

Välkommen till Helens Dansskola i Lidköping

Kursprogram för hösten 2015

Start vecka 35

- om inget annat anges!

Måndag Sal 1

16:30	Disco nyb tonår		Emma K
17:30	Disco forts 9-12 år		Emma K
18:30	Disco övade tonår		Emma K
19:30	Tävlingsträning Disco		Emma K

Måndag Sal 2

16:45	Streetboys nyb 8-9 år	12 ggr	45 min	Kristofer
17:30	CARRIBEAN			Kristofer
18:30	Hiphop nyb tonår			Kristofer
19:30	<i>Hiphop nyb/forts vuxna</i>	7+7 ggr		Kristofer

Måndag Sal 3

17:00	Breakdance forts junior/tonår		75 min	Johan
18:30	MUSKELPASS			Sofia
19:45	<i>Standard mellan vuxna</i>		75 min	Helen

Måndag Sal 4

17:30	Bugg/Latin nyb 9-12år			Helen
18:30	Bugg/Latin mellan jun/ton			Helen

Tisdag Sal 1

17:00	Streetgirls nyb 8-9 år NYHET!!	12 ggr	45 min	Kristofer
18:00	Jazz forts I junior			Ann-Sofi
19:00	Feminine vibe övade 15 +			Ida
20:00	Hiphop avanc tonår			Ida

Tisdag Sal 2

17:00	House nyb/forts tonår/vuxna			Ida
18:00	Feminine vibe mellan 15+			Ida
19:00	<i>Cubaton vuxna</i>	7+7 ggr		Kristofer
20:00	<i>Salsa nyb vuxna</i>	6 ggr		Kristofer

Tisdag Sal 3

17:00	Jazz nyb tonår			Angelica
18:00	PILOXING			Cilla
19:00	Commercial jazz övade tonår			Ann-Sofi
20:00	Jazz forts I tonår			Ann-Sofi

Tisdag Sal 4

18:00	Jazz nyb 9-12 år			Angelica
19:00	Feminine Vibe nyb 15 +			Josefine
20:00	Streetjazz nyb tonår			Josefine

Onsdagar Sal 1

17:00	Feminine vibe forts 15+			Angelica
18:30	Jazz avanc vuxna		90 min	Sara

Onsdagar Sal 2

18:00	Jazz övade tonår/vuxna			Angelica
19:00	Tävlingsdisco avancerad			Emma K
20:00	<i>Disco nyb vuxna</i>	7+7 ggr		Emma K

Onsdag Sal 3

17:00	Disco nyb 9-12 år			Emma K
18:00	Disco forts/mellan junior			Emma K
19:00	TABATA			Sofia

Lektionstid är 60 min och antal kurstillfällen är 14 stycken, om inget 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.

Onsdag Sal 4

17:00	Balett nyb tonår/vuxna			Tina
18:00	Balett nyb/forts 9-12 år			Tina
19:00	<i>Floortechnique vuxna</i>	7+7 ggr		Tina
20:00	Balett övade tonår/vuxna		75 min	Tina

Torsdag Sal 1

16:30	Streetstyles nyb 10-12 år			Pablo
17:30	Streetboys nyb/forts 6-7 år	12 ggr	45 min	Pablo
18:15	Hiphop mellan/övade tonår/vuxna			Pablo
19:15	Hiphop forts tonår			Josefine
20:15	<i>Feminine Vibe nyb vuxna</i>	7 ggr		Josefine
20:15	<i>Streetjazz nyb vuxna</i>	7 ggr	start v.42	Josefine

Torsdag Sal 2

17:30	CORE			Margot
18:30	Free-Style Discojazz 8-9 år			Arbenita

Torsdag Sal 3

14:00	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
14:30	Barndans 4 år	12 ggr	30 min	Helen/Annette
15:00	Barndans 5 år	12 ggr	45 min	Helen/Annette
15:45	Barndans 6 år	12 ggr	45 min	Helen/Annette
16:30	Showkids 7 år	12 ggr	45 min	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	CARDIOMUSCLE			Margot
20:15	Modernt mellan tonår		75 min	Tina

Torsdag Sal 4

16:30	Förb. Balett 6-7 år	12 ggr	45 min	Tina
17:30	Balett 7-9 år			Tina
18:30	Balett mellan/övade tonår		75 min	Tina
19:45	Tåspets		30 min	Tina

Fredag Sal 1

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

Fredag Sal 3

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

Söndag Sal 1

15:30	Hiphop nyb 9-12 år			Kristofer
16:30	Hiphop forts junior			Kristofer
17:30	<i>Latin House tonår/vuxna</i>	7+7 ggr		Kristofer
18:30	<i>Bugg III</i>	6 ggr	75 min	Helen
19:45	<i>Salsa avancerad ton/vux</i>		75 min	Kristofer

Söndag Sal 2

18:30	<i>Salsa forts vuxna</i>	6 ggr	75 min	Kristofer
-------	--------------------------	-------	--------	-----------

Söndag Sal 3

13:30	Pyttedans 2-3 år	12 ggr	30 min	Helen/Irina
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	12 ggr	45 min	Helen/Irina
16:30	Showkids 7år	12 ggr	45 min	Helen
17:30	Showkids 8-9 år			Helen
18:30	AEROBIC-INTENSIV			Margot
20:00	<i>Bugg nyb vuxna</i>	6 ggr	75 min	Helen
20:00	<i>Bugg II vuxna</i>	6 ggr	start v.41	Helen

Eventuella ändringar i kursprogrammet kan ske.

