

# Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

## KURSPROGRAM FÖR HÖSTEN 2019

Terminsstart söndag 18 augusti

Anmälan görs via [www.helensdansskola.nu](http://www.helensdansskola.nu)

### Måndag Sal 1

16:00 Akrobatik 7-8 år N2	14 ggr	45 min	Josefine
16:45 Akrobatik junior/tonår N5	16 ggr		Josefine
17:45 Akrobatik junior N4	16 ggr		Josefine
18:45 Project 300 Junior	16 ggr		Josefine
19:45 Tävlingscoaching Konstnärligt Champion			Josefine

### Måndag Sal 2

18:00 AFRO			Sofia
------------	--	--	-------

### Måndag Sal 3

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 Barndans 5 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
18:45 Art.Ballroom jun/ton N5	14 ggr	75 min	Helen
20:00 Standard vuxna N2	14 ggr	75 min	Helen

### Tisdag Sal 1

16:00 Akrobatik 6 år	14 ggr	45 min	Josefine
16:45 Project 300 Petite (8-10 år)	16 ggr		Josefine
17:45 Tävlingscoaching Konstnärligt Brons			Josefine
18:45 300 Dance Company	16 ggr		Josefine
19:45 LA STYLE tonår N5	16 ggr		Josefine

### Tisdag Sal 3

16:30 TABATA			Mies
17:45 Jazz junior N2	14 ggr		Ann-Sofi
18:45 Com.jazz tonår/vuxna Övade	14 ggr		Ann-Sofi
19:45 Commercial jazz tonår N1	14 ggr		Ann-Sofi

### Tisdag Sal 2

16:15 Tävlingscoaching Hiphop			Angelica
17:15 Hiphop tonår N5	14 ggr		Angelica
18:15 Hiphop 8-9 år N2	14 ggr	45 min	Angelica
19:00 Hiphop junior N2	14 ggr		Angelica

### Onsdagar Sal 1

16:15 Akrobatik junior N2+3	16 ggr		Josefine
17:15 Akrobatik 9-12 år N1	16 ggr		Josefine
18:15 Akrobatik 7-8 år N1	14 ggr	45 min	Josefine
19:00 Tävlingsdisco Övade	16 ggr		Josefine
20:00 Akrobatik tonår N2	16 ggr		Josefine

### Onsdag Sal 2

18:00 DanceMoves			Emma L
19:00 Jazz Avancerad vuxna		75 min	Sara/Frida
20:00 Tävlingscoaching Pardans			st v.39 Emil/Tina

### Onsdag Sal 3

17:30 Showkids 7 år	14 ggr	45 min	Helen
18:15 Showkids 8-9 år	14 ggr	45 min	Helen
19:00 Tävlingscoaching Art.Ballroom			Helen
20:00 Latin vuxna N4	14 ggr	75 min	Helen

### Torsdag Sal 1

16:30 Balett 7-8 år N1+2	14 ggr	45 min	Josefine
17:15 Balett junior N3	16 ggr		Josefine
18:15 Balett 6 år	14 ggr	45 min	Josefine
19:00 Balett för tävlingsdansare N6	16 ggr		Josefine
20:00 Jazz tonår Avancerad	16 ggr	75 min	Josefine

### Torsdag Sal 2

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

### Torsdag Sal 3

16:15 Jazz junior N4	16 ggr		Clara
18:30 Muskelpass/Core			Margot
19:45 Standard vuxna Övade	14 ggr	75 min	Helen

### Fredag Sal 1

17:00 Hiphop 8-9 år N1	14 ggr	45 min	Angelica/Gustav/Hannes
17:45 All Styles Battles öppen nivå		enstaka lektioner	Linus

### Fredag Sal 3

16:00 Jazz tonår N5	14 ggr		Ann-Sofi
17:00 Jazz tonår N1	14 ggr		Ann-Sofi

### Söndag Sal 1

14:30 Disco junior N2	14 ggr		Sandra L
15:30 Tävlingscoaching disco			Sandra L
16:30 Disco 9-12 år N1	14 ggr		Sandra L
17:45 Showkids 8-9 år	14 ggr	45 min	Helen
18:30 Bugg vuxna N2	6 ggr	75 min	Helen
20:00 Bugg vuxna Övade	6 ggr	75 min	Helen
20:00 Bugg vuxna N1	6 ggr	75 min st v. 39	Helen

### Söndag Sal 2

14:30 Jazz 9-12 år N1	14 ggr		Clara
15:30 Modernt tonår N4	14 ggr		Stina/Clara
16:30 Modernt junior/tonår N2	14 ggr		Clara
18:00 Pardans 9-12 år N1+2	14 ggr		Emil
19:00 Tävlingscoaching Pardans			Emil/Tina

### Söndag Sal 3

14:30 Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
15:00 Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
15:30 Barndans 5 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
16:00 Barndans 6 år	14 ggr	45 min	Helen/Irina
16:45 Showkids 7 år	14 ggr	45 min	Helen
18:30 Aerobic Intensiv		90 min	Margot

### Söndag Sal 4

18:30 YinYang Yoga		90 min	Victoria
--------------------	--	--------	----------

# 34 ÅR HELENS DANSSKOLA

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!





