

Choszczno 2018 - Taniec z gwiazdeczkami

11.12.2018.

CHOSZCZNO. „Taniec z gwiazdeczkami”, pod takim hasłem odbył się w niedzielę przegląd przedszkolnych i szkolnych zespołów tańca sportowego. Debiutujący tancerze odebrali pierwsze medale, a puchary trafiły do Ancymonka, Trójki i Zespołu Szkół nr 1 w Choszcznie.

- W moim życiu taniec zawsze był bardzo ważny, bo to nie tylko sposób przeżywania i przekazywania emocji, ale przede wszystkim forma fizycznego wyżycia się i zdecydowanej odskoczni od codziennego pędu – mówiła w niedzielę AGATA KOZŁOWSKA. Pochwaliła się, że pierwsze taneczne kroki stawiała na przełomie lat 70. i 80. poprzedniego wieku, a było to w Choszczeńskim Domu Kultury i pod okiem ANNY FIC-ŁASOWSKIEJ. Tu przyszła podejrzeć w akcji wnuczkę, która miała wystąpić z grupą z Przedszkola Ancymonek.

Takich obserwatorów w tym dniu było zdecydowanie więcej, bo w tytułowym „Tańcu z gwiazdeczkami” oprócz grup przedszkolnych zadebiutowali też uczniowie ze szkół podstawowych i średnich.

- Jedni uczą się tańczyć, bo wybierają się na sylwestrowa imprezę, inni traktują to, jako rodzaj sportu, a są też tacy, dla których jest to zwykła odskocznia od codziennych problemów. W takich lub podobnych turniejach każdy z nich ma prawo spróbować swoich sił – tłumaczy DOMINIK LORENC, tancerz klasy S, który to wydarzenie poprowadził wraz ze swoją partnerką ADRIANĄ PACZUK.

AGNIESZKA BŁOCH, dyrektor Przedszkola Ancymonek, najpierw dopingowała dzieci ze swoje placówki, potem sama spróbowała sił tańcząc z córką, a na koniec z dumą prezentowała puchar, który jej placówka otrzymała za udział w tym przeglądzie. Tremę i emocje próbowały pokonać również debiutanckie grupy ze Szkoły Podstawowej nr 3 i Zespołu Szkół nr 1 w Choszcznie. Jednak największe owacje zebrały pary pokazowe. Tu najpierw zaprezentowali się najmłodsi przedstawiciele Akademii Tańca Grycmacher, a na finał wspomniani już wyżej D. Lorenc i A. Paczuk. Obydwójce mają na swoim koncie wiele sukcesów, a przede wszystkim międzynarodowe klasy taneczne S. W niedzielę zachęcali do tańczenia, bo ich zdaniem niewiele jest takich aktywności, które na zdrowie wpływają tak pozytywnie, jak właśnie ta forma ruchu.

Dlaczego warto tańczyć?

Ich zdaniem, to świetny sposób na odchudzanie. Tańcząc obniżamy poziom tłuszczu we krwi, wzmacniamy kości, serce a także zwiększamy odporność organizmu na wirusy i przeziębienia. Z kolei relaks, jaki odczuwamy w tańcu, może poprawiać nastrój, a nawet łagodzić stany depresyjne. Pozytywnie wpływa też na poczucie własnej wartości, dodaje pewności siebie, także w relacjach z innymi ludźmi. U osób starszych poprawia on pracę mózgu, zapobiega rozwojowi demencji, a także choroby Alzheimera. Jest skuteczną formą terapii dla osób z chorobą Parkinsona, a u młodych poprawia zdolność matematycznego myślenia i pozytywnie wpływa na inteligencję. Nic, tylko tańczyć…

Tadeusz Krawiec

{gallery}taniec_gwiazdki_12_2018{/gallery}