

MIEJSKI DOM KULTURY
-DOM ŚRODOWISK TWÓRCZYCH
UL.WOJSKA POLSKIEGO 3
18-400 ŁOMŻA
TEL. 86 216 32 26
SEKRETARIAT@MDK.LOMZA.PL
WWW.MDK.LOMZA.PL
FACEBOOK.COM/MDK.DST





SEZON

2022/2023



projekt graficzny
Anna Zuzga

teksty
Rafał Mikołaj Krasucki

zdjęcia z zajęć
Jerzy Chaberek

wydawca
Miejski Dom Kultury - Dom Środowisk Twórczych w Łomży
ul. Wojska Polskiego 3
tel. 86 216 32 26
sekretariat@mdk.lomza.pl
www.mdk.lomza.pl

druk
Pracownia Poligraficzna Grafis / Łomża



- 1 Dlaczego warto zapisać dzieci i młodzież na zajęcia MDK-DŚT str. 7
- 2 Grupa teatralna dla dzieci str. 8
- 3 Grupa teatralna dla młodzieży str. 12
- 4 Pracownia graficzna str. 16
- 5 Pracownia plastyczna str. 20
- 6 Projektowanie graficzne str. 24
- 7 Gimnastyka artystyczna str. 28
- 8 Studio Emdek str. 32
- 9 Studio Piosenki PopArt str. 36
- 10 Chór Kameralny Amici str. 40
- 11 Łomżyńska Orkiestra Dęta str. 44
- 12 Sketchnoting • Twój mózg to polubi / NOWOŚĆ! str. 48
- 13 Mój własny blog / NOWOŚĆ! str. 52
- 14 Pracownia Graffiti / NOWOŚĆ! str. 56
- 15 Folk • Okrągłak • Jazz / NOWOŚĆ! str. 60





Dlaczego warto zapisać dzieci i młodzież na zajęcia w MDK DŚT?

Kilka istotnych argumentów:

- zachęcają do działania i pobudzają kreatywność,
- angażują wszystkie zmysły,
- poprawiają zdolności motoryczne,
- uczą jak radzić sobie z problemami,
- pomagają dzieciom zrozumieć siebie i swój świat,
- tworzą płaszczyznę do rozwijania wspólnych zainteresowań i kontaktów,
- budują u dzieci poczucie własnej wartości i pewność siebie,
- rozwijają pamięć, samokontrolę i talenty.

I najważniejsze: zajęcia artystyczne zapewniają autentyczne wrażenia i dają możliwość wyrażania siebie. Uczą wolności wyboru, swobodnego myślenia, a przy tym rozwijają empatię.

Zapisy telefonicznie 86 216 32 26

Pracownia Plastyczna 86 216 67 91 lub osobiście w MDK-DŚT.

7-12



**GRUPA
TEATRALNA
DLA
DZIECI**



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- nauka wyrażania przeżyć, nastrojów, emocji za pomocą gestów, ruchu, mimiki,
- odkrywanie u dzieci uzdolnień scenicznych, wczuwania się w rolę i akcję,
- zdobywanie umiejętności improwizacyjnych i naśladowczych,
- rozwijanie umiejętności kreowania odgrywanych postaci i identyfikowania się z nimi na scenie,
- rozwijanie koordynacji wzrokowo-słuchowo-motorycznej,
- stwarzanie możliwości do rozwijania zdolności koncentracji, ćwiczeń pamięci, ćwiczeń oddechowych.



ajęcia teatralne adresowane są do dzieci w wieku 7-12 lat. W trakcie spotkań młodzi aktorzy efektywnie rozwijają umiejętności sceniczne, ale również uczą się wyrażania emocji, otwartości, komunikacji i budowania relacji z rówieśnikami. Dzieci mają okazję zapoznać się z elementami z jakich składa się spektakl, uczą się jak realizować proste dzieła sceniczne, aby w konsekwencji stworzyć własne przedstawienie. W trakcie zajęć mają okazję samodzielnie zaprojektować rekwizyty, scenografię i w efekcie wystąpić przed własną publicznością.

Zabawa w teatr to wyjątkowa okazja aby rozwinąć u dziecka wyobraźnię, ekspresję twórczą oraz wiedzę o teatrze.

Zajęcia odbywają się na dużej scenie MDK DŚT pod okiem profesjonalnego instruktora. Uczestnicy mogą oswoić się oprawą świetlną, nagłośnieniem i przełamać lęk przed występem publicznym.



