

PROGRAMMA DANSSEIZOEN schooljaar 2024 – 2025

vanaf ma 2/09/2024

2024-2025	Uur	DANS	GROEPSINDELING = niet enkel afhankelijk van het leerjaar of de leeftijd maar ook afhankelijk volgens het niveau van de danser
Maandag	17 uur	-	-
	18 uur	Commercial B	4° + 5° mid. - open level
Dinsdag	17 uur	Urban-hip hop 1	4°+ 5° + 6° lj
	18 uur	Urban-hip hop 2	1° + 2° + 3° mid
Woensdag	13uur	Breakdance	Vanaf 2° leerjaar
	14 uur	Klassiek ballet 4	5° + 6° lj
	15 uur	Modern 2	1° + 2° + 3° mid
	16 uur	Klassiek ballet 5	1° + 2° + 3° mid
	17 uur	Klassiek ballet 6 + pointes	3°- 4° + 5° mid - advanced
	18 uur	Modern 3	3°- 4° + 5° mid - advanced
20 uur	Modern 5 B	+18 jaar - open level	
Donderdag	17.30 uur	-	-
	18.30 uur	Commercial A	vanaf 4° mid - advanced
	19.30 uur	Girly-heels B	+ 18 jaar – open level
	20.30 uur	Girly-heels C	+ 18 jaar – open level
Vrijdag	16.30 uur	Kidsdance	1°+2°+3° lj
	17.30 uur	Modern 1	4°+ 5° + 6° lj
	18.30 uur	Dance hall B	4° + 5° mid
	19.30 uur	Dance hall A	vanaf 6° mid
	20.30 uur	Girly-heels A	vanaf 6° mid - advanced
Zaterdag	9.00 uur	Peuterdans *	Instap + 1° kl
	9.30 uur	Kleuterdans B**	2° kl + (3° kl)
	10.15 uur	Klassiek ballet 1	1° lj
	11.15 uur	Klassiek ballet 2	2° lj
	12.15 uur	Klassiek ballet 3	3° + 4° lj
	13.15 uur	Kleuterdans A **	3° kl + (2° kl)
	14 uur	Modern 4 B	vanaf 5° mid – open level
	15 uur	Klassiek ballet 7 + pointes	vanaf 6° mid - advanced
16 uur	Modern 4 A	vanaf 6° mid - advanced	
zondag	11 uur	Klassiek ballet 8 B	+ 18 jaar – open level
	12 uur	Klassiek ballet 8 A	+ 21 jaar – advanced
	13 uur	Modern 5 A	+ 21 jaar - advanced

- Kleuterklas = kl – leerjaar = lj – middelbaar = mid
open level = alle niveau's – advanced = gevorderden
* 30 minuten les ** 45 minuten les alle andere zijn 60 minuten les
- **AGENDA DANSSEIZOEN 2024- 2025 : tijdens schoolvakanties is er GEEN DANS ! (enkele uitzonderingen)**
(examenperiodes worden met de dansers besproken)

- Kijkdagen **DANS 2x/jaar** : waarbij u de les vanuit de zaal kan meevolgen
- **Herfstverlof** : van ma 28/10/2024 tem zo 3/11/2024 + ma 11/11 gesloten
- **Kerstverlof** : van ma 23/12/2024 tem zo 5/01/2025
- **Krokusverlof** : van ma 03/03/2025 tem zo 9/03/2025
- **Paasverlof** : van ma 07/04/2025 tem ma 21/04/2025
- **feestdagen** (geen dans) : do 1/05/2025 - do 29 + vr 30/05/2025 (hemelvaart)
za 7 + zo 8 + ma 9/06/2025 (pinksteren)
- dans tem **zondag 22/06/2025**
- **zomerdanskampen in augustus 2025**

PRIJSLIJST DANSSEIZOEN 2024 – 2025 vanaf 2/05/2024

Mei kortingen bij herinschrijving voor huidige dansers :
- € 10 /danser + gratis gadget Balance health center bij **cash** betaling
Wens je een prijssofferte kan je ons altijd **een mailtje** sturen

1ste proefles gratis	2° proefles € 7 (max 2 extra proeflessen)
Nieuwe danser	Éénmalig € 39 inschrijving
Huidige danser	Enkel lidgeld

Kortingen op meerdere lessen of gezinsleden : Laat vrijblijvend uw berekening maken aan de balie of via email.							
2024-2025	Lidgeld (incl verz.€10)	15%	20%	25%	30%	35%	40%
30 minuten*	€ 205	€ 175	€ 164	€ 154	€ 144	€ 133	€ 123
45 minuten**	€ 275	€ 234	€ 220	€ 207	€ 193	€ 179	€ 165
60 'studenten tot 25 jaar	€ 325	€ 277	€ 260	€ 244	€ 228	€ 212	€ 195
60' +18	€ 375	€ 319	€ 300	€ 282	€ 263	€ 244	€ 225

Voor korting(15%-20%...) van gezinslid dient er nog **€10 sportverzekering** bijgeteld te worden

Onbeperkt aantal dansen * MET gezinsabonnement (zie voorwaarden)

1° danser : € 695 (incl verzekering)	2° danser : € 595 (incl verzekering)	3° danser : € 559 (incl verzekering)	4° danser : € 525 (incl verzekering)
---	---	---	---

***voorwaarden GEZINSABONNEMENT =** Indien 1 van beide ouders een **"all-in of VIP jaarkaart"** voor fitness/groepsles/spinning en dans heeft, kunnen de kinderen (studenten tot 25 jaar) genieten van een vast bedrag om alle danslessen + groepslessen/fitness +14 jaar te volgen
***Deze all-in/VIP jaarkaart moet geldig zijn gedurende het volledige nieuwe dansseizoen , anders moet deze ook verlengd worden bij herinschrijving**

Bedragen boven € **700** kan u in 2 delen betalen (2° deel eind oktober te betalen) .
U ontvangt hiervoor een email.

