PLESNI STILOVI

Ritmika i ples

Ritmika je plesna aktivnost najprimjerenija djeci predškolske i mlađe školske dobi. Plešući ritmiku i ples razvijamo djetetetove bazne elemente: sluh, ritam, snagu, brzinu, spretnost, orijentaciju u prostoru, plesnost i koordinaciju. Vježbe rimike i plesa odvijaju se uz glazbu prilagođenu djeci predškolske i mlađe školske dobi, a ona je često popraćena pričom u kojoj djeca pokretom aktivno sudjeluju.

STEP

Step je vesela i ritmična vrsta plesa. Ono što proizvodi zvuk u stepu jest stopalo. Da bi zvuk bio jači, pleše se u cipelama sa metalnim pločicama na petama i prstima. Te pločice se zovu tepovi. U stepu, uz to što vidimo, istovremeno i čujemo ritmičke uzorke koje proizvode pokreti stopala. U tome je posebna čar i draž stepa. Trenirajući step razvijamo djetetetove bazne elemente: sluh, ritam, snagu, brzinu, spretnost i ritmičko-motoričku koordinaciju.

SHOW DANCE

Show dance je vrsta plesa koja obuhvaća gotovo sve plesne tehnike i stilove koji se mogu izvoditi u čistoj formi ili međusobno kombinirati. Također, uključeni su i elementi akrobatike, te kazališni elementi – svaka koreografija zapravo je predstava u malom, s pričom i odgovarajućim kostimima.

GIMNASTIKA

Gimnastika je sport koji uključuje serije pokreta koji zahtijevaju fizičku snagu, pokretljivost i osjećaj za tijelo u prostoru. Elementi gimnastike važan su dio našeg programa jer omogućuju našim članovima stjecanje gipkosti i izdržljivosti i izvođenje „trikova“ tj. gimnastičkoj elemenata koji se uklapaju i stapaju sa plesnim dijelovima u plesnu priču i poboljšavaju dojam cjelokupne koreografije te pokazuju tehničku spremnost plesača kod natjecateljskih koreografija i natjecanja.

BALET

Plesači svih plesnih tehnika redovito svoj plesni uspon počinju osnovama klasičnog baleta, ili se u svom plesnom radu susreću s njim. Tako je i naš program od početka prožet elementima baleta jer ga smatramo iznimno važnim za dobro upoznavanje i kontroliranje svoga tijela i plesnih pokreta i stjecanje plesnosti u cjelini.

DRUŠTVENI PLESOVI -

Pošto su društveni plesovi važan dio opće kulture, trudimo se naše članove upoznati i s osnovnim elementima društvenih i latino-američkih plesova kao što su Valcer (Engleski i Bečki), Polka, Tango, Cha-Cha-Cha, Samba, Rumba, Charleston, Can-Can i mnogi druge.

JAZZ DANCE

Jazz Dance je energičan plesni stil kojeg prije svega prezentira individualnost i originalnost plesača, karakteriziraju ga jedinstvenost pokreta, izolacije kontrakcije tijela, visoki skokovi te brzi okreti. Za kvalitetnu izvedbu u jazz dance-u potrebna je dobra osnova u baletnoj tehnici jer njome postižemo dobar balans i gracioznost u pokretu.

MODERN

Modern je vrsta plesa u kojoj je osnovna ideja demonstrirati, odnosno prenijeti osjećaje plesom i pokretom.

MJUZIKL

Mjuzikl je glazbeno-scensko djelo, u kojem se podjednaka važnost daje pokretu, glazbi i riječi. On ujedinjuje dramu, operu i balet te se stoga može nazvati totalnim teatrom.