

# LIDKÖPING

## Kursprogram Våren 2022

Terminsstart 16 Januari, söndag v.2

Anmälan sker på [www.helensdansskola.nu](http://www.helensdansskola.nu)

### Måndag Sal 1

17:00 Jazz 9-12 år N1+2	14 ggr		Stina
18:00 Balett 7-10 år	14 ggr	45 min	Stina
20:00 High Heels 15år+ Öppen nivå	14 ggr		Stina

### 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
19:00 Modernt vuxna Öppen nivå	14 ggr		Stina
20:00 Jazz 30+ Öppen nivå	14 ggr		Helen

### Tisdag Sal 1

17:30 Jazz junior/tonår N3+4	14 ggr		Ann-Sofi
18:30 Com.jazz ton/vux Övade	14 ggr		Ann-Sofi
19:30 Com.performance 15år+ Öppen nivå	10 ggr		Lina

### Tisdag Sal 2

17:30 Akrobatik 7-9 år N2	14 ggr	45 min	Julia/Vanna
18:30 Akrobatik junior N2	14 ggr		Julia/Vanna

### Tisdag Sal 3

18:00 TABATA			Sofia
19:30 Com.jazz 30år+ Öppen nivå	7 ggr		Ann-Sofi
19:30 Com.hiphop 30år+ Öppen nivå	7 ggr	st v.11	Ann-Sofi

### Onsdagar Sal 1

18:00 DanceWorkout			Sofia
19:00 Solo Latin vuxna N2	14 ggr		Emil

### Onsdag Sal 2

18:00 Showkids 8-9 år	14 ggr	45 min	Helen
19:00 Art.Ballroom tonår N6	14 ggr		Helen
20:00 Hiphop vuxna Öppen nivå	14 ggr		Joaquin

### Onsdag Sal 3

18:30 Jazz vuxna Avancerad	14 ggr	75 min	Sara/Stina
20:00 Salsa vuxna Öppen nivå	6 ggr	st v.9	Helen

### Torsdag Sal 1

18:30 Klassisk Balett ton/vux N4	14 ggr		Denes
19:30 Klassisk Balett 30+ Öppen nivå	14 ggr		Denes

### Torsdag Sal 3

18:00 Muskelpass/Core			Margot
19:45 Standard vuxna Övade	14 ggr		Helen

### Fredag Sal 1

15:45 Hiphop 7-9 år	14 ggr	45 min	Cornelia/Hannes
16:30 Hiphop junior N3	14 ggr		Cornelia/Hannes

### Fredag Sal 2

15:30 Pardans/Solo latin junior N2	14 ggr		Emil
------------------------------------	--------	--	------

### Fredag Sal 3

15:45 Jazz tonår/vuxna Övade	14 ggr	75 min	Ann-Sofi
17:00 Jazz junior N2+3	14 ggr		Stina

### Söndag Sal 1

19:30 Bugg vuxna N1	6 ggr	st v.9	Helen
---------------------	-------	--------	-------

### Söndag Sal 3

15:00 Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
15:30 Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
16:00 Barndans 5 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
16:30 Barndans 6 år	14 ggr	45 min	Helen/Irina
17:15 Showkids 7år	14 ggr	45 min	Helen
18:00 Showspecial junior	14 ggr		Helen
18:30 Aerobics Intensiv		75 min	Margot

### Söndag Sal 4

18:30 Livs Yoga			Ulrika
-----------------	--	--	--------

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!



**HELENS**  
DANSSKOLA