

# Danseløvene

🕒 14:30 – 15:30 🕒



## LITT OM KURSET:

Danseløvene er et undervisnings-opplegg for 2 trinn. I denne timen vil vi fokusere på klassisk ballett-teknikk og grunnleggende jazz ferdigheter. Timene blir lagt opp mot en vanlig danseklasse, med oppvarming, teknikk, koreografi og uttøying/avspenning. I oppvarmingen gjør vi ulike isolasjonsøvelser, lærer oss grunnleggende fotarbeid, posisjons øvelser fra ballett og koordinasjon. I teknikk øver vi på riktig utførelse, kroppsbeherskelse og ulike uttrykk for bevegelser. Elevene vil lære en hoved-koreografi, og en der de selv får være med å bestemme hvilken sang vi skal danse til. Vi runder alltid av klassene med uttøying eller avspenning, slik at kroppen får riktig restitusjon. Mest av alt skal vi ha det gøy, og skape masse danseglede!

Hvor: Festsalen

Oppstart: 5. februar

Svarfrist: 26. januar

Søk om plass: [Mail til baseleder](#)

Kursholder: Marie

Maksgrense: 25 elever