

## Måndag Sal 1

16:00 Akrobatik 6-8 år N2	14 ggr	45 min	Josefine
16:45 Akrobatik junior/tonår N5	16 ggr		Josefine
17:45 Akrobatik junior N3+4	16 ggr		Josefine
18:45 Project 300 10-14 år	16 ggr	75 min	Josefine
20:00 Tävlingscoaching Konstnärligt	16 ggr		Josefine

## Måndag Sal 2

18:00 Artistic Ballroom junior N3	14 ggr		Helen
-----------------------------------	--------	--	-------

## Måndag Sal 3

16:00 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 N5	14 ggr		Helen
20:00 Standard vuxna N1+2	14 ggr	start v.5	Helen

## Tisdag Sal 1

16:15 Tävlingscoaching Hiphop	14 ggr		Angelica
17:15 Hiphop junior/tonår N4	14 ggr		Angelica
18:15 Streetkids 8-9 år	14 ggr	45 min	Angelica
19:00 Hiphop 10-12 år N1+2	14 ggr		Angelica

## Tisdag Sal 3

18:00 DanceMoves			Ann-Sofi
19:00 Com.jazz tonår/vuxna Övade	14 ggr		Ann-Sofi

## Onsdagar Sal 1

16:15 Akrobatik junior N2	16 ggr		Josefine
17:15 Akrobatik 9-12 N1	16 ggr		Josefine
18:15 Jazz junior N4	16 ggr		Josefine
19:15 Tävlingsdisco Övade	16 ggr		Josefine
20:15 Akrobatik tonår N2	16 ggr		Josefine

## Onsdag Sal 2

18:00 Showkids 8-9 år	14 ggr		Helen
19:00 Jazz Avancerad vuxna	12 ggr	start v.5	Helen/Sara/Frida
20:15 Pardans tonår N5	14 ggr		Helen/Filip

## 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 TABATA		JÄMNA VECKOR	Mies
18:00 TABATA/CIRKEL		OJÄMNA VECKOR	Sofia
19:00 Tävlingscoaching Art.Ballroom	14 ggr		Helen/Filip
20:15 Latin vuxna N4	14 ggr	75 min	Helen/Filip

## Torsdag Sal 1

16:30 Balett 6-8 år N1+2	14 ggr	45 min	Josefine
17:15 Balett junior N3	16 ggr		Josefine
18:15 Balett för tävlingsdansare N7	16 ggr	75 min	Josefine
18:45 Jazz tonår Avancerad	16 ggr	75 min	Josefine

## Torsdag Sal 2

17:30 Tåspets	14 ggr		Denes
18:00 Balett tonår N1	14 ggr		Denes
19:00 Balett vuxna N1+2	14 ggr	75 min	Denes

## Torsdag Sal 3

16:30 Hiphop Övade ton/vux	14 ggr		Jennifer
18:30 MUSKELPASS/CORE			Margot
19:45 Standard vuxna Övade	14 ggr	75 min	Helen

## Fredag Sal 1

16:00 Streetboys 6-7 år	14 ggr	45 min	Angelica
16:45 Streetboys 8-9 år	14 ggr	45 min	Angelica

## 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

14:30 Disco 9-12 år N1+2	14 ggr	start v.2	Stina
15:30 Tävlingscoaching disco			Stina
16:30 Modernt 9-12 år N1	14 ggr	start v.2	Stina
17:30 Modernt tonår N4	14 ggr	start v.2	Stina
18:30 Bugg vuxna Övade	6 ggr	75 min start v.2	Helen
18:30 Bugg vuxna N1	6 ggr	75 min start v.9	Helen
20:00 Salsa vuxna N1	6 ggr	75 min start v.2	Helen

## Söndag Sal 2

16:30 Pardans 9-12 år N1	14 ggr	start v.2	Emil/Tina
17:30 Tävlingscoaching pardans			Emil/Tina
18:30 Modernt tonår N1	14 ggr	start v.2	Stina

## Söndag Sal 3

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

## Söndag Sal 4

18:30 YINYANGYOGA		90 min		Victoria
-------------------	--	--------	--	----------



Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.

Lektionstid 60 minuter om inget anges.

[www.helensdansskola.nu](http://www.helensdansskola.nu) - [lidkoping@helensdansskola.nu](mailto:lidkoping@helensdansskola.nu)

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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





