

Jmenuji Ivana Riedlová a v současné době jsem na rodičovské dovolené s ročním synem Vilíkem, který má ještě starší rozpustilou ségru, čtyřletou Amálku.

Tanci a všestrannému pohybu se věnuji již od dětství, od 15-ti let vedu rozmanité lekce pro děti, juniory i dospělé, nacvičuji choreografie a taneční vystoupení, později jsem začala také školit začínající lektory, pořádat sportovní tábory a soutěže pro děti. Během rodičovské dovolené jsem začala vést lekce cvičení pro kojence a batolata a pomáhat jako teta v „předkoličce“.

Do svých hodin s dětmi se snažím vždy zařadit všeobecnou pohybovou přípravu, cviky na správné držení těla a rytmizační cvičení, to vše hravou a nenásilnou formou, která podporuje samostatný rozvoj dítěte.



certifikáty a vzdělání:

- pedagogická fakulta UHK (učitelství pro SŠ - matematika, ZSV)
- Aerobic & Group Fitness Instructor (certifikát FISAF)
- Aerobik pro děti (workshop AC Brno)
- dětská jóga (seminář UHK)
- Street Latino (workshop FBGA)
- Street dance (seminář Mighty Shake Zastávka u Brna)
- Port De Bras BASIC (workshop FACE Czech)
- Port De Bras INTERMEDIATE:UPDATE 1 (workshop FACE Czech)
- Metodika pohybových her s kojenci a batolaty (CRSP)
- Držení těla: axiální systém, horní končetina, dolní končetina (IQ Pohyb Academy)

- Muscle Conditioning (spec. kurz FISAF)
- Body Ball (spec. kurz FISAF)
- kurz základních masáží (FISAF)
- Step Basic Diplom (FACE Czech)
- Step Advanced Diplom (FACE Czech)
- Power Step Diplom (FACE Czech)
- Step choreo (workshop FBGA)
- Slow Toning Diplom (FBGA)
- Zdravotník zotavovacích akcí (ČČK)
- každoroční účast na mezinárodních kongresech Aerobicmania, Face Czech Academy, FISAF convention