Lwówecki Ośrodek Kultury

ul. Przyjaciół Żołnierza 5, 59-600 Lwówek Śląski
tel. 75 782 45 32 · lok@lwowekslaski.pl

Taniec

4 LISTOPADA 2026

Taniec towarzyski

Taniec towarzyski uczy, bawi i wychowuje. Wspiera harmonijny rozwój dziecka, poprawia koordynację ruchową i sylwetkę, a do tego daje dużo radości. Zajęcia prowadzi **Mirosław Mleczek** – absolwent AWF we Wrocławiu, dyplomowany instruktor tańca towarzyskiego, wychowawca wielu mistrzowskich par i założyciel Klubu Tańca Towarzyskiego „Wega", który działa w LOK od lat i w 2013 roku obchodził dwudziestolecie. Pary klubu występują na pokazach karnawałowych i wakacyjnych.

W sezonie 2026/2027 zajęcia ruszyły 8 września, od godz. 15.45, w sali małych form. Kontakt z instruktorem: tel. 695 990 847. [DO UZUPEŁNIENIA PRZEZ LOK: grupy, dni, godziny i opłata w sezonie 2026/2027]

Taniec nowoczesny

Uczestnicy poznają różne style i techniki taneczne, poprawiają koordynację, gibkość i muzykalność, a przy okazji uczą się pracy w grupie i występują podczas imprez organizowanych przez LOK. Zajęcia prowadzi **Joanna Piekarz** (tel. 570 752 001), w trzech grupach wiekowych: 6–8 lat (15.45–16.30), 9–11 lat (16.30–17.15) i 12+ lat (17.15–18.30). [DO UZUPEŁNIENIA PRZEZ LOK: dni zajęć i opłata w sezonie 2026/2027]

Dla dorosłych Joanna Piekarz prowadzi **Street Vibes** – reggaeton, dancehall, afro i hip-hop od podstaw, w poniedziałki o 18.30.

Taniec dla dorosłych

- **Latino Ladies** – poniedziałki i środy 18.30–19.30, nowa grupa w środy 19.30–20.30
- **Body Shape & Step Dance** – poniedziałki 19.45–20.45, czwartki 19.50–20.50
- **Zumba** – środy i piątki 19.30–20.30

[DO UZUPEŁNIENIA PRZEZ LOK: prowadzący i opłaty Latino Ladies, Body Shape & Step Dance i zumby w sezonie 2026/2027]

Klub Tańca Orientalnego „Szmaragd"

Zajęcia dla dziewcząt i pań w każdym wieku – przychodzą mamy z córkami i babcie z wnuczkami. Taniec orientalny wzmacnia mięśnie i kręgosłup, uczy gracji, a występy w barwnych kostiumach zawsze zbierają brawa. Ćwiczymy w wygodnym stroju, w baletkach, skarpetkach lub boso. [DO UZUPEŁNIENIA PRZEZ LOK: czy klub działa w sezonie 2026/2027, prowadząca, termin i opłata]

Break dance

Zajęcia zaczynają się od rozgrzewki i stretchingu, potem instruktor pokazuje i omawia figury, a każdy ćwiczy je pod jego okiem. Zaawansowani pracują nad własnym stylem. [DO UZUPEŁNIENIA PRZEZ LOK: czy zajęcia break dance odbywają się w sezonie 2026/2027 i kto je prowadzi]

Pobrano ze strony https://lok.expandingweb.com/zajecia-stale/taniec/
Data wygenerowania dokumentu: 20 listopada 2026, 10:45