
Dombai Szilvia



Rúdtánc, rúdfitnessz oktató, sportedző

2010 óta foglalkozom intenzíven a rúdtáncsal, és azóta is folyamatosan képezem magam. A Chrome Bunnies stúdió alapítója és vezető oktatója vagyok. Tanítványaimmal számos hazai és nemzetközi versenyeken értünk el sikereket: -2013. Miss Poledance Hungary 4. hely -2014. High Level Pole Sport Tournament ezüst érem -2015. Pole Aristic Hungary Junior arany érem -2017. Pole Art Hungary Junior bronz érem. A kezdetek kezdetén a rúdtánc azonnal rabul ejtett, hiszen rengeteg stílussal kombinálható, számos irányza van. Hozzám az Art stílus áll a legközelebb, amely kötetlenebb, művészi önkifejezés, erő-és akrobatikus elemekkel gazdagítva, de mindenki az egyéniségére tudja formálni ezt a mozgásformát. Céлом a Pécsi Rúdsport Egyesület megalapítása mellett a rúdfitnessz megismertetése az emberekkel, a sztereotípiák ledöntése és a megszerzett tudásom átadása. A test megerősítése mellett nagy hangsúlyt fektetek a nyújtásra, hiszen egy-egy elem kivitelezése akkor a legszebb, ha kellő rugalmassággal rendelkezünk. Szeretem az egyedi trükköket, a meghökkentő elemeket, de mindent az alapoktól kezdünk és fokozatosan jutunk el a leggyakrabban használt táncos mozdulatokig és erőelemekig.

Elérhetőség: +36 30 6439-179

Source URL: https://tancolo.pte.hu/en/dombai_szilvia