

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för våren 2015

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

Måndag Sal 1

17:30	Jazz forts I tonår			Frida
18:30	ZUMBA			Leticia
19:30	Modernt mellan tonår			Frida

Måndag Sal 2

18:30	Bugg/Latin mellan jun/ton			Helen
19:30	Argentinsk tango nyb vuxna	75 min	6 ggr	Helen

Måndag Sal 3

16:30	Disco nyb 9-12 år			Frida
17:30	MUSKELPASS			Lisa
18:30	Disco mellan/övade junior (Månd 15:30)			Emma
19:30	Disco övade tonår (Månd 16:30)			Emma

Måndag Sal 4

17:45	<i>Balett övade tonår/vuxna</i>	75 min		Tina
19:00	<i>Balett forts vuxna</i>			Tina
20:00	<i>Balett nyb vuxna</i>		7+7 ggr	Tina

Tisdag Sal 1

16:45	Jazz mellan/öv tonår	75 min		Angelica
18:00	Fem.vibe mellan 16+			Ida
19:00	Fem.vibe övade 16 +			Ida
20:00	Hiphop avanc ton/vuxna	75 min	7 ggr	Ida
20:00	<i>Afrikansk dans vuxna</i>	start v.11	7 ggr	Ida

Tisdag Sal 2

16:00	Modernt nyb/forts tonår			Frida
17:00	Jazz nyb/forts 9-12 år			Frida
18:00	PILOXING			Cilla

Tisdag Sal 3

17:00	Disco forts/mellan junior			Emma
18:00	Jazz forts I junior			Ann-Sofi
19:00	Com.jazz mellan/övade tonår			Ann-Sofi
20:00	Jazz nyb/forts tonår			Ann-Sofi

Onsdagar Sal 1

17:00	Jazz övade/avanc tonår	90 min		Ida
18:30	Jazz avanc vuxna	90 min		Ida
20:00	House nyb/forts ton/vuxna		7+7 ggr	Ida

Onsdagar Sal 2

18:00	AEROBIC-BASIC			Angelica/Sofia
19:00	TABATA			Sofia

Onsdag Sal 3

16:00	Disco nyb/forts tonår (Tors 16.00)			Emma
17:00	Fem.vibe nyb 16+			Angelica
18:00	Disco forts I junior			Emma
20:00	MTV-jam övade tonår	75 min		Emma

Onsdag Sal 4

17:45	Förb.balett 6-7 år	45 min		Tina
18:30	Balett nyb 9-12 år			Tina
19:30	Balett nyb/forts tonår			Tina

Torsdag Sal 1

17:00	Streetboys nyb 6-7 år	12 ggr		Kristofer
18:30	Hiphop nyb/forts tonår (Tors 19.00)			Kristofer
19:30	Hiphop mellan/övade tonår (Tisd 20.00)			Kristofer
20:30	<i>Hiphop vuxna</i> (Månd 20.00)	7+7 ggr		Kristofer

Torsdag Sal 2

17:30	CORE			Margot
-------	-------------	--	--	--------

Torsdag Sal 3

14:00	Pyttedans 2-3 år	30 min	12 ggr	Helen/Annette
14:30	Barndans 4 år	30 min	12 ggr	Helen/Annette
15:00	Barndans 5 år	45 min	12 ggr	Helen/Annette
15:45	Barndans 6 år	45 min	12 ggr	Helen/Annette
16:30	Showkids 7 år	45 min	12 ggr	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	CARDIOMUSCLE			Margot
19:45	<i>Standard mellan vuxna</i>	75 min		Helen

Torsdag Sal 4

10:30	MAMMA-BARN	start v.10		Hanna
16:30	Förb. Balett 6-7 år	45 min	12 ggr	Tina
17:30	Balett forts I 8-10 år			Tina
18:30	<i>Floortechnique vuxna</i>		7+7 ggr	Tina
19:30	Balett mellan tonår	75 min		Tina

Fredag Sal 1

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

Fredag Sal 3

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

Söndag Sal 1

16:30	Hiphop nyb 9-12 år			Kristofer
17:30	<i>Cubaton tonår/vuxna</i>		7 ggr	Kristofer
17:30	<i>Latin House tonår/vuxna</i>	start v.11	7 ggr	Kristofer
18:30	<i>West Coast Swing nyb vuxna</i>	75 min	6 ggr	Helen

Söndag Sal 2

17:30	PILATES			Cilla
18:30	<i>Salsa nyb vuxna</i>	75 min	6 ggr	Kristofer
19:45	<i>Salsa forts/mellan ton/vux</i>	75 min	6 ggr	Kristofer

Söndag Sal 3

13:30	Pyttedans 2-3 år	30 min	12 ggr	Helen/Irina
14:00	Pyttedans 2-3 år	30 min	12 ggr	Helen/Irina
14:30	Barndans 4 år	30 min	12 ggr	Helen/Irina
15:00	Barndans 5 år	45 min	12 ggr	Helen/Irina
15:45	Barndans 6 år	45 min	12 ggr	Helen/Irina
16:30	Showkids 7år	45 min	12 ggr	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	AEROBIC-INTENSIV			Margot
20:00	<i>Bugg nyb vuxna 6 ggr</i>	75 min		Helen

Samtliga kurser är 14 ggr och 60 minuter om inget annat anges.

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.

Hjärtligt välkomna till en ny termin!

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

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.



