

KOM OG DANS!

Johan Fastings Kursopplegg

OSLO HØSTEN 2017

SWING - SALSA - SVENSKBUGG - LINEDANCE
NORSK FOLKETANGO og SLOW/GÅDANS - COUNTRY
BRUDEVALS/BRUDESLOW - GAMMELDANS



Faste kurs og miljøaktiviteter:

Mandager : Møllergata skole

Onsdager: Nordpolen skole

Torsdager: Årvoll gård (fast kursrekke)

Mandager: Abilsø Folkets hus (fast kursrekke)

Torsdager: Høyenhall skole kjelleren (fast kursrekke WCS)

Søndagsdans: Sofienbergsgateret, Helgesens gt. 62

Helgekurs: se plan

3.-4.NOV. STOR DANSEHELG/Temahelg

14.okt., 18.nov. Buggdansekveld -

23.sept. Salsafest

16.DES. ROCKEJULEBALL

Info. om kurs / Kursformidling:

Kom og Dans Oslo - tlf. 22 40 19 00 - oslo@komogdans.no

www.komogdans.no/oslo

Vi tar forbehold om mulige endringer i kursoppsett, tider og priser.

MANDAGER - Møllergata skole, Møllergata 49. Miljø ca. 50+ Fra 4. SEPT. 2017		
Musikkrom	Datarom	Naturfagrom
1700-1830 Linedance fortsetternivå nivå (1+) 2	1700-1830 Linedance startnivå nivå 1	1700-1830 Salsa grunnkurs nivå 1
1830-2015 (inklud fellesdans) Swing videreg.	1830-1945 Bugg grunnkurs nivå 1	1830-2015 Salsa litt øvet / nivå 2 (inklud. fellesdans)
1945-2015 Fellesdans Swing/Bugg	1945-2115 Swing grunnkurs nivå 1	1945-2015 Fellesdans Salsa
1945-2115 (inklud fellesdans) Bugg videreg. nivå 2-3		1945-2115 Salsa vid. / nivå 3 (inklud. fellesdans)

Nye kursomganger starter **4.sept.** (6x), **30.okt.** (6x). Siste dansemandag med kakekveld 4.des.
 IKKE KURS VALGDAGEN 11.SEPT. Ikke kurs i høstferien 2.okt.

ONSDAGER - Nordpolen skole, Hans Nielsen Haugesgt. 1 (v. Sandakersenteret) 6. SEPT. 2017				
Torget nede	Tekstilrom nede	Musikkrom oppe	Danserom	4. etg.
1730-1845 UngSwing begynnere nivå 1	1730-1830 Linedance - Videregående nivå 3	1730-1845 Start stilarter swing - nivå 3+ Grunnteknikker (fellesdans inklud.)	1730-1900 Linedance Grunnkurs nivå 1	
1845-2000 Swing vid nivå 3	1830-1900 Linedance minidans for begge kurs 1900-2000 Linedance Litt øvet nivå 2	1845-2000 UngSwing vid. nivå 2/3	1900-2030 (inklud. fellesdans) Salsa grunnkurs nivå 1	1830-2000 Swing grunnkurs nivå 1 <i>(blir nivå 2 fra</i> <i>25.okt.)</i>
2000-2030 Fellesdans swing		2000-2145 Brudevals 13.sept.	2000-2030 Fellesdans Salsa	2000-2130 <i>fra 25.okt. - nytt</i> Grunnkurs swing (6x)
2000-2145 Avansert Swing Stilarter - nivå 4 temaer m teknikker (fellesdans inklud.)	2030-2130 Country Two-Step (6x) Fra 25.okt. OnsdagsTango		2000-2130 Salsa videreg. nivå 2 (fellesdans inklud.)	

