

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för hösten 2015

Start vecka 35

- om inget annat anges!

Måndag Sal 1

17:30	Disco forts 9-12 år		Emma K
18:30	Disco övade tonår		Emma K
19:30	Tävlingsträning Disco		Emma K

Måndag Sal 2

16:45	Streetboys nyb 8-9 år	12 ggr	45 min	Kristofer
18:30	Hiphop nyb/forts vuxna	7 ggr	start v.42	Kristofer
19:30	Stepp forts vuxna	7 ggr	start v.42	Linda

Måndag Sal 3

17:30	CARRIBEAN			Kristofer
18:30	MUSKELPASS			Sofia

Måndag Sal 4

17:30	Bugg/Latin nyb 9-12år			Helen
18:30	Bugg/Latin mellan jun/ton			Helen

Tisdag Sal 1

17:00	Streetgirls nyb 8-9 år	12 ggr	45 min	Kristofer
18:00	PILOXING			Cilla
19:00	Feminine vibe övade 15 +			Ida
20:00	Hiphop avanc tonår			Ida

Tisdag Sal 2

17:00	House nyb/forts tonår/vuxna	7 ggr	start v.42	Ida
18:00	Feminine vibe mellan 15+			Ida
19:00	Cubaton vuxna	7 ggr	start v.42	Kristofer
20:00	Salsa nyb vuxna	6 ggr	start v.41	Kristofer

Tisdag Sal 3

17:00	Commercial jazz nyb tonår			Angelica
18:00	Jazz forts I junior			Ann-Sofi
19:00	Commercial jazz övade tonår			Ann-Sofi
20:00	Jazz forts I tonår			Ann-Sofi

Tisdag Sal 4

17:00	YOGA			Ellinor
18:00	Jazz nyb 9-12 år			Angelica
19:00	Feminine Vibe nyb/forts 15 +			Ellinor
20:00	Jazz nyb/forts vuxna	7 ggr	start v.42	Ellinor

Onsdagar Sal 1

17:00	Feminine vibe forts 15+			Angelica
18:30	Jazz avanc vuxna		90 min	Sara

Onsdagar Sal 2

18:00	Jazz övade tonår/vuxna		75 min	Angelica
20:00	Disco nyb vuxna	7 ggr	start v.42	Emma K

Onsdag Sal 3

17:00	Disco nyb 9-12 år			Emma K
18:00	Disco forts/mellan junior			Emma K
19:00	TABATA			Sofia

Onsdag Sal 4

18:00	Balett nyb/forts 9-12 år			Tina
19:00	Balett nyb/forts vuxna	7 ggr	start v.43	Tina
20:00	Balett övade tonår/vuxna		75 min	Tina

Torsdag Sal 1

16:30	Streetstyles nyb 10-12 år			Pablo
17:30	Streetboys nyb/forts 6-7 år	12 ggr	45 min	Pablo
18:15	Hiphop mellan/övade tonår/vuxna			Pablo
19:30	Standard mellan vuxna			Helen

Torsdag Sal 2

17:30	CORE			Margot
18:15	Hiphop forts tonår			Ellinor
19:15	Dancehall vuxna	7 ggr	start v.42	Ellinor

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
20:00	Modernt mellan tonår		75 min	Tina

Torsdag Sal 4

16:30	Förb. Balett 6-7 år	12 ggr	45 min	Tina
17:30	Modernt nyb 10-13 år	10 ggr	start v.40	Tina
18:30	Balett mellan/övade 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/mellan junior/tonår			Pablo
17:45	Streetstyles forts 10-12 år			Pablo

Fredag Sal 3

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

Söndag Sal 1

15:30	Hiphop nyb 9-12 år			Kristofer
16:30	Hiphop forts junior			Kristofer
17:30	CARRIBEAN			Kristofer
18:30	Bugg IV	6 ggr	start v.41	Helen
19:45	Salsa avancerad ton/vux		75 min	Kristofer

Söndag Sal 2

18:30	Salsa forts I vuxna	6 ggr	start v.41	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 II vuxna	6 ggr	start v.41	Helen

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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



Observera! Flertalet av våra klasser är 60 minuter långa och har 14 kurstillfällen.

De kurser som skiljer från detta följer det specifika information efter.

Våra rabatter:

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.

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.