

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för våren 2014

Terminen startar v.3 om inget annat anges
Anmälan görs via www.helensdansskola.nu

Måndag Sal 1

16:30 Jazz forts tonår
17:30 **ZUMBA GOLD**
18:30 Hiphop avanc tonår/vuxna
19:45 Hiphop forts vuxna 7 + 7 ggr

Angelica/Frida
Angelica
Emma
Emma

Måndag Sal 2

16:30 **Bugg/Latin nyb 9-12 år**
17:30 Bugg/Latin mellan
18:30 Bugg/Latin forts junior
19:30 Bugg/Latin avanc

Helen/Ana
Helen/Ana
Helen/Ana
Helen/Ana

Måndag Sal 3

15:30 Disco mellan/öv junior
16:30 Disco övade tonår
17:30 MTV-jam avancerad tonår
18:30 **ZUMBA**
19:30 **MUSKELPASS**

Emma
Emma
Emma
Leticia
Linda A

Måndag Sal 4

16:30 **Balett nyb tonår**
17:30
18:30 Balett forts tonår
19:30 Balett forts vuxna

Valentina
Valentina
Valentina

Tisdag Sal 1

16:00 Jazz forts junior
17:00 Jazz mellan/öv tonår
18:00 **Jazz nyb/forts 9-12år**
19:00 Fem.vibe mellan/övade 16+
20:00 Commercial jazz övade 16+

Angelica/Frida
Angelica/Ann-Sofi
Ann-Sofi
Ida
Ann-Sofi

Tisdag sal 2

16:00 **Breakdance nyb tonår**
17:00 Breakdance mellan junior/tonår
18:00 **PILOXING**
19:00 Commercial jazz forts/mellan tonår
20:00 House tonår/vuxna 7 ggr NYHET!
20:00 Femme Jazz tonår/vuxna 7 ggr v.11

Pablo
Pablo
Cilla
Ann-Sofi
Ida
Ida

Tisdag Sal 3

15:45 Tävlingsdisco avanc. I
17:00 Disco forts I junior
18:00 Disco forts II junior
19:00 Hiphop forts/mellan junior
20:00 Hiphop övade tonår

Emma
Emma
Emma
Emma
Emma

Tisdag Sal 4

17:00 Modernt forts tonår
18:00 Fem.vibe forts 16+
19:00 Latin tävlingspar
20:00 Latin forts vuxna 6 ggr

Frida
Ida
Ana
Ana

Onsdagar Sal 1

16:00 Modernt forts tonår
17:00 Jazz övade tonår
18:30 Jazz avanc vuxna
20:00 **Jazz nyb vuxna 7ggr**
20:00 **Modernt nyb vuxna 7 ggr** v.11

Sara/Frida
Sara
Sara
Frida
Frida

Onsdagar Sal 2

16:00 **Streetstyles nyb 10-12år**
17:00 New Style Hiphop mellan/övade ton/vux
18:00 **Streetboys nyb 8-9år** 12 ggr
19:00 **TABATA**
20:00 **Salsa nyb vuxna 6 ggr**

Pablo
Pablo
Pablo
Mia
Ana



Onsdag Sal 3

15:45 Tävlingsdisco avanc II
17:00 **Disco nyb/forts tonår**
18:00 **Disco nyb 9-12 år**
19:00 Disco avancerad junior
20:00 MTV-jam mellan tonår

Emma
Emma
Emma
Emma
Emma

Onsdag Sal 4

16:15 **Balett nyb 8-10 år**
17:15 Balett övade tonår
18:30 Balett övade tonår/vuxna
20:00 Balett övade vuxna

Valentina
Valentina
Valentina
Valentina

Torsdag Sal 1

15:45 **Hiphop nyb tonår**
16:45 **Hiphop nyb 9-12år**
17:45 Hiphop forts junior
18:45 **Disco nyb/forts junior**
19:45 Standard mellan vuxna

Emma
Emma
Emma
Emma
Helen

Torsdag Sal 2

17:30 **CORE**
18:30 **ZUMBA**
19:45 Salsa forts vuxna

Linda A
Leticia
Ana

Torsdag Sal 3

14:00 **Pyttedans 2-3 år**
14:30 **Barndans 4 år**
15:00 **Barndans 5 år**
15:45 **Barndans 6 år**
16:30 **Showkids 7 år**
17:30 **Showkids 8-9 år**
18:30 **CARDIOMUSCLE**
19:45 Hiphop forts/mellan tonår

12 ggr Helen/Annette
12 ggr Helen/Annette
12 ggr Helen/Annette
12 ggr Helen/Annette
12 ggr Helen
Helen
Linda A
Emma

Torsdag Sal 4

16:30 **Förb. Balett 6-7 år** 12 ggr
17:30 Balett forts 8-10 år
18:30 Balett mellan tonår
19:30 **Body-Balett vuxna 7+7 ggr**

Valentina
Valentina
Valentina
Valentina

Fredag Sal 1

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

Pablo
Pablo
Pablo
Pablo

Fredag Sal 3

17:00 **MUSKELPASS**

Margot

Söndag Sal 1

16:30 **Showkids 7år** 12 ggr
17:30 **ZUMBA**
18:30 Bugg III 6ggr

Helen
Jonna
Helen

Söndag Sal 3

14:00 **Pyttedans 2-3 år** 12 ggr
14:30 **Barndans 4 år** 12 ggr
15:00 **Barndans 5 år** 12 ggr
15:45 **Barndans 6 år** 12 ggr
16:30 **BODYPOWER**
17:30 **Showkids 8-9 år**
18:30 **AEROBIC INTENSIV**
20:00 **Bugg nyb vuxna 6ggr**

Helen/Irina
Helen/Irina
Helen/Irina
Helen/Irina
Mia
Helen
Margot
Helen

