Doporučené streamy lekcí pro ty, kteří chtějí ještě tento týden oslavovat TANEC a pohyb

Lekce:

**pondělí  4.5.. od 18 hodin** - balet pro začátečníky  <https://www.youtube.com/watch?v=Vambwwbg7TI>

**pondělí 4.5. od 19:30** - protahování - strečink  <https://www.youtube.com/watch?v=GROFCYnR0dg>

**středa 6.5. od 12:30** - protahování - k němu potřebujete jen trochu prostoru většinou pro nízké polohy

      tato lekce někdy bývá 30 minut, někdy 60 <https://www.youtube.com/watch?v=PeBqavLyDKA>

**středa 6.5. od 18:00** - taneční gymnastika - je trochu složitější než protahování <https://www.youtube.com/watch?v=AuxCE5EOgis>

Prosíme, abyste na lekcích, které si zvolíte, poslali nějakého smajlíka do chatu youtube, vyučující i my budeme mít velkou radost.