

Nya kurser



CONTEMPORARY

MED URSPRUNG FRÅN DE KLASSISKA MODERNA DANSTEKNIKERNAS HAR CONTEMPORARY UTVECKLATS. DET ÄR UTFORSKANDE, LEKFULLT OCH BANBRYTANDE. ATT UTGÅ FRÅN DEN EGNA KROPPEN OCH EN KÄNSLA ELLER TANKE SNARARE ÄN EN FORM ÄR A OCH O. MED INSLAG AV AKROBATIK, CAPOEIRA, TEATER OCH MYCKET MYCKET MER JOBBAR MAN FRAM SITT EGNA RÖRELSEMÖNSTER. DET FINNS INGET RÄTT OCH FEL UTAN DET FINNS BARA OLIKA SÄTT ATT RÖRA SIG PÅ. VI JOBBAR MYCKET MED FLOORWORK OCH ATT FÄRDAS ÖVER GOLVET I OLIKA KOMBINATIONER. RÄKNA MED ATT ANVÄNDA HÄNDER LIKA MYCKET SOM FÖTTER OCH FANTASI LIKA MYCKET SOM KROPP.

COMMERCIAL JAZZ

COMMERCIAL JAZZ ÄR NÅGOT SOM VUXIT FRAM UR DEN KLASSISKA JAZZDANSEN. DET ÄR DYNAMISKT, LUSTFYLLT, TEKNISKT OCH SVETTIGT! VI DANSAR TILL KOMMERSIELL MUSIK I OLIKA DIAGONALER OCH KOMBINATIONER, JOBBAR MYCKET MED TEMPO, PIRUETTER OCH HOPP. STOR VIKT LIGGER PÅ KLASSISK JAZZTEKNIK, MEN MED ETT INSLAG AV MÅNGA ANDRA DANSTILAR. DET ÄR FEMININT, KRAFTFULLT OCH KUL, MED FOKUS PÅ ATT VÅGA TRO PÅ SIG SJÄLV OCH GE ALLT.

K-POP/FORTNITE

DETTA ÄR EN DANSKLASS DÄR VI DANSAR TILL KOREANSK POPMUSIK. VI LÄR OSS GRUNDSTEGEN FRÅN HIPHOP SAMT STEG SOM FINNS I DE FLESTA K-POP VIDEOS OCH ÄVEN IFRÅN SPELVÄRLDEN. VÄLDIGT KUL OCH KOMMERSIELL DANSTIL SOM PASSAR PÅ SCENER OCH DANSGOLV.

HIPHOP FUNK

DENNA KLASS ÄR EN KOMBINATION AV FLERA OLIKA TYPER AV GATU- OCH NATTKLUBBSDANSER FRÅN 70 TAL TILL NUTID. FLEXIBILITET OCH STYRKA TRÄNAS TILL FUNKKOMBINATIONER OCH STOR VIKT LÄGGS VID RYTMIK OCH GROOVE.

BACK TO THE 90'S

HÄR ÄR EN KLASS FÖR ER SOM ÄR FÖDDA PÅ 70 TALET OCH LÄNGTAR TILLBAKA TILL 90 TALET GOA MUSIK OCH DANSTEG. IBLAND VAR DET BÄTTRE FÖRR! J MUSIK OCH STEG FRÅN DE ÄLDRE IKONERNA; JANET JACKSON, PAULA ABDUL, MC HAMMER M.M ENKELT OCH KUL MED RISK FÖR FLASHBACKS OCH NOSTALGI FRÅN TONÅRSTIDEN.

DISCO SHOWJAZZ

DENNA KLASS BLANDAR DE 2 OLIKA STILARNA. MUSIKEN ÄR MODERN DANSMUSIK FRÅN IDAG SOM SPELAS PÅ RADION OCH STEGEN KOMMER FRÅN JAZZ OCH DISCODANSEN. EN BRA KOMBO SOM ÄVEN TRÄNAR PÅ UTTRYCK OCH COOLA DANSNUMMER FÖR ATT STÅ PÅ SCEN, VEM VET.. DET KANSKE BLIR MÖJLIGHET ATT STÅ PÅ SCEN UNDER TERMINEN?

DISCOAKRO/ ENG.FREESTYLE

MAN GÖR BÅDA KLASSERNA I 60 MIN. 30 MIN VAR.

DISCOAKRO

EN DANSKLASS DÄR MAN LÄR SIG DISCODANS SAMT ANDRA AKROBATISKA INSLAG SÅSOM HJULNING, HANDVOLT (SAMLAD ELLER SPAGATHANDVOLT), RONDAT OCH "MJUKIS" DVS MJUK ÖVERGÅNG FRAMÅT ELLER BAKÅT.

ELEVERNA LÄR SIG EN KOREOGRAFI DÄR AKROBATIKEN FLYTER NATURLIGT IN I DISCODANSEN SAMT ATT MAN LÄR SIG ATT KOMBINERA 2 AKROBATISKA MOMENT SOM T.EX HJULNING-HANDVOLT.

ENG.FREESTYLE

DEN ENGELSKA VERSIONEN AV DISCODANS. TEMPOT ÄR HÖGRE (150BPM) ÄN DET SVENSKA (136-140 BPM) VILKET GÖR ATT DANSEN BLIR MER EXPLOSIV MED HOPP, FÖRFLYTTNINGSTEG OCH KICKAR.