# Terapeutickým tancem k radosti z pospolitosti

PhDr. Jaroslava Dosedlová, Ph.D.

Zážitkově laděný seminář umožní účastníkům blíže se seznámit s možnostmi využití tanečního pohybu v pedagogické, poradenské i psychoterapeutické praxi.

Kurz bude rozvíjet především směr *primitivní exprese*, což je široce aplikovatelná technika inspirovaná archaickými tanci doprovázenými hrou na buben. Přejímá důležité atributy původních kmenových tanců objevujících se ve všech kulturách: významnou účast skupiny, kontakt se zemí, rytmickou přesnost, opakování pohybů a hlasový doprovod. Cílem je, aby se všichni účastníci seznámili se základními principy primitivní exprese a byli schopni sami sestavit krátký blok pohybových sekvencí v jejím rámci.

Dále si zatančíme skupinové kruhové tance, seznámíme se se španělským směrem zakotveném v expresi flamenka *autoestima flamenca* a tanec doplníme i (kontaktními) relaxacemi, bioenergetickými cvičeními a masážemi. Důležité upozornění: pro tento kurz NEMUSÍTE umět tančit, NEMUSÍTE ovládat žádnou taneční techniku.