

[Deklaracja dostępności](#)

- [Mapa serwisu](#)
- [Wersja tekstowa / graficzna](#)

Gminny Ośrodek Kultury w Ropie

Menu

[Przejdź do Menu Przedmiotowego](#)

Menu Podmiotowe

- [Aktualności](#)
- [Historia i dziedzictwo kulturowe](#)
- [RAZEM - Biuletyn Informacyjny](#)
- [RODO](#)
- [Strona archiwalna](#)
- [Sezon letni w Klimkówce](#)

[Przejdź do Menu Technicznego](#)

Menu Przedmiotowe

- [NASZA FILMOTEKA](#)
- [WYDARZENIA-IMPREZY 2024](#)
- [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2024](#)
- [WYDARZENIA-IMPREZY 2023](#)
- [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2023](#)
- [WYDARZENIA-IMPREZY 2022](#)
- [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2022](#)
- [Projekty GOK](#)
- [KLUB SENIORA](#)
- [WARSZTATY PLASTYCZNE](#)
- [KREATYWNE TUTORIALE DLA DZIECI - DIY -ZRÓB TO SAM](#)
- [SENIOR ONLINE](#)
- [GOK ROPA W SIECI!](#)

Menu Techniczne

- [Gminna Biblioteka Publiczna w Ropie](#)
- [Regionalny zespół Okaryna](#)
- [Dziecięcy zespół regionalny Ropioczki](#)
- [Stacja Wodna w Klimkówce](#)

[Sezon letni w Klimkówce](#)

SEZON LETNI NAD ZALEWEM
W KLIMKOWCE

STANICA WODNA
ZAPRASZA

[Facebook](#)
[YouTube](#)
[BIP](#)

OKARYNA - próby zespołu

Treść

Szukając informacji w Internecie na temat polskich tańców ludowych, znalazłam zaskakujące informacje, które prezentuję Państwu poniżej:

Polskie tańce ludowe pomagają:

- *poznać siebie, swoje ciało, odruchy, zachowania*
- *nauczyć się komunikować i współdziałać w parze*
- *rozpoznać swój sposób ekspresji i poruszania się*
- *rozluźnić się, wyłączyć kontrolę i myślenie*
- *skontaktować się ze swoim ciałem oraz intuicją*
- *skupić się na tym, co dzieje się tu i teraz, czerpać z tego radość*
- *poznać swoją kulturę i tożsamość*

Drodzy Państwo, nic dodać, nic ująć.

Zapraszamy dorosłych mieszkańców gminy Ropa, do tego, aby wzmocnili swoją obecnością zespół OKARYNA, działający przy GOK w Ropie, pod kierunkiem pana Jerzego Nowickiego oraz pani Renaty Tarsa - choreograf. Jak wyżej widać, zaangażowanie we wspólne spotkania, próby, ruch, taniec, wspólny śpiew, niosą same korzyści dla zdrowia i relacji międzyludzkich.

A poniżej w linku filmik z próby zespołu OKARYNA, który prosimy obejrzeć i polubić.

<https://www.youtube.com/watch?v=EQNiKW-RIH4>

Czekamy na WAS! Próby odbywają się w każdy wtorek, od godziny 17.00

jhj

Kontakt:

tel./fax +18 353 06 11

e-mail: kultura@gokropa.iaw.pl

[Zespół redakcyjny](#)

Adres:

Gminny Ośrodek Kultury

Ropa 780

38-312 Ropa

Dodatkowe Informacje

- [Mapa serwisu](#)
- [Słownik skrótów](#)
- [Instrukcja obsługi](#)
- [Ochrona danych osobowych](#)
- [RSS](#)
- [Ponowne wykorzystywanie](#)
- [Udostępnianie informacji publicznej](#)
- [Statystyki oglądalności BIP](#)
- Ostatnia aktualizacja: 03.02.2020r.

[Przeźnij do początku](#)