FOTO: Julita Pasikowska

Zajęcia prowadzi:
JULIA SACHARCZUK
Absolwentka Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie, Wydziału Sztuki Lalkarskiej w Białymstoku oraz pedagogiki kulturoznawczej na UwB. Związana z Teatrem Lalki i Aktora w Łomży od sierpnia 2020 roku. Oprócz teatru realizuje się w filmie, jako aktorka i reżyserka. W 2011 roku za film „Marzyć” zdobyła I nagrodę w kategorii Amatorzy i nagrodę publiczności na Festiwalu Filmowe Podlasie Atakuje! vol.9. W 2016 roku otrzymała nagrodę w kategorii najlepsza aktorka za rolę w filmie "Na krawędzi" na Festiwalu 48 Hour Film Project Warszawa.



12-17



GRUPA
TEATRALNA
DLA
MŁODZIEŻY

KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- umiejętność pracy w zespole,
- wrażliwość na drugiego człowieka,
- umiejętność rozpoznawania i wyrażania emocji,
- praca nad właściwą dykcją i impostacją głosu,
- pewność siebie, odwaga w spontanicznym wyrażaniu siebie,
- umiejętność improwizacji i odnajdywania się w zaskakujących sytuacjach,
- rozbudzanie wyobraźni i twórczego myślenia.



ajęcia skierowane są do osób, które w przyszłości chcą związać się zawodowo z aktorstwem, ale również do tych, które pragną rozwijać się w dziedzinach muzyki czy filmu. Poprzez uczestnictwo w zajęciach przyszli aktorzy poznają tajniki autoprezentacji, ćwiczą głos, nabierają wprawę w wygłaszaniu monologów oraz dialogów. Biorą udział w działaniach aktorskich dzięki temu rozwijają wyobraźnię, oraz poznają tajniki improwizacji.

Zajęcia prowadzi:
RAFAŁ SWACZYNA

Reżyser i aktor, ukończył Szkołę Aktorską Machulskich w Warszawie oraz Akademię Teatralną na Wydziale Reżyserii w Warszawie. Od 2003 roku prowadzi zespół teatralny Scena Kotłownia w Ostrowi Mazowieckiej realizując ponad 40 premier. Zespół otrzymał do tej pory 67 nagród na festiwalach teatralnych na terenie kraju oraz ponad 150 w konkursach recytatorskich. Od 2014 roku jest związany z Teatrem Lalki i Aktora w Łomży, w którym zagrał 15 premier.



12+



16

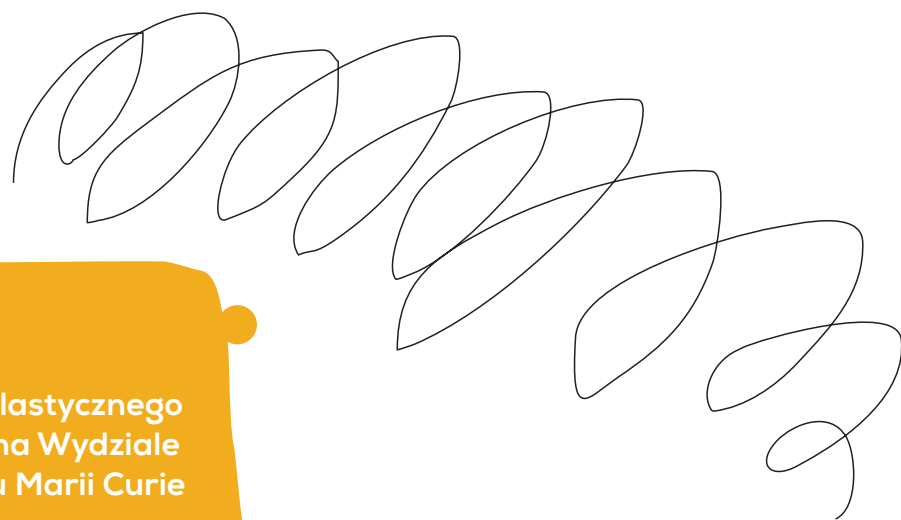


PRACOWNIA

GRAFICZNA



Zajęcia z grafiki wspierają twórczy rozwój, uczą poszukiwania kreatywności, wiążą się bezpośrednio z zagadnieniami projektowania i tworzenia kompozycji. Uczestnicy poznają tajniki grafiki warsztatowej oraz sposoby tworzenia prac z wykorzystaniem różnorodnych narzędzi. W czasie trwania zajęć przygotowujemy m.in. matryce drukujące i odbitki graficzne w technikach warsztatowych. Zajęcia są świetną okazją, aby wprowadzić dzieci w świat pracy artysty grafika. Młodzi plastycy pod okiem instruktora otrzymują indywidualne konsultacje oraz opiekę podczas wykonywania prac. Pracownia graficzna wyposażona jest w niezbędny warsztat znajdujący się w profesjonalnej pracowni graficznej.



