



KURS- OG DANSEHELG 17-19/9

Kom og Dans Bergen – Ulriken bydelssenter, Landåsveien 31A.

FREDAG 17/9 Kl. 1800-2130	BUGGKVELD «Kom i gang igjen-kurs» med litt repetisjon og litt nytt på litt øvet-nivå. Ca. 2 timer instruksjon, deretter dansetrening resten av økten.	
Kl. 1800-2130	WEST COAST SWING KVELD «Kom i gang igjen-kurs». Vi repeterer de grunnleggende turene Side pass, Sugar Push, Tuck Turn, Underarm turn og Whip. Krever at du har vært borti disse før – men kanskje trenger en oppfriskning. Ca. 2 timer instruksjon, deretter dansetrening resten av økten.	UTGÅR!

LØRDAG 18/9 Kl. 1200-1600	BLUES BOOGIE TEMADAG. Fra basic til videregående med turer, stegvarianter og krydder! Passer for alle pardansere som danser Fasting swing over grunnkursnivå.	UTGÅR!
Kl. 1200-1330	SWING Grunnkurs del 1	
Kl. 1200-1330	SALSA OG LATIN PÅ LINJE. Tren trinn salsa og latinformer på rekker og rader – uten partner	UTGÅR!
Kl. 1400-1530	SALSA Grunnkurs del 1	
Kl. 2000-2300	SWINGFEST med DJ-stafett – Hovedvekt på Swing, Rock, Blues og Boogie – men også innslag av Slow, West Coast Swing, Two Step, Salsa m.m. Tema: Fargerik :-)	

SØNDAG 19/9 Kl. 1200-1430	LINE DANCE DANSEØKT NIVÅ 1-2! Velkommen til en line dance danseøkt som i sin helhet er viet danser på nivå 1 (grunnkurs) og nivå 2 (litt øvet). Gjennomtråkk ved behov!	
Kl. 1200-1330	SWING Grunnkurs del 2	
Kl. 1400-1530	SALSA Grunnkurs del 2	
Kl. 1500-2000	LINE DANCE TOPP 50 – NIVÅ 3-4! Vi danser oss igjennom de 50 mest forhånds-ønskede dansene vi har hatt på kurs i Bergen, Fløienrock, Calpe ++ Gjennomtråkk ved behov!	
Kl. 1600-1800	SALSA Dansekveld	

BINDENDE PÅMELDING TIL ALLE ØKTER, også fester/dansekvelder. **MELD DEG PÅ SÅ SNART SOM MULIG**, og senest i løpet av onsdag 15/9. Vi sender ut betalingslenke på forhånd. Forbehold om et minimum antall deltakere for å gjennomføre øktene. Til «Salsa og latin på linje» samt Line dance trenger du ikke partner. Melder du deg på som enslig fører/følger til pardans-kurs/fester, vil vi plassere deg i dansepar så langt det går opp med påmeldingene. Skriv i kommentarfeltet ved påmelding om du har partner + navnet på denne, eller om du ønsker å bli plassert i dansepar. Vi har åpnet for forsiktig bytte av dansepartner på kurs/fester, men bruk sunn fornuft, og hold deg til din lille gruppe/kohort. Påmelding/mer info: www.komogdans.no/bergen.

PRISER

Gjennomgangskort – alle kurs/fester	kr. 600	Grunnkurs over 2 dager	kr. 350
Swingfest lørdag kveld	kr. 150	Line dance danseøkt nivå 1-2	kr. 100
Fredagsbillett Svenskbugg/WCS	kr. 300	Line dance topp 50 nivå 3-4	kr. 200
Blues Boogie Temadag inkl. swingfest	kr. 450	Salsa-dansekveld	kr. 100
Latintrening 1,5t lørdag	kr. 150		

Frikort/jobbkort og andre rabattordninger gjelder ikke i dansehelger.