REGLEMENT :

- er worden **geen** terugbetalingen uitgevoerd tijdens het dansseizoen
- kortingen bij herinschrijvingen zijn enkel geldig tijdens de maand **mei 2024** voor huidige dansers
- vanaf juni 2024 kunnen nieuwe dansers zich ook inschrijven of huidige dansers zonder korting
- bij een onbeperkt dansabonnement is het de bedoeling dat je de lessen die je kiest ook een volledig seizoen meedanst

PEUTER- EN KLEUTERDANS A en B

Al spelend leren, dat is wat kinderen doen. Daar maken wij in onze lessen kleuterdans gebruik van om ze de basisbeginselen van dans aan te leren. Door middel van creatieve en speelse oefeningen en opdrachten die aansluiten bij hun leefwereld worden ze stap voor stap begeleid naar de juiste danstechnieken. Langzaam aan leren de dansers in deze les de structuur van zo'n balletles. Dit uiteraard nog steeds in combinatie een flink dosis spel en creativiteit.

KLASSIEK BALLET 1 tem 8

Klassiek ballet is een eeuwenoude dansdiscipline die volledig uitgewerkt en uitgeschreven werd. Elke beweging heeft zijn eigen naam. In de lessen klassiek wordt gewerkt aan een juiste danshouding, het aanleren van het dansvocabulaire en discipline. Al deze vaardigheden zijn een uitstekende basis voor elke andere dansstijl. De bewegingen zijn sierlijk en elegant, maar vergis je niet : een perfecte lichaamsbeheersing en enorme spierkracht zitten verborgen onder al die elegantie ! Een deel van de les wordt er aan de balletbar gewerkt , ander deel van de les in het midden (au milieu) en op de diagonalen.

KIDSDANCE

In de lessen kidsdance wordt ingezet op beweging en plezier. Een prima les om kinderen zowel creatief als sportief aan het werk te zetten. De muziek waarop ze dansen is eerder uptempo en klinkt meestal bekend in de oren. Verschillende basisbewegingen worden in leuke oefeningen gegoten en zorgen ervoor dat ook hier de juiste danstechnieken aangeleerd worden.

MODERNE DANS 1 tem 5 & verschillende levels

In de lessen moderne dans werken we aan de aarding van onze dansers in hun bewegingen. In moderne dans spreken we van 'grounded movements', waarbij de emoties vertaald worden in dansbewegingen. In tegenstelling tot klassieke dans waar alles elegant is en de indruk wil geven dat je kan zweven over de dansvloer, gaan we bij moderne dans de ruwheid opzoeken. Floorwork is een groot onderdeel van deze les waar onze dansers leren hoe je over de vloer kan bewegen en rollen.

URBAN-HIPHOP 1 en 2

Urban Hiphop ontstond letterlijk op straat. Deze dansstijl is een verzameling van verschillende dansvormen; zowel urban als hip hop. Energiek, ritmisch en gedurfd zijn de woorden die deze dansstijl het best omschrijven. De accenten in de muziek vormen een leidraad en er wordt hard ingezet op muzikaliteit. Fun verzekerd!

DANCEHALL A en B

Een dansstijl die sexy, stoer, sensueel en vooral ritmisch is. In deze les leer je om je heupen los te laten en te knallen op gevarieerde muziek. Deze dans is een feest op zich, ideaal om alles los te shaken op african based music.

COMMERCIAL A advanced en B open level

Deze dansstijl is een verzameling van verschillende stijlen door elkaar waaronder hip hop, girly, streetdance... In deze les werken we vooral aan je dans skills, expressie, performance en inleving. De juiste mix om je volledig uit te leven in één van de populairste dansstijlen van het moment.

GIRLY-HEELS +21 jaar open level B en C

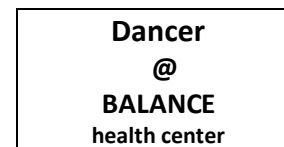
Een uitstekende les op beginnersniveau die je uitnodigt je vrouwelijkheid op te zoeken in beweging. In deze les leer je sexy en sensueel te bewegen op muziek vol "feminine energy". Er wordt gewerkt aan performance en het ontwikkelen van eigenheid, attitude en zelfzekerheid. Een "feel good" les vol twerk moves, girl power & fun.

(Deze les varieert tussen heels & sneakers en is toegankelijk voor iedereen)

GIRLY-HEELS +18 jaar advanced A : Een uitstekende les voor gevorderden die je uitnodigt je vrouwelijkheid op te zoeken in beweging. In deze les leer je sexy en sensueel te bewegen op muziek vol "feminine energy". Er wordt gewerkt aan performance en het ontwikkelen van eigenheid, attitude en zelfzekerheid. Een "feel good" les vol twerk moves, girl power & fun.

(Deze les varieert tussen heels & sneakers en is toegankelijk voor iedereen)

DANS SEIZOEN 2024-2025



BALANCE HEALTH CENTER

Herentalsesteenweg 85

2460 LICHTAART

tel 014/714121

info@balancehealthcenter.be

www.balancehealthcenter.be

Je kan ons ook vinden op

