

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

KURSPROGRAM FÖR HÖSTEN 2018

Terminsstart söndag vecka 33, söndag 19/8.

Anmälan görs via www.helensdansskola.nu

Måndag Sal 1

16:00 Akrobatik 7-8 år N1	14 ggr	45 min	Josefine C
16:45 Akrobatik junior N3	16 ggr		Josefine C
17:45 Akrobatik 9-12 år N1+N2	16 ggr		Josefine C
18:45 Jazz junior N3+4	16 ggr		Josefine C
19:45 Tävlingscoaching Konstnärligt	16 ggr		Josefine C

Måndag Sal 2

17:00 Jazz 9-12 år N1+2	14 ggr		Angelica
18:00 Pardans junior N2+3	14 ggr		Helen

Måndag Sal 3

16:30 Jazz 9-12 år N1+2	14 ggr		Angelica
17:00 Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
17:30 Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
18:00 FUNCTIONAL FLOW			Mia
19:00 Artistic Ballroom tonår N4			Helen/Elin/Ida
20:00 Standard vuxna N1 (vals, q-step m.m)		75 min	Helen

Måndag Sal 4

18:00 Tävlingscoaching Pardans			Elin/Ida
--------------------------------	--	--	----------

Tisdag Sal 1

16:00 Tävlingshiphop junior/tonår	14 ggr		Angelica
18:00 Streetgirls 8-9 år	14 ggr	45 min	Angelica
18:45 Hiphop 9-12 år N1+2	14 ggr		Angelica

Tisdag Sal 2

18:00 PILOXING			Cilla
----------------	--	--	-------

Tisdag Sal 3

17:45 Jazz tonår N7	14 ggr	75 min	Ann-Sofi
19:00 Com.jazz tonår/vuxna Övade	14 ggr		Ann-Sofi
20:00 Commercial jazz/hiphop vuxna N1	7 ggr	start vecka 41	Ann-Sofi/Angelica

Onsdagar Sal 1

16:15 Akrobatik 9-12 N1	16 ggr		Josefine C
17:15 Disco 9-12 år N1	16 ggr		Josefine C
18:15 Disco junior N2	16 ggr		Josefine C
19:15 Disco junior/tonår N5	16 ggr		Josefine C
20:15 Akrobatik tonår N1+2	16 ggr		Josefine C

Onsdag Sal 2

18:00 TOTAL BODY WORKOUT	JÄMNA VECKOR		Mies
18:00 SKIVSTÅNG PULS	OJÄMNA VECKOR		Sofia
19:00 Tävlingscoaching Art.Ballroom	14 ggr		Helen/Elin/Ida

Onsdag Sal 3

16:30 Barndans 5 år	12 ggr	45 min	Helen/Irina
17:15 Barndans 6 år	14 ggr	45 min	Helen/Irina
18:00 Pardans tonår N5	14 ggr	30 min	Helen
18:30 Jazz vuxna Avanc	14 ggr	90 min	Sara/Helen
20:00 Latin vuxna N3	14 ggr	75 min	Helen

Torsdag Sal 1

16:30 Balett 6-8 år	14 ggr	45 min	Josefine C
17:15 Balett junior N2+3	14 ggr		Josefine C
18:15 Balett för tävlingsdansare N7	16 ggr		Josefine C
19:30 Jazz tonår Avancerad	16 ggr	75 min	Josefine C

Torsdag Sal 2

17:15 Balett tonår/vuxna Övade	14 ggr	75 min	Denes
18:30 Balett tonår/vuxna N1+2	14 ggr		Denes

Torsdag Sal 3

16:45 Showkids 7 år	14 ggr	45 min	Helen
17:30 Showkids 8-9 år	14 ggr		Helen
18:30 MUSKELPASS/CORE			Margot
19:45 Standard vuxna Övade	14 ggr	75 min	Helen

Fredag Sal 1

16:00 Hiphop junior N3	14 ggr		Angelica/Pablo
17:00 Streetboys 7-8 år	14 ggr	45 min	Angelica/Pablo
17:45 Hiphop tonår/vuxna Övade	7 ggr	start v.41	Pablo

Fredag Sal 3

16:00 Jazz tonår N4	14 ggr		Ann-Sofi
17:00 Com.jazz tonår N6	14 ggr		Ann-Sofi

Söndag Sal 1

18:30 Bugg vuxna Övade	6 ggr	75 min	start v.39 Helen
------------------------	-------	--------	------------------

Söndag Sal 3

14:00 Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	start v.33 Helen/Irina
14:30 Barndans 4 år	12 ggr	30 min	start v.33 Helen/Irina
15:00 Barndans 5 år	12 ggr	45 min	start v.33 Helen/Irina
15:45 Barndans 6 år	14 ggr	45 min	start v.33 Helen/Irina
16:30 Showkids 7 år	14 ggr	45 min	start v.33 Helen
17:30 Showkids 8-9 år	14 ggr		start v.33 Helen
18:30 AEROBIC INTENSIV		90 min	Margot

Söndag Sal 4

18:45 YINYANGYOGA		75 min	Victoria
-------------------	--	--------	----------

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.

Lektionstid 60 minuter om inget anges.

www.helensdansskola.nu - lidkoping@helensdansskola.nu

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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

34 ÅR **HELENS**
DANSSKOLA