Zajęcia prowadzi:
MAGDALENA RUSIECKA

Jest absolwentką Liceum Plastycznego w Łomży, studia ukończyła na Wydziale Artystycznym Uniwersytetu Marii Curie - Skłodowskiej w Lublinie. Od 15 lat pracuje z uzdolnioną młodzieżą w średniej szkole artystycznej. Posiada również doświadczenie w pracy z młodszymi dziećmi. Zajmuje się grafiką warsztatową, projektowaniem graficznym, technikami druku artystycznego i malarstwem.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- wspomagają rozwój wrażliwości estetycznej,
- stwarzają okazję doskonalenia umiejętności manualnych,
- rozwijają pomysłowość i odwagę twórczą,
- poprawiają koordynację i sprawność mózgu (ręka - oko)
- zajęcia wpływają na integrację i wspólne spędzanie czasu

6-18



PRACOWNIA

PLASTYCZNA



Zajęcia prowadzi:
AGNIESZKA CHOJNOWSKA
Jest zawodowym plastykiem z dwunastoletnim doświadczeniem w przygotowywaniu i prowadzeniu warsztatów dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Jej podopieczni zdobywali nagrody i wyróżnienia w konkursach plastycznych o zasięgu lokalnym i ogólnopolskim.

elem zajęć jest rozwijanie i ukierunkowanie kreatywności uczestników i doskonalenie ich umiejętności posługiwania się technikami plastycznymi. W małych grupach zróżnicowanych wiekowo, dzieci poznają techniki plastyczne wykorzystując różnorodne narzędzia i materiały. W przyjaznej atmosferze podczas twórczej pracy, dzieci rozwijają swoją wyobraźnię i zdolności manualne.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

