

## Malý sál

	15	16	17	18	19	20	21	22
Pondělí				JÓGA Ilonka 17:30-18:30	ZUMBA Diana 18:30-19:30			
Úterý				TABATA Diana 17:30-18:30	BŘÍŠNÍ TANCE (1 za 14 dní) Mona Gang trénink 18:30-20:00			
Středa				KARIBSKÉ TANCE tým Alta 17:00-18:30	BACHATA (Z) Honza 18:30-19:30	BACHATA (PZ) Honza 19:30-20:30		
Čtvrtek				KARIBSKÉ TANCE tým Alta 17:00-18:30	SALSA (Z) MaJa 18:30-19:30	SALSA (PZ) MaJa 19:30-20:30		
Pátek		SOLO LATINA (Z) Lukáš, Tatiana 16:00-17:00						
Sobota								
Neděle								

## Velký sál

	15	16	17	18	19	20	21	22
Pondělí				CHAIR DANCE Karolína Monika 17:30-18:30	STREČINK Karolína Monika 18:30-19:30	DANCE FITNESS Lucka 19:30-20:30	TK Dospělí (Z) Tatiana 20:30-22:00	
Úterý		PŘÍP. DĚTI (3-5 let) Tatiana 15:30-16:15	PŘÍP. DĚTI (6-12 let) Tatiana 16:30-17:30	PRACTISE (soutěžní) Tatiana 17:30-18:30			TK Dospělí (MP+P) Tatiana 20:30-22:00	
Středa		SYNCHRO LATINA Tatiana 15:30-16:30	SPORT. TANEC (ml.) Tatiana 16:30-17:30	TK Dospělí (Z) Tatiana 17:30-19:00	TANČÍRNA (pro veřejnost - 1 za 14 dní)			19:00-22:00
Čtvrtek		PŘÍP. DĚTI (3-5 let) Tatiana 15:30-16:15	PŘÍP. DĚTI (6-12 let) Tatiana 16:30-17:30	SEMINÁŘ (TPV, E) Tatiana 17:30-18:30				
Pátek			SOLO LATINA (MP) Lukáš, Tatiana 17:00-18:00	LADY DANCE (Z) Tess 18:00-19:00	LADY DANCE (MP) Tess 19:00-20:30			
Sobota								
Neděle					BŘÍŠNÍ TANCE Mona Gang trénink 18:30-20:00			

<span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:yellow; border:1px solid black;"></span>	Kurzy pro jednotlivce
<span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:blue; border:1px solid black;"></span>	Párové tance
<span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:green; border:1px solid black;"></span>	Sportovní tanec (soutěžní)

## Obecné informace o kurzech

- Doporučujeme, abyste do taneční školy přišli cca 15 minut před Vaším kurzem, abyste měli čas se v klidu převléct a zapsat na recepci. Naše taneční škola disponuje dvěma tanečními sály, obsluha na recepci vás vždy upozorní, na jakém sále se Vaše lekce koná. Na začátek svého kurzu můžete čekat v naší chill out zóně.
- Na baru je také možnost zakoupit si na trénink nápoj nebo drobné občerstvení, pokud vás na poslední chvíli přepadne hlad.
- Každý kurz je svým stylem specifický, pro oblečení však platí jednoduché základní pravidlo: pohodlné a pružné oblečení, které nijak nepřekáží v pohybu (legíny/tepláky/sukně/tričko), to samé platí pro obuv, která by neměla být příliš tvrdá, jinak by při pohybu spíše omezovala. Na společenské tance je dobré vyzkoušet již boty taneční (latinky/standardky). Zároveň vás prosíme, abyste upřednostnili boty s bílou podrážkou (pokud se nejedná přímo o boty taneční, kde šmouhy z černé podrážky tolik nehrozí).
- Více o jednotlivých tancích a kurzech najdete na webových stránkách v sekci *Nabídka TŠ Altadance*, *přihlašovací formulář viz sekce Kontakty*.