

## **PYTTEDANS MED VUXEN**

Pyttedansen är anpassad för de små barnens motoriska förutsättningar.

Vi arbetar med rytm, musikalitet, kropps och rumsuppfattning men framförallt skapar vi dans och rörelseglädje.

Vid Pyttedans med vuxen så dansar endast 1 barn tillsammans med 1vuxen.

Obs! Inga syskon eller övriga får följa med in i danssalen.

## **JAZZFUSION – FEELGOOD JAZZ**

Grunden är den traditionella Jazzen med en mix av alla möjliga olika dansstilar

Jazzfusion och Feelgoodjazz-klassernas upplägg präglas naturligtvis av lärarens personliga stil och varje klass blir därför speciell och unik.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **BALETT/SHOW**

På våra balett/show-lektioner jobbar vi med inläring av den klassiska baletteknikens grunder för att gradvis utveckla och förbättra elevens rörelseteknik. Vi mixar även in showdansens olika grundövningar. Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **BALETT**

På våra balettektioner jobbar vi med inläring av den klassiska baletteknikens grunder, för att gradvis utveckla och förbättra elevens rörelseteknik, smidighet, hållning, styrka och kondition. Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **BALETT/TEKNIK**

Träning i baletteknik förbättrar smidighet, hållning, styrka och kondition. Efter elevernas egna förutsättningar strävar vi efter rena linjer och utåtvridna positioner från höfterna. Klasserna innehåller även danskombinationer till klassisk musik. Vi lär oss på vilket sätt och varför man arbetar med placeringen av olika kroppsdelar för att sedan kunna använda tekniken i andra dansformer. Vi rekommenderar samtliga deltagare på dessa lektioner att ha uppsatt hår och att bära åtsittande kläder. Detta för att läraren lätt skall kunna se din kroppsposition och hjälpa dig att utvecklas på bästa sätt. Den här klassen tränar INTE IN någon koreografi till elevshowen.

## **DISCOSHOW**

Discon på Haninge Dansstudio är inte tävlingsinriktad.

Discodansen utförs i ett högt tempo med mycket dynamik mellan mjuka och hårda rörelser.

Discon är ett väldigt bra komplement till all annan dans, då man jobbar mycket med kondition och de större muskelgrupperna.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **SHOWDANCE**

Showdance är baserad på den traditionella jazzträningen och är den dansformen som ligger till grund för de flesta koreografier i tex, musikaler, filmer, dansvideos och

scenframträdanden med olika artister.

Efter uppvärmningen som ger styrka och smidighet fortsätter lektionen med grundläggande dansteknik och avslutas med danskombinationer och koreografi. Varje lektion är anpassad utifrån barnens ålder och nivå.

Showdanceklassernas upplägg präglas naturligtvis av lärarens personliga stil och varje klass blir därför speciell och unik.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

### **CONTEMPORARY**

Contemporary är en dansstil som mixar både balett, streetdance och i vissa fall även ren akrobatik. Genom att bl.a. snabbt kunna förflytta sig mellan olika nivåer både högt och lågt, utvecklas eleverna till starka, smarta och dynamiska dansare. Klassen jobbar även mycket med improvisationer och det egna uttrycket. Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

### **FEMININE VIBE**

I Feminine vibe jobbar vi med dansanta koreografier som fokuserar på att lyfta fram kvinnliga kroppsuttryck och rörelser till popmusik som tex Beyoncé och Lady Gaga. Vi jobbar mycket med att få in rätt attityd och dynamik, vilket är väldigt viktigt i den här stilen som också kan beskrivas som sassy/girly. Grunden kommer från hiphopen men även jazzteknik kan användas. Givetvis är både tjejer och killar välkomna på klassen. Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

**STREETDANCE** är ett samlingsnamn för flertal danser som uppkommit på gatan, t.ex. B-boying, Looking, Popping, New School, Old School, House. Streetdance dansas oftast till Hiphop eller R&B-musik och varje lärare har sin personliga stil. Streetdance är en dansform som ständigt utvecklas. Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

### **STREET/FEMALE STYLE**

En mix av Feminine Vibe och Streetdance. Se beskrivning ovan.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

### **STREET/SHOW**

I Street/Show mixas de traditionella street och showdance-stilarna som tex. jazz, hiphop, funk, house.

Efter uppvärmningen som ger styrka och smidighet fortsätter lektionen med grundläggande dansteknik och avslutas med danskombinationer och koreografi. Varje lektion är anpassad utifrån elevens ålder och nivå.

Street/Show-klassernas upplägg präglas naturligtvis av lärarens personliga stil och varje klass blir därför speciell och unik.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **DANSMIX**

Dancemixklassen får eleverna prova på en hel del olika dansstilar.

Eleverna övar upp sin koordination, taktkänsla, kroppskänedom samt självförtroende genom dans, musik och rörelse på ett lekfullt sätt.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **SHOW/AKRO**

Är en blandning av showdance och gymnastiska övningar som tex. kullerbytta, hjulning, stå på händer m.m. Akrobatik ger styrka och vighet samt kroppkontroll, allt detta är ett bra komplement till dansen.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **DANCEHALL**

Dancehall har sitt ursprung från Jamaica. Högt tempo, stora rörelser, mycket höfter och energi.

Dansen är en blandning av olika clubsteg med influenser från afrikansk dans, hip-hop och latinodanser.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **MIXKLASS**

På mixklassen får eleven dansa två eller tre specifika stilar.

Tex. Contemporary och Disco/Show eller Streetdance, Showdance och Contemporary.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **JAZZDANCE**

Jazzdansen är en scenisk dansstil som utvecklades i USA under mitten av 1900-talet.

Jazztekniken är idag grunden till de flesta koreografier i musikvideor, revyer, musikaler och filmer. Uppvärmningen består av grundläggande jazzteknik för att skapa styrka och smidighet, följt av förflyttningsövningar och olika danskombinationer. Vi dansar till all sorts musik.

Varje termin tränar eleverna även in en koreografi som dom sen visar upp på den stora elevshowen i slutet av terminen.

## **LATINO JAZZFUSION**

På latino jazzfusion får man dansa flera olika danser under ett träningspass. Latinska rytmer blandas med showjazziga influenser då My är showjazzinstruktör i grunden. Högt tempo, lite utmaning, en gnutta styrka och en glad härlig känsla garanteras!