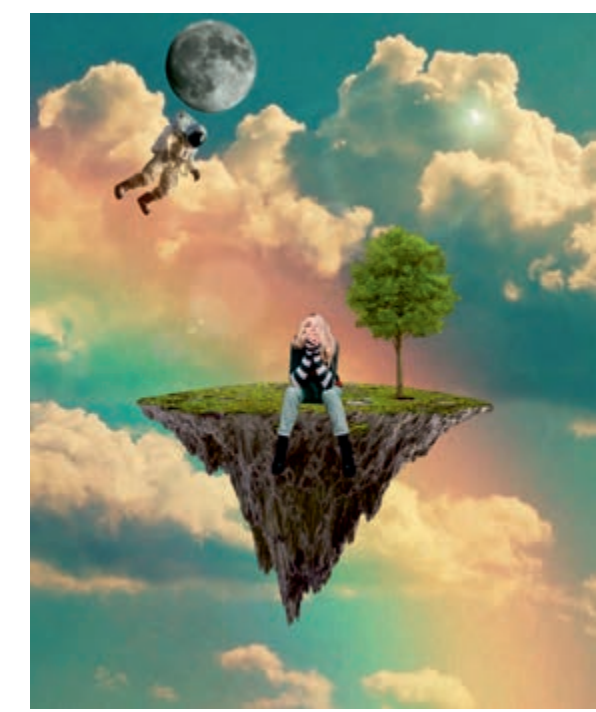
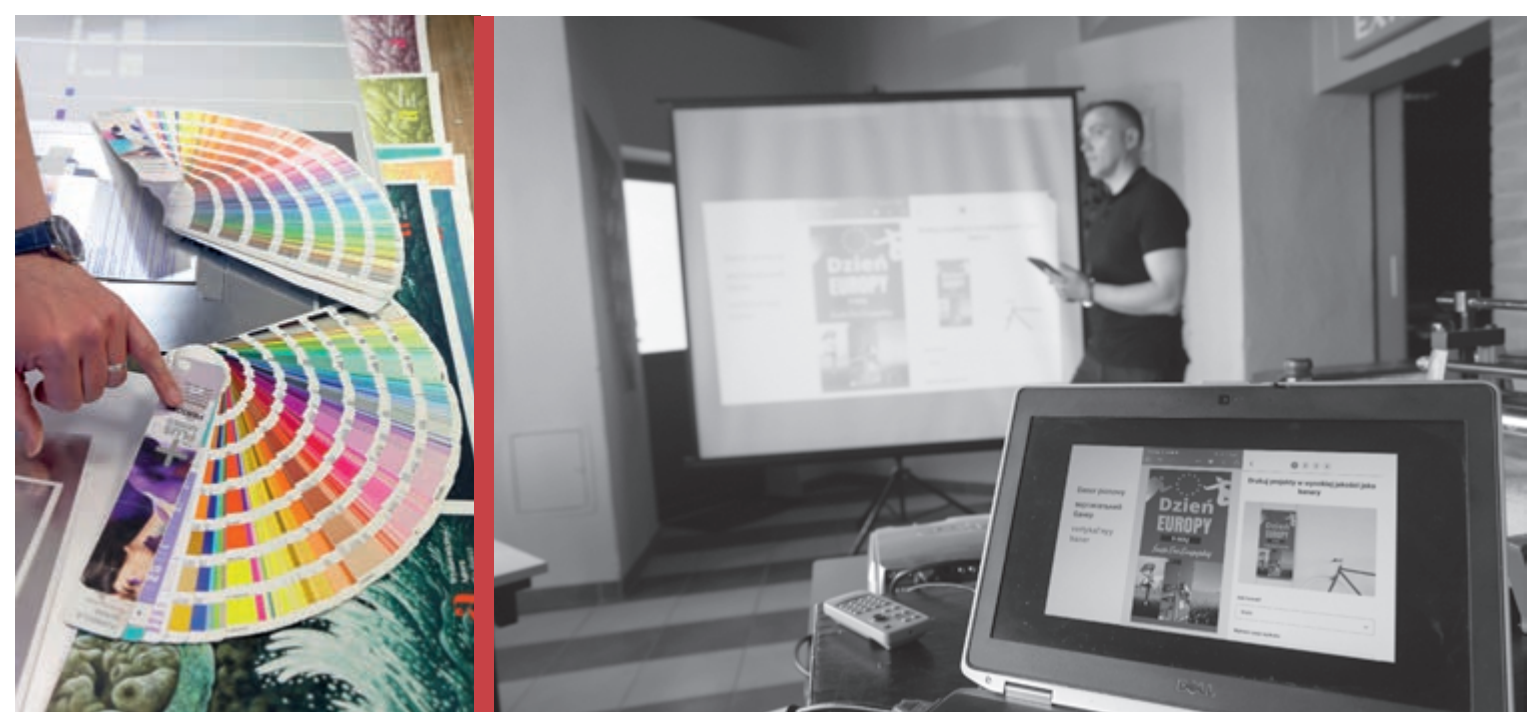
- rozwijają talenty plastyczne u dzieci,
- ćwiczą koncentrację oraz zaangażowanie w realizowania projektów od początku do końca,
- pomagają kształtować cechy w psychice dziecka jak: wrażliwość na piękno i poczucie estetyki,
- rozwijają pamięć wzrokową, kreatywność, cierpliwość i sprawność manualną,
- dają możliwość wyrażania własnej ekspresji, dzięki temu dzieci zyskują pewność siebie i rozwijają poczucie własnej wartości,
- zajęcia plastyczne kształtują wyobraźnię i uczą zachowań społecznych



6-50+



PROJEKTOWANIE
GRAFICZNE
Z WYKORZYSTANIEM
APLIKACJI
CYFROWYCH



Zajęcia prowadzi:
ŁUKASZ BAGIŃSKI
 Grafik-illustrator, wieloletni pasjonat tworzenia obrazów i grafik z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych. Posiadający doświadczenie zawodowe we współpracy z agencjami reklamowymi oraz weedingowymi. Współautor kampanii społecznych oraz projektant produktów odzieżowych i obrazów do sklepów online. Pasjonat sztuki współczesnej, identyfikacji wizualnych oraz webdesignu.



uczestnicy poznają podstawowe techniki edycji zdjęć oraz grafiki na urządzeniach mobilnych. Zajęcia praktyczne z zakresu projektowania graficznego: kolaże, fotomontaż cyfrowy, obróbka zdjęć, plakaty reklamowe, kreatywne posty do social media. Od podstaw uczą się narzędzi programu min: PicsArt, Canva itp. przygotowując projekty graficzne m.in. ulotek, zaproszeń, wizytówek, lototypów, cv.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- tworzenie treści cyfrowych w różnych formatach, w tym prace multimedialne,
- wykorzystywanie różnych narzędzi cyfrowych w celu tworzenia autorskich projektów,
- zdobywanie umiejętności związanych z zasadami projektowania wizualnego,
- znajomość praw autorskich.