Kursomganger starter: **6.sept.** (6x) og **25.okt.** (6x). Ikke kurs i høstferien 4.okt. Siste kursdag 29.nov.
Start Stilartsnivå - 6.sept. Blues Boogie/Vippeblues (4x) - 11.okt. RR - Fallrock og rockabilly (4x) - 8.nov.
 Glidende grunnteknikk (4x) Forbehold om at en slår sammen temanivåene.
Avansert swing - 6.sept. Jumpformer (4x), 11.okt. Ulike RR former - avansert teknikk (4x), 8.nov. Glidende
 former med stegvarianter (4x)

Bestill et kurs fra Kom og Dans til din bedrift, klubb, vennegjeng, feiring, o.lign.
Kontakt oss tlf. 22 40 19 00, oslo@komogdans.no!

TORSDAGER - Årvoll gård, Kulturloftet, Årvollveien 35, 0590 Oslo Fast kursrekke - påmelding og egen billettbetaling for hele kursrekken - fra 7.sept.	
1800-1930	LINEDANCE FOR ALLE lett og enkelt - variert musikkutvalg - enkle dansekombinasjoner
1930-2100 Nytt kurs	BUGGDANS = SWINGDANS kombinasjon av svensk og norsk swingdans - en enkel danseform hvor vi «går» hele tiden. Passer for alle.
Datoer: 7., 14., 21., 28.sept. 12., 19., 26.okt., 2.nov.	Priser: kr. 800,- for 8 ganger a 1,5 timer kurs Påmelding: tlf. 930 36 976 (Anne) el. 22 40 19 00 el. påm.skjema

HELGEKURS - 2-DAGERSKURS Sofienbergsenteret, Helgesensgt. 62, (el. Kuben Yrkesarena, Økern, 3.-4.nov.)				
Tid.	lør.-søn. 23.-24.sept. Helgesensgt. 62	lør.-søn. 14.-15.okt. Helgesensgt. 62	NB! FRE.LØRD 3.-4.nov.KUBEN YRKESARENA	lør.-søn. 18.-19.nov. Helgesensgt. 62
1200-1350 store sal	Slowdans og Norsk Folketango	Salsa grunnkurs	<i>NB - egne tider denne helga!</i>	lør. Brudeslow søn. Brudevals
1200-1400 sal 2	Linedance grunnkurs	WCS grunnkurs	Linedance grunnkurs fre. 1900/lør. 1200	WCS grunnkurs
1400-1550 store sal	Swing grunnkurs (Rockeswing)	Swing grunnkurs (Bygdeswing)	Swing grunnkurs fre. 1800/lør.1400 (Rock`n Roll)	Swing grunnkurs (Danceswing)
1400-1550 sal 2			kommer:.... Carolina Shag	
1600-1750 store sal	Salsa grunnkurs	Svenskbugg grunnkurs	Svenskbugg grunnkurs fre.1900/ lør.1200	Svenskbugg grunnkurs
1600-1750 sal 2	Gammeldans begynnere	Pols-kurs (hovedvekt på Rørospols)	Salsa grunnkurs fre. 1930/lør.1600	Salsa grunnkurs
Kveld	1900-2300 SALSAFEST lørdag	1900-2300 BUGGFEST lørdag 14.okt.	FEST MED ORK. JUMP4JOY FREDAG OG LØRDAG	1900-2300 BUGGFEST lørdag 18.nov.

ABILDSØ FOLKETS HUS - mandager 4x + 4x (Smedbergvn. 6)			
Kursrekke 1: 4.sept., 11.sept., 18.sept., 25.sept. Kursrekke 2: 9.okt., 16.okt., 23.okt., 30.okt. Mandag 2.okt. blir det hyggelig LINEDANCE FEST (i høstferien) kl. 1800-2100 for alle - velkommen også fra andre kursmiljøer. Pris kr. 100,- Hver kursrekke er en enhet, og vi anbefaler å følge begge kursene, 8 ganger.			
kl. 1800-1930	LINEDANCE	Pris kr. 400,- for 4x / 8x kr. 700,-	Påmelding www.komogdans.no/oslo , tlf. 22 40 19 00 el tlf. 942 02 925 (Anita)
kl. 1930-2100	SWING GRUNNKURS		

BRUDEVALS - Pris pr par kr. 550,- Forhåndspåmelding	
Onsdag 13.sept. - kl. 2000-2145	Søndag 19.nov. - kl.1200-1400
Kurs i slow/ tango er nyttig for brudepar som vil lære føring til brudedans som ikke er vals - sjekk 23.-24.sept. kl. 1200-1350.	

