

# Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

## Kursprogram för våren 2014

Terminen startar v.3 om inget annat anges  
Anmälan görs via [www.helensdansskola.nu](http://www.helensdansskola.nu)

### Måndag Sal 1

16:30	Jazz forts tonår	Angelica/Frida
17:30	<b>AfroDance</b>	Annette
18:30	Hiphop avanc tonår/vuxna	Emma
19:45	<i>Hiphop forts vuxna 7 + 7 ggr</i>	Emma

### Måndag Sal 2

17:30	Bugg/Latin mellan	Helen/Ana
18:30	Bugg/Latin nyb/forts junior	Helen/Ana
19:30	Bugg/Latin avanc	Helen/Ana

### Måndag Sal 3

15:30	Disco mellan/öv junior	Emma
16:30	Disco övade tonår	Emma
17:30	MTV-jam avancerad tonår	Emma
18:30	<b>ZUMBA</b>	Leticia
19:30	<b>MUSKELPASS</b>	Elin

### Måndag Sal 4

17:30	Balett nyb/forts tonår	Valentina
18:30	<i>Balett forts vuxna</i>	Valentina

### Tisdag Sal 1

16:00	Jazz forts junior	Angelica/Frida
17:00	Jazz mellan/öv tonår	Angelica/Ann-Sofi
18:00	<b>Jazz nyb/forts 9-12år</b>	Ann-Sofi
19:00	Fem.vibe mellan/övade 16+	v.4 Ida
20:00	<i>Femme Jazz tonår/vuxna 7 ggr</i>	v.12 Ida

### Tisdag Sal 2

16:00	Breakdance	Pablo
17:00	Breakdance	Pablo
18:00	<b>PILOXING</b>	Cilla
19:00	Commercial jazz forts/mellan tonår	Ann-Sofi

### Tisdag Sal 3

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

### Tisdag Sal 4

18:00	Fem.vibe forts 16+	v.4 Ida
19:00	Latin tävlingspar	Ana
20:00	<i>Latin nyb vuxna 6 ggr</i>	v.10 Ana

### Onsdagar Sal 1

16:00	Modernt forts tonår	Frida
17:00	Jazz övade tonår	Sara
18:30	Jazz avanc vuxna	Sara
20:00	MTV-jam mellan tonår	Emma

### Onsdagar Sal 2

16:00	<b>Streetstyles nyb 10-12år</b>	Pablo
17:00	New Style Hiphop mellan/övade ton/vux	Pablo
18:00	<b>Streetboys nyb 8-9år</b>	12 ggr Pablo
19:00	<b>TABATA</b>	Mia

### Onsdag Sal 3

15:45	Tävlingsdisco avanc II	Emma
17:00	<b>Disco nyb/forts tonår</b>	Emma
18:00	<b>Disco nyb 9-12 år</b>	Emma
19:00	Disco avancerad junior	Emma

### Onsdag Sal 4

17:15	Balett övade tonår	Valentina
18:30	Balett övade tonår/vuxna	Valentina
20:00	<i>Balett övade vuxna</i>	Valentina

### Torsdag Sal 1

15:45	<b>Hiphop nyb tonår</b>	Emma
16:45	<b>Hiphop nyb 9-12år</b>	Emma
17:45	Hiphop forts junior	Emma
18:45	<b>Disco nyb/forts junior</b>	Emma
19:45	<i>Standard mellan vuxna</i>	Helen

### Torsdag Sal 2

17:30	<b>CORE</b>	Margot
18:30	<b>ZUMBA</b>	Leticia
19:45	<i>Salsa forts vuxna 6 ggr</i>	v.10 Ana

### Torsdag Sal 3

14:00	<b>Pyttedans 2-3 år</b>	12 ggr	Helen/Annette
14:30	<b>Barndans 4 år</b>	12 ggr	Helen/Annette
15:00	<b>Barndans 5 år</b>	12 ggr	Helen/Annette
15:45	<b>Barndans 6 år</b>	12 ggr	Helen/Annette
16:30	<b>Showkids 7 år</b>	12 ggr	Helen
17:30	<b>Showkids 8-9 år</b>		Helen
18:30	<b>CARDIOMUSCLE</b>		Margot
19:45	Hiphop forts/mellan tonår		Emma

### Torsdag Sal 4

16:30	<b>Förb. Balett 6-7 år</b>	12 ggr	Valentina
17:30	Balett forts 8-10 år		Valentina
18:30	Balett mellan tonår		Valentina
19:30	<i>Body-Balett vuxna 7+7 ggr</i>		Valentina

### Fredag Sal 1

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

### Söndag Sal 1

16:30	<b>Showkids 7år</b>	12 ggr	Helen
17:30	<b>ZUMBA</b>		Jonna/Emma
18:30	Bugg IV 6ggr	v.10	Helen

### Söndag Sal 3

14:00	<b>Pyttedans 2-3 år</b>	12 ggr	Helen/Irina
14:30	<b>Barndans 4 år</b>	12 ggr	Helen/Irina
15:00	<b>Barndans 5 år</b>	12 ggr	Helen/Irina
15:45	<b>Barndans 6 år</b>	12 ggr	Helen/Irina
16:30	<b>BODYPOWER</b>		Mia
17:30	<b>Showkids 8-9 år</b>		Helen
18:30	<b>AEROBIC INTENSIV</b>		Margot
20:00	Bugg II 6 ggr	v.10	Helen

Ev. ändringar i kursprogrammet kan ske. Varje kurs är 14 ggr om inget annat anges.

