

Tancerz nowoczesny wykonuje wysoki wyskok



kolorowanki.pl powered by nimatOlka

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06253



kolorowankioli.pl

K-06253 · Wiek 4-12 lat

Tancerz nowoczesny wykonuje wysoki wyskok

W tańcu nowoczesnym ważne są skoki i płynne przejścia między ruchami. Tancerz odbija się od podłogi i unosi w powietrzu z rozłożonymi rękami.

Ciekawostka

Żeby wysoko skakać, tancerze codziennie ćwiczą siłę nóg i rozciąganie. Mocne mięśnie pomagają wzbić się w górę i miękko wylądować.

Sugerowane kolory

Koszulka pomarańczowa, spodnie szare, podłoga sali jasnobrązowa, ściana niebieska.

Wskazówka dla rodzica

Pokaż dziecku, że rozgrzewka przed skakaniem chroni mięśnie przed kontuzją.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie