

KURSPROGRAM FÖR HÖSTEN 2017

Anmälan görs via www.helensdansskola.nu

Varje kurs är 14 ggr om inget annat anges. Lektionstid är 60 min om inget annat anges.

Måndag Sal 1

16:00	Akrobatik nyb/forts junior		Josefine
17:00	Disco forts junior		Josefine
18:00	Disco nyb 9-12 år		Josefine
19:00	Disco mellan junior/tonår		Josefine
20:00	Jazz övade tonår	75 min	Josefine

Måndag Sal 2

17:30	Solo/Duo forts junior/tonår		Elin/Ida/Helen
18:30	Pardans nyb/forts 9-12 år		Elin/Ida/Helen

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	PILOXING	drop-in	45 min	Cilla
18:45	MUSKELPASS		drop-in	Sofia
20:00	Bugg nyb vuxna	6 ggr	75 min	Helen

Måndag Sal 4

17:00	Streetboys nyb 6-7 år	45 min	Angelica
18:45	Pardans övade junior/tonår		Elin/Ida/Helen

Tisdag Sal 1

18:00	Feminine vibe övade 15+		Mathilda
19:00	Feminine vibe nyb/forts 15+		Mathilda
20:00	Burlesque 15+	7 ggr	Mathilda
20:00	High Heels 15+	7 ggr	start v.41 Mathilda

Tisdag Sal 2

18:00	TABATA/CIRKEL		drop-in	Sofia
-------	---------------	--	---------	-------

Tisdag Sal 3

17:45	Jazz mellan junior/tonår	75 min	Ann-Sofi
19:00	Commercial jazz övade tonår/vuxna		Ann-Sofi

Tisdag Sal 4

18:00	Jazz nyb/forts 9-12 år		start v.35	Ellinor
19:00	JAZZ vuxna	7 ggr	drop-in	Ellinor

Onsdagar Sal 1

20:00	Latin forts vuxna	75 min	Helen
-------	-------------------	--------	-------

Onsdag Sal 2

19:00	Balett vuxna	drop-in	Denes
20:00	Balett övade tonår/vuxna	75 min	Denes

Onsdag Sal 3

18:30	Jazz avanc vuxna	7 ggr	start v.42	Helen/Angelica
-------	------------------	-------	------------	----------------

Onsdag Sal 4

18:30	YINYOGA		Victoria
-------	---------	--	----------

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

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

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

Kurser inom familjen:

2 kurser -200 kr	4 kurser -400 kr
3 kurser -300 kr	5 kurser -500 kr osv.

Torsdag Sal 1

16:45	Förberedande balett 6-7 år	45 min	Josefine
17:30	Balett nyb/forts 8-11 år		Josefine
18:30	Jazz forts junior		Josefine
19:30	LA Style övade tonår/vuxna		Josefine

Torsdag Sal 2

17:30	LATINO MOVES	drop-in	Elin/Ida
-------	--------------	---------	----------

Torsdag Sal 3

16:30	Showkids 7 år	45 min	Angelica
17:30	Showkids 8-9 år		Angelica
18:30	MUSKEL/CORE	drop-in	Margot
19:45	Standard övade vuxna		Helen

Fredag Sal 1

15:30	Streetboys forts 7-8 år	45 min	Pablo
16:15	Streetboys forts 9-10 år	45 min	Pablo
17:00	Hiphop mellan junior/tonår		Pablo
18:00	Hiphop forts I junior		Pablo

Fredag Sal 2

16:00	Jazz forts tonår		Ann-Sofi
17:00	Commercial jazz forts/mellan tonår		Ann-Sofi

Fredag Sal 3

15:30	Coachning pardans	drop-in	Elin
17:00	CRAZY FRIDAY!	drop-in	Rullande

Fredag Sal 4

16:30	Coachning hiphop	30 min	Angelica
17:30	Coachning hiphop	30 min	Angelica

Söndag Sal 1

18:30	Bugg/Swing övade vuxna	75 min	Helen
-------	------------------------	--------	-------

Söndag Sal 3

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		45 min	Helen/Irina
16:30	Showkids 7år		45 min	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	AEROBIC-INTENSIV	drop-in	90 min	Margot

Söndag Sal 4

18:30	YOGA	90 min	Victoria
-------	------	--------	----------



Skaragatan 48 - 0510-678 28

www.helensdansskola.nu - lidkoping@helensdansskola.nu

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske. Mer info och anmälan på www.helensdansskola.nu.