

Mi a társastánc?



Társastánc

A társastánc fiú és lány közti, zenére való mozgásviszony. A Társastánc tanszak célja: törekedjen a táncművészet, azon belül a társastánc minél teljesebb megismerésére, segítse sajátos eszközeivel a tanulók személyiségének formálását.

Nincs is annál szebb, mikor egy pár egymásra hangolódva, érezve a másik szívdobbanását, egy ritmust lélegezve

táncol. A táncosok vidám és barátságos csapatban tölthetik szabadidejüket, ahol felszabadult és nyitott közegben épülhet testük-lelkük. A tánc szabadabbá és magabiztosabbá tesz, és nem utolsó sorban az egészséges életmód szerves része.

A gyermek minél hamarabb ismeri meg a mozgás örömét a tánc sokszínűsége által, annál könnyebben őrzi meg fittségét és az aktív élet iránti igényét. A közös kikapcsolódás egyik legnépszerűbb formája a társastánc. A társastáncon megtanulhat mindent, ami ahhoz kell, hogy kiálljon a táncparketre és átadja magát a különböző táncok ritmusának.

A társastánc egy jó program is, amivel szervezetünket felfrissíthetjük, jó társaságban átmozgathatjuk testünk, vidám emberek közt új kapcsolatokat teremthetünk. Ezen kívül boldogsághormonokat termel, mosolyt szerez a lefelé görbülő arcokra, a szíveket vidám állapotba hozza. Ráadásul a társastánc alkalmával sok mindenre fény derülhet. Milyenek vagytok együtt? Hogyan mozogtok? Összhang megvan? Ezekből párkapcsolati tényezőkre is lehet következtetni.