I LOVE PIXELS...



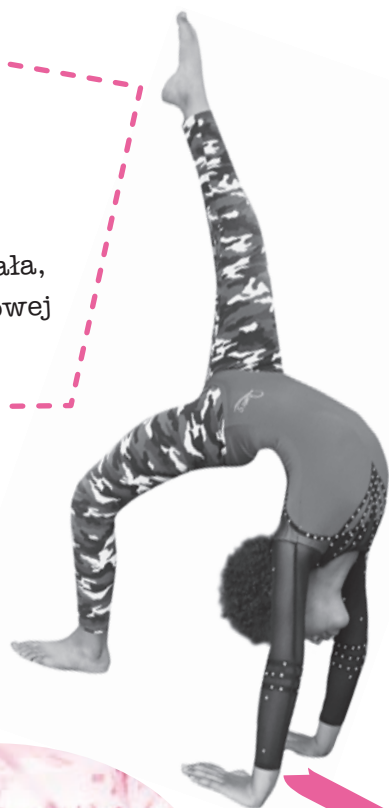
3-10



**GIMNASTYKA
ARTYSTYCZNA**

KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- rozwijają wyobraźnię i poczucie rytmu,
- uczą precyzji, wytrwałości i cierpliwości,
- kształtują poprawną postawę ciała,
- wspierają rozwój pamięci ruchowej



Zajęcia łączą ze sobą zabawę z tańcem, akrobatyką i wychowaniem muzycznym. Dzieci trenują gibkość, wytrzymałość, siłę i zręczność. Dodatkowo systematyczność uczestnictwa w zajęciach wpływa na zdyscyplinowanie oraz wytrwałość. Dziewczynki trenujące gimnastykę artystyczną rozwijają sylwetkę, poprawiają postawę, muzykalność i estetykę ruchu. Instruktor zajęć wykorzystuje gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem szarfy, piłek czy hula hop.

Zajęcia prowadzi:
LILIA GRIGORYAN

Wieloletnia instruktorka gimnastyki artystycznej. Doświadczenie poparte wiedzą uzyskaną na studiach wychowania fizycznego. Nagradzana za swoją pracę w dziedzinie gimnastyki.





STUDIO
EMDEK



Zajęcia prowadzi:
MAGDA SINOFF
 instruktor muzyki z 25 letnim
 doświadczeniem, muzyk, dyrygent,
 wokalistka.



ajęcia muzyczne prowadzone
 w formie warsztatów wokalnych.
 Emisja głosu, nauka piosenek,
 dykcji, przygotowanie do
 występów publicznych
 i scenicznych. Grupy dziecięce
 zajęcia muzyczno - wokalne
 z elementami logorytmiki
 i muzykoterapii.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- śpiew poprawia nastrój,
- ćwiczy koncentrację i zapamiętywanie,
- daje możliwość wyrażenia siebie,
- rozwija talenty wokalne
- przełamuje lęk przed wystąpieniami publicznymi



DOBRA
 ROBOTA



9-16

STUDIO
PIOSENKI
POP ART





KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- oprócz warsztatu wokalnego, poprawisz dykcję,
- pozbędziesz się tremy,
- podszlifujesz swój angielski, bo sięgamy również po piosenki w tym języku,
- nawiążesz nowe znajomości.

Dla rodziców:

- zajęcia artystyczne kształtują wyobraźnię,
- emocjonalność i wrażliwość,
- są okazją do autoekspresji.



Zajęcia prowadzi:

BERNARD KARWOWSKI

Absolwent studiów podyplomowych z zakresu kształcenia głosu (SWPS w Warszawie, WSH-E w Brzegu), certyfikowany trener wokalny 1 stopnia MVT (Modern Vocal Training), od 25 lat prowadzi Studio Piosenki POPART.



programie zajęć oprócz różnorodnego repertuaru wokalnego (popularne przeboje muzyki pop, rock, soul, R&B, klasyka muzyki rozrywkowej, musical) także zajęcia warsztatowe (emisja, dykcja, praca z mikrofonem).



