

Helens Dansskola i Lidköping - kursprogram hösten 2016

Startvecka 34 (22-28 augusti)

Måndag Sal 1				Torsdag Sal 1			
17:00	Disco mellan junior/tonår		Josefine	16:30	Streetstyles forts junior		Pablo
18:00	Disco forts II junior		Josefine	17:30	Streetboys forts 7-8 år	12 ggr	45 min Pablo
19:00	Disco nyb/forts 9-12 år		Josefine	18:15	Hiphop övade tonår/vuxna		Pablo
20:00	Modernt mellan/övade tonår	75 min	Josefine	19:30	LA Style övade tonår/vuxna		Josefine
Måndag Sal 2				Torsdag Sal 2			
17:45	Bugg/Latin forts junior		Helen	17:30	CORE		Margot
18:45	Bugg/Latin mellan junior/tonår		Helen	18:30	Bugg/Latin nyb 9-12 år		Helen
Måndag Sal 3				Torsdag Sal 3			
17:15	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min Helen/Annette	14:30	Barndans 4 år	12 ggr	30 min Helen/Annette
18:00	MUSKELPASS		Sofia	15:00	Barndans 5 år	12 ggr	45 min Helen/Annette
19:00	CARIBBEAN		Kristofer	15:45	Barndans 6 år	12 ggr	45 min Helen/Annette
20:00	<i>Bugg II vuxna 6 ggr</i>	75 min	Helen	16:30	Showkids 7 år	12 ggr	45 min Helen
Måndag Sal 4				17:30	Showkids 8-9 år		Helen
18:00	Hiphop nyb tonår		Kristofer	18:30	CARDIOMUSCLE		Margot
19:00	Dancehall/Twerk nyb tonår		Isabelle	19:45	<i>Standard mellan vuxna</i>	75 min	Helen
20:00	Dancehall vuxna		Isabelle	Torsdag Sal 4			
Tisdag Sal 1				16:45	Förberedande balett 6-7 år	12 ggr	45 min Josefine
17:00	<i>House forts tonår/vuxna</i>		Ida	17:30	Balett forts 7-8 år		Josefine
18:00	Feminine vibe mellan 15+		Ida	18:30	Balett nyb 9-12 år		Josefine
19:00	Feminine vibe övade 15 +		Ida	Fredag Sal 1			
20:00	<i>Modernt nyb/forts tonår/vuxna</i>		Ida	15:15	Streetboys nyb 8-9 år	12 ggr	45 min Pablo
Tisdag Sal 2				16:00	Streetboys forts 8-9år	12 ggr	45 min Pablo
18:00	GRUPPTRÄNING		Josefine	16:45	Streetstyles mellan junior/tonår		Pablo
19:00	Jazz nyb 9-12 år		Josefine	17:45	Streetstyles nyb 9-12 år		Pablo
20:00	Coaching hiphop/disco/konstnärligt		Josefine	Fredag Sal 2			
Tisdag Sal 3				16:00	Jazz nyb tonår		A-S
17:00	Modernt nyb/forts 9-12 år		Josefine	17:00	Commercial jazz forts tonår		A-S
18:00	Jazz mellan junior/tonår		Ann-Sofi	Fredag Sal 3			
19:00	Commercial jazz övade tonår		Ann-Sofi	15:15	Streetgirls 8-9 år	12 ggr	45 min Josefine
20:00	Jazz mellan tonår		Ann-Sofi	16:00	Hiphop nyb/forts 9-12 år		Josefine
Tisdag Sal 4				17:00	DANCE WORKOUT		Emma L
17:00	Feminine vibe nyb 15+		Ellinor	18:00	Coaching hiphop/disco/konstnärligt		Josefine
18:00	Jazz forts junior		Josefine	Fredag Sal 4			
19:00	YOGA		Ellinor	17:00	Hiphop forts junior		Josefine
20:00	Feminine vibe 15+ forts		Ellinor	Söndag Sal 1			
Onsdagar Sal 1				16:30	Streetboys nyb 6-7 år	12 ggr	45 min Kristofer
17:00	Jazz övade tonår/vuxna	75 min	Ida	17:15	Tävlingsgrupp salsa vuxna		75 min Kristofer
18:30	Jazz avanc vuxna	90 min	Sara/Linda/Ida	18:30	<i>Bugg/Swing övade vuxna</i>		75 min Helen
20:00	<i>Latin nyb/forts vuxna</i>	6 ggr	75 min Helen	20:00	<i>Bugg nyb vuxna</i>	6 ggr	75 min Helen
20:00	<i>Standard nyb/forts vuxna start v.40</i>	6 ggr	75 min Helen	Söndag Sal 2			
Onsdagar Sal 2				18:30	<i>Salsa forts/mellan vuxna</i>		75 min Kristofer
17:00	Tävlingsgrupp salsa tonår		Kristofer	19:45	<i>Salsa forts I vuxna</i>		75 min Kristofer
19:00	<i>Hiphop vuxna</i>		Kristofer	Söndag Sal 3			
20:00	<i>Salsa forts vuxna</i>	75 min	Kristofer	13:30	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min Helen/Irina
Onsdag Sal 3				14:00	Barndans 4 år	12 ggr	30 min Helen/Irina
18:00	CARIBBEAN		Kristofer	14:30	Barndans 4 år	12 ggr	30 min Helen/Irina
19:00	MUSKELPASS		Sofia	15:00	Barndans 5 år	12 ggr	45 min Helen/Irina
Onsdag Sal 4				15:45	Barndans 6 år	12 ggr	45 min Helen/Irina
18:00	Balett forts junior		Denes	16:30	Showkids 7år	12 ggr	45 min Helen
19:00	Balett vuxna		Denes	17:30	Showkids 8-9 år		Helen
20:00	Balett övade tonår/vuxna	75 min	Denes	18:30	AEROBIC-INTENSIV		Margot
				Söndag Sal 4			
				18:30	YOGA		Victoria



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.

Information framgår bakom de kurser som skiljer sig från detta.

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.