

ALOITA TANSSIHARRASTUS

00PERI, Vanha Turuntie 56, Rauma

Lavatanssi on hauskaa ja tehokasta liikuntaa, joka sopii ihan kaikille. Tule rohkeasti mukaan!

Tule yksin,
kaksin tai
porukalla!

60+ tanssikurssit

on suunniteltu yli 60-vuotiaille, jotka haluavat uusia haasteita, iloa ja hyvinvointia elämään.

Ryhmässä opetellaan ja harrastetaan kivalla ja rennolla otteella lavatansseja laidasta laitaan. Tee tanssimisestä säännöllinen, hauska ja hyödyllinen harrastus!

TIISTAISIN		TORSTAISIN		
klo 19.35-21.00 PERUSTEET/KESKITASO		klo 18.00-19.25 KESKITASO	klo 19.35-21.00 KESKITASO	
Ohjaus Lasse Liski ja Jaana Valtonen		Ohjaus Lasse Liski ja Marjo Venno		
9.1.	Fusku perusteet 1	11.1.	Hidas Valssi 1	Rumba Bolero 1
16.1.	Fusku perusteet 2	18.1.	Hidas Valssi 2	Rumba Bolero 2
23.1.	Fusku keskitaso 1	25.1.	Hidas Valssi 3	Rumba Bolero 3
30.1.	Fusku keskitaso 2	1.2.	Hidas Valssi 4	Rumba Bolero 4
6.2.	Hidas Lavafoksi perusteet 1	8.2.	Fusku 1	Cha Cha 1
13.2.	Hidas Lavafoksi perusteet 2	15.2.	Fusku 2	Cha Cha 2
20.2.	Hidas Lavafoksi keskitaso	22.2.	Fusku 3	Cha Cha 3
27.2.	Rumba Bolero perusteet 1	1.3.	Foksi 1	Bugg 1
6.3.	Rumba Bolero perusteet 2	8.3.	Foksi 2	Bugg 2
13.3.	Rumba Bolero keskitaso	15.3.	Foksi 3	Bugg 3
20.3.	Bugg perusteet 1	22.3.	Tango ohiaskel 1	Kävelyjenkka 1
27.3.	Bugg perusteet 2	29.3.	Tango ohiaskel 2	Kävelyjenkka 2
3.4.	Bugg keskitaso	5.4.	Tango ohiaskel 3	Kävelyjenkka / Jenkka
10.4.	Tango perusteet	12.4.	Hidas Lavafoksi 1	Wanha Tango 1
17.4.	Tango ohiaskel perusteet	19.4.	Hidas Lavafoksi 2	Wanha Tango 2
22.4.	Tango ohiaskel keskitaso	24.4.	Hidas Lavafoksi 3	Wanha Tango 3

Hinnat jäsen / ei jäsen / kerta

6 € / 10 €. Jäsenille treenikortti 25 € / 5 kertaa tai 50 € / 10 kertaa. Kysy lisää kursseilla. Alle 25-vuotiaille 4.2 asti ilmainen, loppukauden -50 %.

Maksuvälineinä käyvät käteinen sekä liikunta-, kulttuuri-, virike- ja tykyselitet.

TIISTAISIN 60+	
klo 18.00-19.25 PERUSTEET	
Ohjaus Lasse Liski ja Jaana Valtonen	
9.1.	Hidas Valssi 1
16.1.	Hidas Valssi 2
23.1.	Hidas Valssi 3
30.1.	Fusku 1
6.2.	Fusku 2
13.2.	Fusku 3
20.2.	Bugg 1
27.2.	Bugg 2
6.3.	Foksi 1
13.3.	Foksi 2
20.3.	Humppa
27.3.	Kuviohumppa 1
3.4.	Kuviohumppa 2
10.4.	Valssi
17.4.	Tango 1
22.4.	Tango 2

sekahaku.net



TANSSISEURA
SEKAHAKU

KEVÄT 2018
Tanssin iloa kaikille!