

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för våren 2015

Terminen startar **v.3 om inget annat anges.**

Anmälan görs via www.helensdansskola.nu

Samtliga kurser är 14 ggr och

60 min **OM** inget annat anges!

Måndag Sal 1

16:30	Disco nyb 9-12 år	Frida
17:30	Jazz forts I tonår	Frida
19:00	Disco övade tonår	Emma

Måndag Sal 2

18:30	Bugg/Latin mellan jun/ton	Helen
19:30	Solo/Duo	Helen
19:30	Arg. tango nyb vux	6 ggr start v.8 Helen

Måndag Sal 3

17:30	MUSKELPASS	Lisa
18:30	ZUMBA	Leticia
19:30	Modernt mellan tonår	Frida

Måndag Sal 4

18:00	Ballett övade tonår/vuxna	Tina
19:00	Ballett nyb/forts vuxna	Tina

Tisdag Sal 1

16:45	Jazz mellan/öv tonår	75 min Ida
18:00	Feminine vibe mellan 16+	Ida
19:00	Feminine vibe övade 16 +	Ida
20:00	Hiphop avanc ton/vuxna	Ida

Tisdag Sal 2

17:00	Jazz nyb/forts 9-12 år	Frida
18:00	Jazz forts I junior	Ann-Sofi

Tisdag Sal 3

17:00	Disco forts/mellan junior	Emma
18:00	PILOXING	Cilla
19:00	Commercial jazz mellan/övade tonår	Ann-Sofi
20:00	Jazz nyb/forts tonår	Ann-Sofi

Onsdagar Sal 1

17:00	Tävlingsdisco avanc	Emma
18:30	Jazz avanc vuxna	90 min Ida
20:00	House nyb/forts ton/vuxna	7 ggr Ida
20:00	Afrikansk dans nyb vuxna	7 ggr start v.11 Ida

Onsdagar Sal 2

18:00	Disco forts I junior	Emma
-------	----------------------	------

Onsdag Sal 3

17:00	Feminine vibe nyb 16+	Angelica
18:00	AEROBIC-BASIC	Angelica/Sofia
19:00	TABATA	Sofia

Onsdag Sal 4

17:45	Förb. Ballett 6-7 år	12 ggr 45 min Tina
18:30	Ballett nyb/forts junior	Tina

Torsdag Sal 1

17:00	Streetboys nyb 6-7 år	12 ggr 45 min Kristofer
18:00	Hiphop nyb/forts tonår	Kristofer
19:30	Hiphop mellan/övade tonår	Kristofer
20:30	Hiphop vuxna	7 ggr start v.10 Kristofer

Torsdag Sal 2

17:30	CORE	Margot
18:30	Stepp nyb/forts ton/vux	7 ggr Linda
19:30	Stepp forts vuxna	7 ggr Linda

Torsdag Sal 3

14:00	Pyttedans 2-3 år	12 ggr 30 min Helen/Annette
14:30	Barndans 4 år	12 ggr 30 min Helen/Annette
15:00	Barndans 5 år	12 ggr 45 min Helen/Annette
15:45	Barndans 6 år	12 ggr 45 min Helen/Annette
16:30	Showkids 7 år	12 ggr 45 min Helen
17:30	Showkids 8-9 år	Helen
18:30	CARDIOMUSCLE	Margot
19:45	Standard mellan vuxna	75 min Helen

Torsdag Sal 4

10:30	MAMMA-BARN	start v.10 Hanna
16:30	Förb. Ballett 6-7 år	12 ggr 45 min Tina
17:30	Ballett forts I 7-9 år	Tina
18:30	Floorteknik vuxna	7+7 ggr Tina
19:30	Ballett mellan tonår	75 min Tina

Fredag Sal 1

15:15	Streetboys forts 6-7år	12 ggr 45 min Pablo
16:00	Streetboys forts 8-9år	12 ggr 45 min Pablo
16:45	Streetstyles forts junior/tonår	Pablo
17:45	Streetstyles nyb 10-12 år	Pablo

Fredag Sal 3

17:00	ZUMBA	Emma
-------	-------	------

Söndag Sal 1

16:30	Hiphop nyb 9-12 år	Kristofer
17:30	Cubaton tonår/vuxna	7 ggr Kristofer
17:30	Latin House ton/vux	7 ggr start v.11 Kristofer
18:30	West Coast Swing nyb vux	6 ggr 75 min Helen

Söndag Sal 2

17:30	PILATES	Cilla
18:30	Salsa nyb vuxna	6 ggr 75 min Kristofer
19:45	Salsa forts/mellan ton/vux	6 ggr 75 min Kristofer

Söndag Sal 3

13:30	Pyttedans 2-3 år	12 ggr 30 min Helen/Irina
14:00	Pyttedans 2-3 år	12 ggr 30 min Helen/Irina
14:30	Barndans 4 år	12 ggr 30 min Helen/Irina
15:00	Barndans 5 år	12 ggr 45 min Helen/Irina
15:45	Barndans 6 år	12 ggr 45 min Helen/Irina
16:30	Showkids 7år	12 ggr 45 min Helen
17:30	Showkids 8-9 år	Helen
18:30	AEROBIC-INTENSIV	Margot
20:00	Bugg nyb vuxna	6 ggr 75 min Helen

Lilla Danspaketet: Dansa 3 kurser och få 3:e kursen till halva priset.

Stora Danspaketet: Dansa 4 kurser och få 4:e kursen gratis.

Familjerabatt: Föräldrar som har barn på dansskolan = 2 vuxna till ett pris

Kurser inom familjen: 2 kurser - 200kr, 3 kurser - 300 kr, 4 kurser-400 kr, 5 kurser - 500 kr osv.

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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



Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.