18+

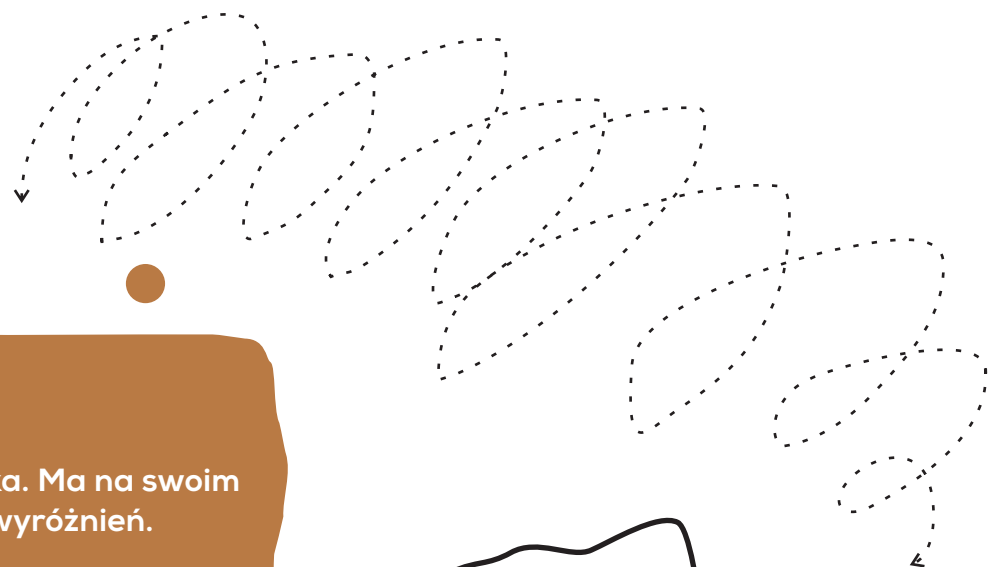
KAMERALNY
CHÓR
AMICI



Chór powstał w październiku 2014 roku. Rok później kierownictwo nad chórem powierzono Annie Kurowskiej. Początkowo zespół działał przy parafii św. Brunona z Kwerfurtu w Łomży natomiast od 2017 roku siedzibą chóru jest Miejski Dom Kultury - Dom Środowisk Twórczych w Łomży. Zespół koncertuje dla społeczności lokalnych. Uczestniczył między innymi w koncertach „Chóralna majówka” w 2015 roku czy podczas Łomżyńskich Dni Społecznych.



foto.facebook.com/choramici



Zajęcia prowadzi:
ANNA KUROWSKA
Dyrygentka i aranżerka. Ma na swoim koncie wiele nagród i wyróżnień.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- rozwój wokalny uczestników;
- nauka umiejętności słuchania harmonicznego;
- poznawanie różnych stylów muzycznych;
- nabywanie umiejętności pracy zespołowej;
- większa pewność siebie;
- zmniejszenie lęku przed występami publicznymi;

15+

ŁOMŻYŃSKA
ORKIESTRA
DETA

Zajęcia prowadzi:
WALDEMAR BORUSIEWICZ
dyrygent i twórca Łomżyńskiej
Orkiestry Dętej

KAMIL BORUSIEWICZ
laureat I nagrody w IV Regionalnym
Konkursie Instrumentów Dętych
w Olecku. Uczestnik wielu
seminariów oraz kursów
indywidualnych
u najlepszych polskich
i zagranicznych profesorów.



Łomżyńska Orkiestra Dęta to ambasadorzy kulturalni naszego miasta. Od wielu lat przyciąga w swoje szeregi doskonałych muzyków, ale również tych, którzy zaczynają przygodę z muzyką. Dzięki swojej działalności młodzież oraz dorośli mogą realizować pasję i miłość do muzyki w tej właśnie zorganizowanej formie.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- trening muzyczny usprawnia pracę mózgu,
- gra na instrumencie uczy cierpliwości i opanowania,
- udział w próbach muzycznych poprawia umiejętności społeczne,
- rozwija pasje i zainteresowania,



