



PBT ZA ODRASLE

PBT - INOVATIVNA BALETNA TEHNIKA

s certificirano učiteljico
PBT MIRJANO ŠROT

PBT z uporabo žoge za vadbo pomaga pri preprečevanju poškodb in rehabilitaciji ter se osredotoča na moč jedra, razporeditev teže in poravnavo telesa s postopnim pristopom skrbno zasnovanih vaj.

PETEK OB 19.30

Hram kulture Arnolda Tovornika
Selnica ob Dravi

Cena: 10€ (1 x 60 min)

drustvo.balans@gmail.com

031 515 476, 041 927 964



BALET ZA ODRASLE

PLESNE URE Z OSNOVAMI BALETA

z dolgoletno baletno
solistko **OLIVERO ILIĆ**

Udeleženci ob klasični glasbi, primerno svojim zmožnostim, spoznajo baletne korake, naredijo vaje za gibčnost, doživijo prostor v gibanju ter zgornji del telesa ohranijo v zavrtni drži, ki je velikega pomena za splošno dobro počutje.

VSAKO SREDO OB 19.00

Hram kulture Arnolda Tovornika
Selnica ob Dravi

Cena: 45€ (4 x 90 min)

**KULTURNO DRUŠTVO BALANS
VABI K VPISU**

PRVI BALETNI KORAKI

**z balerino HRISTINO
STOYCHEVO**

Ure baleta za otroke, kjer balerine popeljejo vaše otroke v čaroben svet baleta po odličnem programu, ki ga je sestavila Mirjana Šrot, profesionalna baletna plesalka v SNG Maribor, pedagoginja ter članica komisije NPK.

Razvijamo pravilno baletno postavitvev, koordinacijo, ritem in kreativnost ter čustveni in ustvarjalni razvoj s čutom za estetiko, ki so osnova za dober nadaljnji plesni in tudi splošni telesni in duševni razvoj otroka.

**Vsak ponedeljek ob
15.30 in 16.15**

Hram kulture Arnolda
Tovornika

Selnica ob Dravi

Cena: 30€ (4 x 45 min)

Prijave na:

drustvo.balans@gmail.com

