

Kurs guide för tävlingselever!

Tävla i disco

kurs 1. Discolektion

kurs 2. Tävlingscoachning i disco

Extra kurs för snabbare utveckling

kurs 3. Jump, kicks and turns för att förbättra er teknik

Från guld och uppåt rekommenderar vi att ni även tränar fys.
Givetvis får brons och silverelever även träna fler kurser i veckan.

Tävla i hiphop

kurs 1. Hiphoplektion

kurs 2. Tävlingscoachning i hiphop

Extra kurs för snabbare utveckling

kurs 3. Hiphop olika stilar för att förbättra er teknik/danssteg

Tävla i slow

kurs 1. Slowlektion

kurs 2. Tävlingscoachning i Slow

Extra kurs för snabbare utveckling

kurs 3. Jump, kicks and turns för att förbättra er teknik

Tävla i konstnärlig dans (jazz, modern eller show)

För att kunna tävla i konstnärlig dans skall du först tävlat två terminer i slow, sen får du ta privatlektion hos en av våra lärare som gör ditt program. Minst 2 privatlektioner behövs innan du kan tävla. Du behöver även gå kurs för att utveckla känslan och tekniken i stilarna.

Kurs 1 Konstnärligdans

Kurs 2 Jump, kicks and turns.