

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för våren 2015

Terminen startar **v.3 om inget annat anges.**

Anmälan görs via www.helensdansskola.nu

Samtliga kurser är 14 ggr och 60 min **OM** inget annat anges!

Måndag Sal 1

17:30	Jazz forts I tonår		Frida
18:30	ZUMBA		Leticia
19:30	Modernt mellan tonår		Frida

Måndag Sal 2

18:30	Bugg/Latin mellan jun/ton		Helen
19:30	Solo/Duo		Helen
19:30	Arg. tango nyb vux	6 ggr start v.8	Helen

Måndag Sal 3

16:30	Disco nyb 9-12 år		Frida
17:30	MUSKELPASS		Lisa
19:00	Disco övade tonår		Emma

Måndag Sal 4

18:00	Balett övade tonår/vuxna		Tina
19:00	Balett forts vuxna		Tina
20:00	Balett nyb vuxna	7+7 ggr	Tina

Tisdag Sal 1

16:45	Jazz mellan/öv tonår	75 min	Angelica
18:00	Feminine vibe mellan 16+		Ida
19:00	Feminine vibe övade 16+		Ida
20:00	Hiphop avanc ton/vuxna	7 ggr	Ida
20:00	Afrikansk dans nyb vuxna	7 ggr start v.11	Ida

Tisdag Sal 2

16:00	Modernt nyb/forts tonår		Frida
17:00	Jazz nyb/forts 9-12 år		Frida
18:00	PILOXING		Cilla

Tisdag Sal 3

17:00	Disco forts/mellan junior		Emma
18:00	Jazz forts I junior		Ann-Sofi
19:00	Commercial jazz mellan/övade tonår		Ann-Sofi
20:00	Jazz nyb/forts tonår		Ann-Sofi

Onsdagar Sal 1

17:00	Jazz övade/avanc tonår	90 min	Ida
18:30	Jazz avanc vuxna	90 min	Ida
20:00	House nyb/forts ton/vuxna	7+7ggr	Ida

Onsdagar Sal 2

18:00	AEROBIC-BASIC		Angelica/Sofia
19:00	TABATA		Sofia

Onsdag Sal 3

16:00	Disco nyb/forts tonår		Emma
17:00	Feminine vibe nyb 16+		Angelica
18:00	Disco forts I junior		Emma
19:00	Tävlingsdisco avanc		Emma

Onsdag Sal 4

17:45	Förb. Balett 6-7 år	12 ggr	45 min	Tina
18:30	Balett nyb/forts 9-12 år			Tina
19:30	Balett nyb/forts tonår			Tina

Torsdag Sal 1

17:00	Streetboys nyb 6-7 år	12 ggr	45 min	Kristofer
18:30	Hiphop nyb/forts tonår			Kristofer
19:30	Hiphop mellan/övade tonår			Kristofer
20:30	Hiphop vuxna	7+7 ggr		Kristofer

Torsdag Sal 2

17:30	CORE			Margot
18:30	Stepp nyb/forts ton/vux	7 ggr		Linda
19:30	Stepp forts vuxna	7 ggr		Linda

Torsdag Sal 3

14:00	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
14:30	Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
15:00	Barndans 5 år	12 ggr	45 min	Helen/Annette
15:45	Barndans 6 år	12 ggr	45 min	Helen/Annette
16:30	Showkids 7 år	12 ggr	45 min	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	CARDIOMUSCLE			Margot
19:45	Standard mellan vuxna		75 min	Helen

Torsdag Sal 4

10:30	MAMMA-BARN		start v.10	Hanna
16:30	Förb. Balett 6-7 år	12 ggr	45 min	Tina
17:30	Balett forts I 7-9 år			Tina
18:30	Floortechnique vuxna	7+7 ggr		Tina
19:30	Balett mellan tonår		75 min	Tina

Fredag Sal 1

15:15	Streetboys forts 6-7år	12 ggr	45 min	Pablo
16:00	Streetboys forts 8-9år	12 ggr	45 min	Pablo
16:45	Streetstyles forts junior/tonår			Pablo
17:45	Streetstyles nyb 10-12 år			Pablo

Fredag Sal 3

17:00	ZUMBA			Emma
-------	--------------	--	--	------

Söndag Sal 1

16:30	Hiphop nyb 9-12 år			Kristofer
17:30	Cubaton tonår/vuxna	7 ggr		Kristofer
17:30	Latin House ton/vux	start v.11	7 ggr	Kristofer
18:30	West Coast Swing nyb vux	6 ggr	75 min	Helen

Söndag Sal 2

17:30	PILATES			Cilla
18:30	Salsa nyb vuxna	6 ggr	75 min	Kristofer
19:45	Salsa forts/mellan ton/vux	6 ggr	75 min	Kristofer

Söndag Sal 3

13:30	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
14:00	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
14:30	Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
15:00	Barndans 5 år	12 ggr	45 min	Helen/Irina
15:45	Barndans 6 år	12 ggr	45 min	Helen/Irina
16:30	Showkids 7år	12 ggr	45 min	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	AEROBIC-INTENSIV			Margot
20:00	Bugg nyb vuxna	6 ggr	75 min	Helen

Lilla Danspaketet: Dansa 3 kurser och få 3:e kursen till halva priset.

Stora Danspaketet: Dansa 4 kurser och få 4:e kursen gratis.

Familjerabatt: Föräldrar som har barn på dansskolan = 2 vuxna till ett pris

Kurser inom familjen: 2 kurser - 200kr, 3 kurser - 300 kr, 4 kurser-400 kr, 5 kurser - 500 kr osv.

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

Exam. danspedagog Helen Hjelmqvist medl. i SDO med personal.

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.



