Hop, Zene, Tánc, Barátok
Gyere csatlakozz egy táncos közösséghez
Szerezz barátokat és táncos élményeket!

Szeretettel várlak! :)

Gräff Anikó +36 30 662 5487
SUNNY DANCE
Roxy Stúdió info@sunnydance.hu
Bp. XIII. Tátra u. 4. www.sunnydance.hu
(Jászai Mari térenél)

*** HIP-HOP Táncanfolyam ***

□ A fiatalok megélhetik vidáman, felszabadultan a tánc és mozgás örömét, egy nagyszerű társaságban, táncos baráti közösségben.

□ A táncórákon Hip-Hop, RnB zenékre koreográfiák és táncos tréning által fejlődhetnek, kifejezhetik önmagukat, levezethetik az esetleges feszültséget és pozitív energiákkal töltődhetnek egy támogató csapatban.

□ Laza, dinamikus, energikus koreográfiákat sajátíthatnak el, élvezhetik a tánc felszabadító erejét.

□ A tánc, kedvező hatással van a gyermekekre, a fiatalokra, növeli az önbizalmat, a magabiztosságot, a kitartást, a szorgalmat, a koncentrációs és koordinációs készségeket, a ritmusérzéklet, a kreativitást stb.

□ Testi – lelki – mentális szinten is pozitív hatása van és a közösségi, társas, baráti kapcsolatok kialakításában egyaránt.

□ Lehetőség van, hogy tehetségüket, tudásukat egyre jobban kibontakozva megmutassák magukat.

□ Táncos videóban, táncbemutató alkalmával.

□ A táncórákon, Hip-Hop, RnB zenékre bemelegítés, erősítés, nyújtás, stílus lépések, mozdulatok, koreográfiák stb.

□ Táncos élmények és nagyszerű közösség.

☐ Szeretettel várom a táncos fiatalokat, akik szeretnének egy nagyszerű közösségben, csapatban táncolni, közös táncos élményekben részt venni, új barátokat szerezni és akár fellépéseken, versenyeken részt venni.

TÁNCÓRÁK: KEDD & CSÜTÖRTÖK, 17:00-18:00 ÓRA - Roxy Stúdió, 5.tánc terem, Cím: Bp. XIII. Tátra u. 4., Jászai Mari térenél

JELENTKEZÉS: Gräff Anikó Messenger, +36 30 662 5487, E-mail: info@sunnydance.hu

VIDEÓK: [YouTube csatornán, Anikó Gräff ***SUNNY DANCE***](#) (← Klikk)

Video 1.: MTV Család-Barát műsor

Video 2.: Fellépés - Lurdy Ház, Táncválasztó rendezvény

Video 3.: Let's Go - Belgium Hip-Hop táncverseny

Video 4.: Karácsonyi tánc

stb.



*** LYRICAL Táncetanfolyam ***

A modern, kortárs, jazz, balett stílusmozdulatokat egyesíti és általa szabadon megélhetjük magunkat, kifejezhetjük érzelmeinket és feltölthetünk lelkileg.

Éld meg Te is a könnyedség, áramlás, Flow élményt, éld meg a jelen pillanatot, add át magad az érzéseknek, töltődj fel lelkileg.

Az órát táncos bemelegítő tréninggel kezdjük, lazítunk, nyújtunk és ezután jön a koreográfia, Tánc. :)

Ha szeretnél kicsit a hétköznapi forgatagából kiszakadni, kikapcsolódni, lelassítani, töltekezni, magaddal foglalkozni, megadni az 'Énldőt'.

TÁNCÓRÁK: KEDD & CSÜTÖRTÖK, 18:00-19:00 ÓRA - Roxy Stúdió, 5.tánc terem, Cím: Bp. XIII. Tátra u. 4., Jászai Mari térenél

JELENTKEZÉS: Gräff Anikó Messenger, +36 30 662 5487, E-mail: info@sunnydance.hu

VIDEÓK: [YouTube csatornán, Anikó Gräff ***SUNNY DANCE***](#) (← Klickek)

Video 1.: Sam Smith - Fire on Fire

Video 2.: Lewis Capaldi - Rush

Video 3.: Hozier - Take Me To Church

Video 4.: Billie Eilish, Khalid – Lovely

Video 5.: Michelle Williams - Tightrope

[Y&T's restaurant, Aikō, Gaiō **SUNNY DANCE**](#) (Y&T's restaurant, aikō, gaiō sunny dance) 日: 日p.