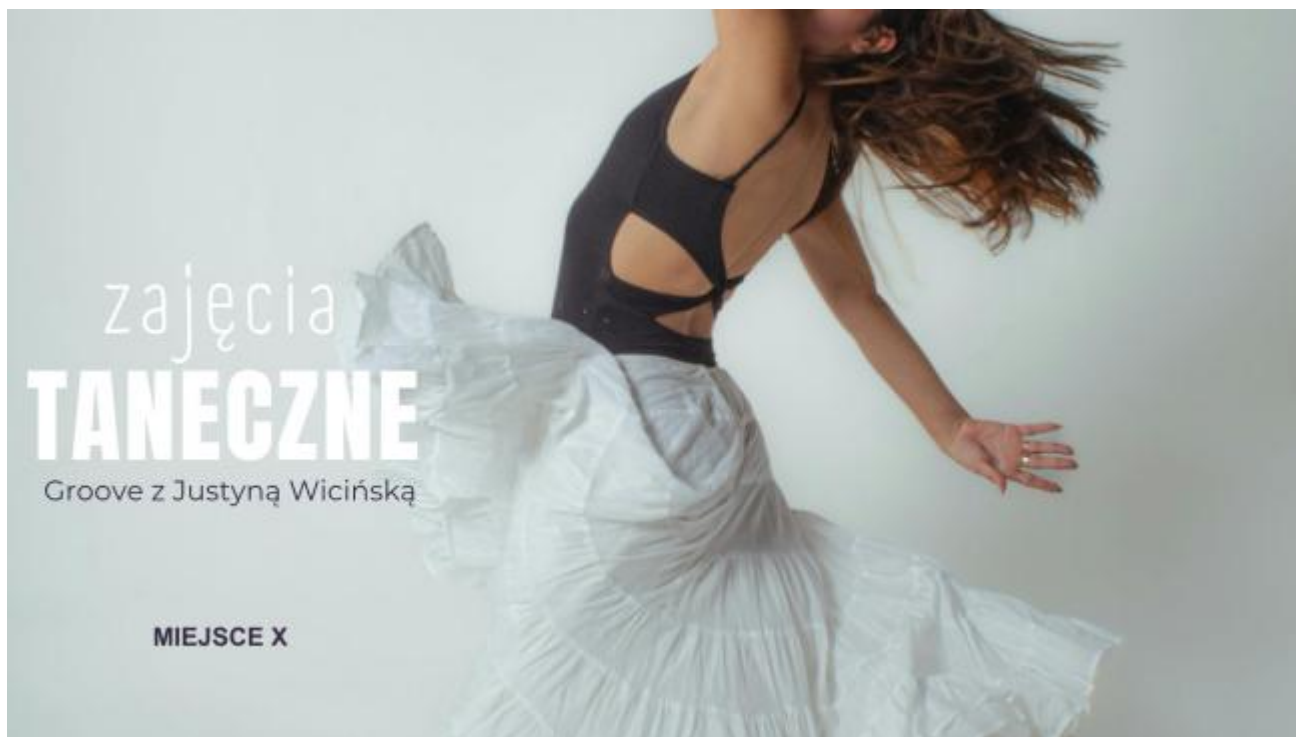


Jesień z tańcem Groove w Miejscu X



Spotkania / Warsztaty

09.10.2026

19:00

Wstęp wolny

GROOVE to prosta i zabawna forma tańca w grupie. Pełna emocji i przyjemnych ruchów. Bez nauki kroków, bez naśladowania.

Dla każdego – niezależnie od wieku, sprawności i umiejętności tanecznych [] [] [] []

Tańcząc GROOVE masz okazję:

- wytańczyć się w sposób, jaki najbardziej lubisz,
- zadbać o swoje ciało i umysł – wzmocnić mięśnie, poprawić kondycję, odciążyć głowę, rozwinąć kreatywność,
- poprawić sobie nastrój i nabrać więcej energii do życia,

- spędzić czas w gronie pozytywnych, otwartych ludzi,
- wyrażać siebie w wyjątkowy i naturalny dla siebie sposób.

Przyjdź i złap trochę pozytywnej energii na jesień! ☐☐

Udział w zajęciach jest bezpłatny.

CO WARTO WIEDZIEĆ?

Nie musisz w żaden sposób przygotowywać się do zajęć. Ubierz się wygodnie, złap butelkę wody i nie zapomnij o pozytywnym nastawieniu ☐☐

Tańczyć możesz na bosą lub zabrać ze sobą obuwie na zmianę. Ostatnia część zajęć przeznaczona jest na krótką relaksację, więc weź ze sobą matę, jeśli bez niej będziesz czuć się niekomfortowo.

Masz pytanie?

Napisz lub zadzwoń:

☎ Justyna 604 075 882

Do zobaczenia na parkiecie!

Zajęcia są realizowane dzięki wsparciu z budżetu Miasta Opole.

Tagi

taniec

groove

miejsce x