

# FÖRSOMMARKURSER SKÖVDE

Se respektive kurs för start

## MÅNDAG - SAL 1

18.00 Disco jun/ton N5+6 4 ggr start v.20 Amelia

## MÅNDAG - SAL 2

18.00 Commercial hiphop 15 år+ Öppen nivå 4 ggr start v.20 Jennifer  
19.00 Modernt ton/vux Öppen nivå 4ggr start v.20 Jennifer  
20.00 House vuxna Öppen nivå 4ggr start v.20 Jennifer

## MÅNDAG - SAL 4

17.30 **Pilates\*** drop in 4 ggr start v.19 Elisabeth

## TISDAG - SAL 1

18.00 Fys ch Flexibility drop in 4 ggr start v.21 Jennifer  
19.00 **Zumba maraton\* 11/6** drop in 90 min Carolina / Helen S

## TISDAG - SAL 2

19.00 Solo Latin vuxna N3 3 ggr start v. 20 Helen H  
20.00 Salsa vuxna N2+3 3 ggr start v.20 Helen H

## TISDAG - SAL 3

19.00 **Dance Workout\*** drop in 4 ggr start v.20 Helen S

## ONSDAG - SAL 1

18.00 Performing Arts coachning drop in 4 ggr start v.20 Sara  
19.00 Jump & Turns tonår Avancerad 4 ggr start v.20 Sara  
20.00 Commercial Jazz 15 år+ N5-Avancerad 4 ggr start v.20 Sara

## ONSDAG - SAL 2

17.00 Commercial Teens N1-5 4 ggr start v.20 Jennifer

## TORSDAG - SAL 1

19.00 Jazz tonår N5-Avancerad 4 ggr start v.20 Sara  
20.00 Cotemporary tonår N7-Avancerad 4 ggr start v.20 Sara

## TORSDAG - SAL 2

18.30 **Zumba\*** drop in 3 ggr start v.20 Carolina

## TORSDAG - SAL 3

18.00 Bugg vuxna N1 3 ggr start v.20 Helen H  
19.00 Foxtrot vuxna N1 3 ggr start v.20 Helen H  
20.00 Salsa/Bachata vuxna N3-5 3 ggr start v.20 Helen H

## SÖNDAG - SAL 1

18.00 Dancehall/Twerk vuxna N1+2 5 ggr start v.19 Isabelle

# FÖRSOMMARKURSER LIDKÖPING

Se respektive kurs för start

## MÅNDAG - SAL 1

17.30	<b>Pilates Trainee*</b>	<i>drop in</i>	6 ggr	<i>start v.19</i>	Helen H
19.00	Salsa vuxna N2		4 ggr	<i>start v. 21</i>	Helen H

## MÅNDAG - SAL 3

18.30	<b>Tabata*</b>	<i>drop in</i>	7 ggr	<i>start v.19</i>	Jacob
20.00	Jazz 30+ Öppen nivå		4 ggr	<i>start v.19</i>	Helen H

## TISDAG - SAL 1

18.30	<b>Pilates Trainee*</b>	<i>drop in</i>	6 ggr	<i>start v.19</i>	Ann-Sofi
-------	-------------------------	----------------	-------	-------------------	----------

## TISDAG - SAL 3

18.00	<b>Tabata*</b>	<i>drop in</i>	7 ggr	<i>start v.19</i>	Sofia
-------	----------------	----------------	-------	-------------------	-------

## ONSDAG - SAL1

18.00	Artistic Ballroom 9-12 år N1		3 ggr	<i>start v.20</i>	Olivia
-------	------------------------------	--	-------	-------------------	--------

## ONSDAG - SAL 3

18.00	<b>Afro*</b>	<i>drop in</i>	7 ggr	<i>start v.19</i>	Sofia
20.00	Standard Övade		3 ggr	<i>start v.20</i>	Helen H

## TORSDAG - SAL 3

18.00	<b>Muskelpass/Core*</b>	<i>drop in</i>	5 ggr	<i>start v.20</i>	Margot
-------	-------------------------	----------------	-------	-------------------	--------

## SÖNDAG - SAL 1

19.00	Foxtrot vuxna N1		3 ggr	<i>start v.19</i>	Helen H
20.00	Bugg vuxna N1		3 ggr	<i>start v.19</i>	Helen H

## SÖNDAG - SAL 3

18.30	<b>Aerobics*</b>	<i>drop in</i>	6 ggr	<i>start v.19</i>	Margot
-------	------------------	----------------	-------	-------------------	--------