

**Kom og Dans og
Johan Fastings Kursopplegg
har i 40 år lært Norge å danse!**

KOM OG DANS!

- arrangerer dansekurs etter **Johan Fastings Kursopplegg i Swing og rock`n roll dans** og andre danseformer
- har egen pedagogisk musikk og metoder som gjør det lett for alle å lære å danse vanlig festdans
- fokus på folkeformer som brukes i store festmiljøer, uten trinn og telling
- alle får danse med alle
- sosial danseform -
- det viktigste er å delta i dansen for det sosiale miljø

KOM OG DANS

- arrangerer også danseturer, danseferier, dansehelger og dansefester



KONTAKT:



Vi har instruktører over hele landet.

Hvis du ikke kjenner den lokale klubben eller lokale instruktører,

kontakt fagkontor i Oslo

tlf. 22 40 19 00

oslo@komogdans.no

eller regnskapskontor Hamar

tlf. 625 40 000

post@komogdans.no

LOKAL KONTAKT:

WWW.KOMOGDANS.NO

**DANSEKURS
I DIN BEDRIFT / FORENING!**



Med
Johan Fastings Kurs i
SWING OG ROCK`N ROLL
lærer du lett
å danse til festbruk!





UngSwingere på dansehelg - et morsomt treffsted i Kom og Dans for

Å danse gir god helse

- fysisk - psykisk og sosialt!

Å danse skaper kontakt!

Å danse er kultur!

Å danse gjør deg glad!

Å danse er moro!

**Å danse er enkelt å lære med
Kom og Dans sine kurs!**

***Rettigheter:** Johan Fastings Kursopplegg med tilhørende musikk og danseøvelser kan bare nyttes av godkjente instruktører i Kom og Dans, etter Kom og Dans sine retningslinjer.*

HVA KOSTER ET DANSEKURS?

Vi skreddersyr en pris for din gruppe/ bedrift/ miljø.

Minstepris for kun en time med instruktør er kr. 1000,-, avhengig av antall deltakere, antall timer og hvor langt instruktøren må reise.

SWING ROCK´N ROLL

Lær å danse på to dager!

Johan Fasting har utarbeidet enkle og effektive kurs for å lære bort swing og rock`n roll dansen til fest. Kursene er morsomme og du kommer hurtig i kontakt med andre som er glad i å danse. Ta kontakt og vi hjelper deg å arrangere!



Alle aldre har moro med dans!



50-talls stil - hvis en vil lage temafest!

BARNEKURS OG UNGDOMSKURS

Vil du overraske barna? Kom og Dans hjelper deg i gang med kurs for barn og unge i ditt nærmiljø. Instruktørene kan lære klassen, skolen, eller fritidsklubben artige danser som skaper høy stemning. Kom og Dans holder også kurs for barn og foreldre sammen. Kursene fokuserer på å ha det gøy samme, og det læres bort enkle festdanser som alle får til.



Barn og voksne sammen!



Unge og voksne på fest!

LINEDANCE

Linedance er populært danseinnslag for utdrikningslag, bursdager, selskaper, temadager på jobben. Du lærer mye på en time eller to. Linedance er ikke bare countrymusikk, men mange musikktyper, også hitlåter.



Line dance på rekker - uten partner.



Lær først - vis fram etterpå!