WEST COAST SWING	HØYENHALL SKOLE, KJELLEREN., Traktorvn. 15.	
GRUNNKURS	kl. 1800-1930	Dato: 31.aug., 7., 21., 28.sept.,5.,12.okt. (6x) Pris: kr. 780,- for 6x / drop-in hvis plass 160,-
LITT ØVET	KL. 1900-2030	
NYHET!!!	Påmelding: tlf. 913 54 651 (Hege), el 22 40 19 00, el påmeld. skjema	

DANSEKVELDER og SØNDAGSDANS - Sofienbergsenteret, Helgesensgt.62 , Oslo, kl. 1900-2130 (sidesaldans starter kl. 1930)				
DATO	HOVEDSAL	SIDESAL	Kurs	ANDRE DANSEKVELDER
17.sept.	Swing og mer			
24.sept.	Swing og mer	Linedance - kl. 1630		23.sept. Salsafest
1.okt.	Swing og mer	Salsa		2.okt. - Linedance høstferie-fest på Abilsø
8.okt.	Swing og mer	Tango og gml.dans		
15.okt.	Swing og mer	Salsa		14.okt. Buggfest
22.okt.	Swing og mer	WCS		
29.okt.	Swing og mer	Tango og gml.dans		
5.nov.	Swing og mer	Salsa		3.-4.nov. DANSEHELG KUBEN YRKESARENA
12.nov.	Swing og mer	Linedance- kl. 1630		
19.nov.	Swing og mer	Salsa		18.nov. Buggfest
26.nov.	Swing og mer	WCS		
3.des.	Swing og mer	Salsa		16.des. ROCKEJULEBALL (Kjønn samf. hus)

PRISER:

Drop-in ukedag	kr. 155,-	Student kr. 115,- (student tom 30 år m. bevis)
10-klippskort	kr. 1340,-	Student kr. 950,-
TILBUD tom 24.09.	kr. 1190,-	Student kr. 850,-
6-klippskort	kr. 880,-	Student kr. 600,-
Kveldsbillett	kr. 270,-	Student kr. 165,-
GRUNNKURS 6x	KR. 730,-	Student kr. 540,- (swing, salsa, linedance, bugg)
Drop-in timeskurs tango / gml.dans	kr. 100,-	Student kr. 50,-
Linedance 10x2 klipp (ons)	kr. 1580,- (2 økter samme kveld)	
Helgekurs (ett kurs = 2 økter)	kr. 350,-	Student kr. 240,-
Enkeltøkt helgekurs	kr. 190,-	Student kr. 130,-
4 økter samme helg	kr. 500,-	Student kr. 370,-
Søndagsdans	kr. 90,-	Studenter kr. 70,- (tom 30 år m. bevis)
Buggdansekveld / Salsafest	kr. 100,-	
Årvoll kurs og Abildsø kurs og Høyenhallkurs	- egne priser (se kursramme)	

BETALINGSTERMINAL FOR KORTBETALING PÅ ALLE KURSSTEDER

Klippekort kan brukes alle dager og alle kurs. 10-klippskort kan brukes av ektefeller/samboere når begge navn er påført. Klippekort kjøpt andre steder enn i Oslo, kan ikke brukes i Oslo.

PÅMELDING TIL KURS: tlf. 22 40 19 00 oslo@komogdans.no

Rettigheter: Utgitt musikk og spesielt utformete danseøvinger kan bare nyttes av godkjente instruktører i KOM OG DANS, og da bare innenfor de definerte kursopplegg