

# Soustředění v Lloret de Mar

21.7.2019 12:39

## Tanečníci zahájili prázdniny soustředěním u moře

CrossDance tanečníci, rodiče a trenéři vyrazili hned v den vysvědčení s CK Monatour do španělského letoviska Lloret de Mar. Skoro každoročně zde tráví začátek prázdnin sportem, relaxací a samozřejmě i tancem. Taneční sport děti po většinu roku drží v uzavřených prostorách - tanečních sálů a tělocvičen, takže sluníčko a čerstvý vzduch vítají jak děti, tak určitě i trenéři. Dny u moře začínají ráno v 07:30 kondičním během, pak strečinkem a posilováním. Dopolodní trénink trvá okolo 1,5 - 2 hodiny. V programu pak nechybí samozřejmě ani moře a relaxace na krásných lloretských plážích. Ani tam ale děti jen nedovádí ve vlnách, po skupinách trénují na nedalekém travnatém plácku akrobacii a ve venkovním fitnes obratnost a sílu. Tanec je součástí jejich života i zde - nejdříve v rámci příprav vystoupení a potom právě při veřejných vystoupeních v centru Lloretu. Vystoupení před diváky je vždy nejlepším tréninkem... I letos dostal CrossDance od vedení města Lloret de Mar památeční plaketu za vystoupení. Soustředění ve Španělsku zahájilo mladým tanečnickům prázdniny - mezi akce, které je během léta ještě čekají, je kondiční soustředění v Krkonoších a soutěž světového poháru WADF v maďarském Siofoku.

odkaz na článek: