

Danseskole for gutter og jenter i sommer



På kurset utgår vi fra grunnleggende treningsøvelser og gjenkjennelige teknikker for å bygge bedre kroppsbeherskelse. Vi kommer blant annet til å bevege oss i ulike dansestiler. Det blir også lagt opp til frilek og mulighet for individuell kreativitet. Siste kursdag blir det en liten oppvisning av det vi har lært. Kurset passer for gutter og jenter i alderen 1-7 klasse.

Mitt navn er Maria Bjorvand og jeg er 19 år gammel. Jeg har en yrkesdanserutdannelse fra Kungliga Svenska Balettskolan i Stockholm- en skole som utdanner profesjonelle dansere.

En typisk dag vil blant annet inneholde:

- *Dans til forskjellig musikk
- *Estetiske øvelser
- *Å lære ulike steg og sekvenser
- *Balansetrening
- *Diskusjon og refleksjon
- *Samarbeidsøvelser
- *Akrobatikk

Sted: Frøysland skule (gymsalen)

Dato: Mandag 4 juli-fredag 8 juli

Tid: 09.00-15.00

Pris: 850,- per deltaker. 25% søskenrabatt

Ingen kleskode- bevegelige treningsklær og innejoggesko/sokker eller barbeint. Ta med matpakke og drikkeflaske.

Påmelding innen 10 juni til mariaadelinebjorvand@gmail.com. (Merk deltakers navn og alder) Max 15 deltakere. (Forbehold om avlysning dersom få påmeldte)

Kurset arrangeres i samarbeid med Førde IL Haukedalsgruppa.

Alle deltakere må være medlem av Førde IL eller annet idrettslag tilknyttet NIF.