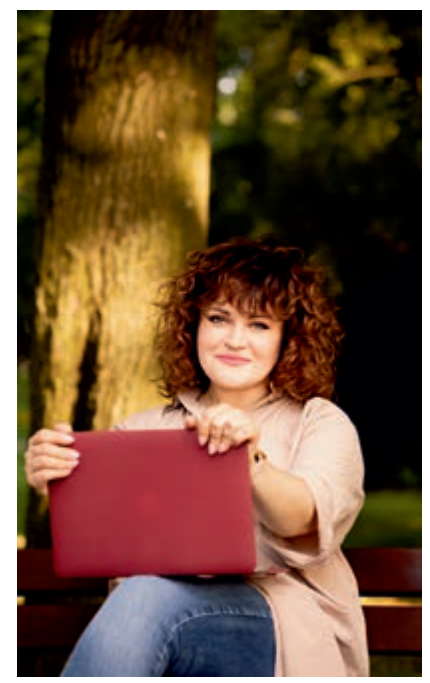
Zapraszamy na warsztaty sketchnotingu, czyli tworzenia notatek wizualnych ułatwiających uczenie się. Odczarujemy notowanie – za pomocą kropek, kresek, kółek i innych elementów wizualnego alfabetu dodamy życia do procesu notowania i usprawnimy go, porządkując informacje i pobudzając wyobraźnię. Treści wyrażone własnymi słowami, okraszone obrazem i powiązane z nabytą już wiedzą to jedna z dróg do skutecznego, szybszego uczenia się – Twój mózg to polubi! Nie musisz umieć rysować. Wystarczy, że potrafisz trzymać długopis.



Zajęcia prowadzi:
KATARZYNA ZAJĄC-MALINOWSKA
 Brainolog – ekspert zarządzania dobrostanem, tutor, trenerka myślenia pytajnego i pozytywnego uczenia się, filolog angielski z ponad 20-letnim doświadczeniem. W swojej Pracowni Kompetencji tworzy narzędzia do budowania szczęścia i wzmacniania odporności psychicznej dla nastolatków, dorosłych oraz nauczycieli. Współautorka metody Happy Me, promotorka komunikacji w duchu NVC i oddolnych zmian w edukacji.

KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- łatwiej zapamiętujesz treści łącząc tekst z obrazem
- szybciej odtwarzasz to, co w notatce
- ćwiczysz koncentrację uwagi
- uczysz się selekcji informacji
- poprawiasz zrozumienie notowanych treści
- pobudzasz kreatywność



14-18



MÓJ
WŁASNY
BLOG

NOWOŚĆ!

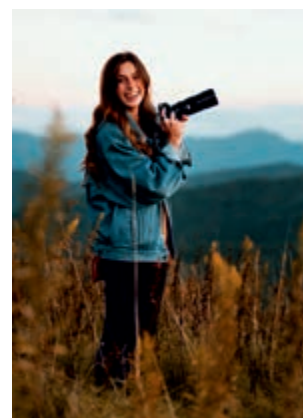


Zajęcia prowadzi:
KAROLINA NIEWIAROMSKA
Absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego na kierunku zarządzanie, specjalność - media społecznościowe. Początkująca content marketerka z dwuletnim doświadczeniem w branży. Obecnie copywriterka w jednej z największych agencji SEO w Polsce, będącej częścią składową Bauer Media Group. Prywatnie - miłośniczka pieszych wędrówek na łonie natury, graficzka - amatorka, gorliwa czytelniczka dobrych blogów i fanka wszystkiego, co intrygujące i niejednoznaczne - zwłaszcza w literaturze i malarstwie. Jej prywatna ścieżka dźwiękowa pęcznieje od alternatywnych brzmień, Neue Deutsche Härte oraz elektroniki, która pobudza jej kreatywność i mobilizuje do tworzenia.



edyne w swoim rodzaju zajęcia skierowane do młodzieży, która chce założyć i prowadzić własnego bloga w Internecie. Dzięki nabytym umiejętnościom uczestnicy nauczą się prezentowania swoich treści, pomysłów i projektów sieci. Zajęcia będą składały się z części merytorycznej, w której instruktor wprowadzi młodych blogerów w świat kultury internetowej, przekazywanych wartości, prywatności i praw autorskich. W części praktycznej młodzież opracuje swój własny blog i nauczy się jak tworzyć i prezentować treści na platformie blogowej, jak tworzyć własne grafiki, video oraz jak korzystać z darmowych banków zdjęć. Zajęcia będą prowadzone na podstawie zastosowania mechaniki gier - gamifikacji i grywalizacja, które wzmacnia motywację, zaangażowanie oraz chęć do zdobywania i poszerzania wiedzy. Mój własny blog to zajęcia z NOWEJ KULTURY, dzięki którym młodzież nabierze nowoczesnych i użytecznych kompetencji.

Wymagania:
własny laptop lub tablet.



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- młodzież nauczy się, jak stworzyć własny blog, korzystając z gotowych projektów
- obsługa interfejsu domeny w celu dodawania oraz edytowania wpisów na blogu
- wybór nazwy domeny,
- zarządzanie własną stroną
- znajomość procedury zakładania blogów i administrowania nimi
- rozwój kompetencji informatycznych i podstaw marketingu internetowego,

13-19



PRACOWNIA
GRAFFITI

NOWOŚĆ!

KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- nauka zasad legalnego malowania murali,
- kreatywne myślenie i nauka pracy w grupie,
- rozwój umiejętności manualnych,
- nauka cierpliwości
- wychowanie poprzez sztukę,
- rozwój wyobraźni oraz pomysłowości.



Zajęcia prowadzi:
RADOSŁAW JASTRZĘBSKI
Urodził się i mieszka w Ostrołęce, jest absolwentem ASP w Warszawie na Wydziale Malarstwa. Uprawia malarstwo sztalugowe, jak również zajmuje się sztuką w przestrzeni publicznej - w szczególności projektowaniem i wykonywaniem murali. Jest uczestnikiem wielu wystaw indywidualnych i zbiorowych.



o udziału w warsztatach zapraszamy śmiałych, młodych artystów, którzy chcą poczuć atmosferę street artu. Uczestnicy poznają odmiany i podstawowe zasady graffitiarstwa oraz zasady legalnego malowania w przestrzeniach miejskich. Zajęcia praktyczne będą oparte na tworzeniu: szablonów, wyborze wzorów, nauce używania odpowiednich narzędzi, farb czy tworzeniu siatki murali. Warsztaty mają na celu pobudzenie spontaniczności i kreatywności wśród młodzieży oraz przełamywanie schematów dotyczących graffiti. Mamy nadzieję, że młodzież uczestnicząca w zajęciach wykorzysta tę formę sztuki jako ciekawy, kulturalny i zgodny z prawem sposób na wyrażenie siebie, a finałem zajęć będzie wspólna praca wykonana w przestrzeniach naszego miasta.



18+



FOLK
OKRAĞLAK
JAZZ

NOWOŚĆ!



Zajęcia prowadzi:
KAZIMIERZ TRZASKA
Z wykształcenia historyk,
choreograf i nauczyciel tańca.
Z racji wykonywanej pracy
i prowadzonych badań
naukowych – etnochoreolog
i folklorysta.



tańce, które będziemy poznawać podzieliliśmy na trzy części. Będą to (1) wybrane etniczne tańce o charakterze zabawowym z terenu Europy, (2) tańce towarzyskie w formie użytkowej mające również rodowód w folklorze oraz (3) wybrane polskie tańce narodowe w wersji towarzyskiej.

TAŃCE O CHARAKTERZE ZABAWOWYM

Są to proste, nie wymagające umiejętności tanecznych – wystarczy przeciętna koordynacja ruchowa i umiejętność powtórzenia prostych figur. Wszyscy się bawią. Cechą tej formy zabawy jest systematyczna zmiana w parach. Przatańczysz jedną lub dwie figury i za chwilę tańcząc poznajesz kolejną osobę. Jak sama nazwa tej grupy wskazuje – są one świetne na różnego rodzaju wydarzenia, gdzie ludzie dopiero mają się poznać. Wśród nich znajdziemy wybrane tańce z całej Europy ale przede wszystkim z Polski oraz słowiańszczyzny.

TANIEC TOWARZYSKI w formie użytkowej
Ta grupa taneczna sięga po tradycje zabawowe prawie całego świata: Europa, Ameryka południowa i północna oraz Bliski Wschód.

POLSKIE TAŃCE TOWARZYSKIE

Tę grupę tańców częściej określa się jako polskie tańce narodowe w formie towarzyskiej. Tu wybierzemy poloneza, kujawiaka i polkę



KORZYŚCI Z ZAJĘĆ:

- poprawa kondycji, wydolności organizmu oraz koordynacji ruchowej. Ta ostatnia powoduje, że nasze ruchy stają się pewniejsze a przez to jest też swego rodzaju profilaktyka zdrowotna w unikaniu kontuzji.
- taniec zwiększa produkcję endorfin, a co za tym idzie zapobiega depresji.
- taniec dodaje pewności siebie, pomaga zbudować poczucie własnej wartości.
- jako forma aktywności ruchowej dostarcza nam więcej energii, niezbędnej w codziennym życiu, w aspekcie społecznym - ułatwia nawiązywanie kontaktów towarzyskich.
- taniec będąc wspólną pasją zbliża ludzi.
- ucząc się tańczyć – poznajemy wiele aspektów historii i kultury z różnych kręgów kulturowych

Nie oczekujemy, że posiadasz umiejętności i doświadczenie taneczne - zdobędziesz je na warsztatach.

KONIEC

