

Här är info om 27-28 April 2019.

Foxkurs grundteknik

Det här är en kurs för alla som vill bli bättre på grundteknik. För dig som just börjat dansa och för dig som dansat länge och vill få en större trygghet i dansen.

På kursen kommer vi att visa hur förare och följare ska tänka och agera för att uppnå perfekt samdans.

För att kunna variera dansen och inte fastna i invanda mönster.

Vi kommer att visa hur man dansar till musikens variationer, och anpassar dansandet till den låt som spelas.

Rätt grundteknik är en förutsättning för att få till avancerade figurer.

Agenda 2019-04-27-28

Lördag Kväll Socialdans 18:00-23:00

Schema för dagen: LÖRDAG	Schema för dagen: Söndag
09:30-10:00 Registrering	09:30-10:00 Registrering
10.00-11.15 Grund teknik Fox	10.00-11.15 Teknik
11.15-11.30 Kaffepaus	11.15-11.30 Kaffepaus
11.30-12.30 Teknik Fox	11.30-12.30 Teknik
12.30-13.30 Lunch	12.30-13.30 Lunch
13.30-14.45 Teknik Fox	13.30-14.45 Dans Fox
14.45-15.00 Kaffepaus	14:45-15:00 Sammanställning
15.00-15.30 Teknik	
15.30-16.00 Teknik (sammanställning)	

Anmälan görs på www.danshallenkarlskoga.se

Singel anmälan hamnar i kö för partner i turordning som bokningar kommer in.

Här får ni lite mer info om betalning / mat mm.

Kurs pris: 950:-

Mat: 100:-/ per/dag

Sista betalningsdag 2019-04-05

Bank giro: 605-4670 Skriv Namn + Teknik Fox + eventuellt mat.

SWISH: 1235763701

Betalningsmottagare : Drakens hyresfastigheter AB

Kycklingtallrik	MENY	kalla tallrikar
Innehållsförteckning Kyckling, potatissallad, tomat, gurka, sallad, frukt. + ostsmörgås, Juice, kaffe, kaka		
Kasslertallrik Innehållsförteckning Kassler, potatissallad, frukt, tomat, sallad, gurka, paprika. + ostsmörgås, kaffe, kaka, Juice		

Special kost ordnar sin egen mat

Det går även bra att ta med egen mat , eller om man vill äta någon annan stans !

Det finns mikro.