

Opetustasot:

Alkeet: Kyseisen tanssin perusteita ja alkeiskuvioita aloittelijoille.
Jatko 1: Helppoja alkeis- ja jatkokuvioita, sekä vientiteknikkaa.
Jatko 2: Jatkokuvioita, tekniikkaa, haastetta lisätään vähitellen.
Jatko 3: Haasteellisia kuvioita, tanssin tulkintaa ja vientiteknikkaa.

Ilmoittautuminen:

Tiistain ja torstain tanssikursseille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta ekstrakursseille tulee ilmoittautua. Ekstrakursseille ilmoittaututaan kotisivujeni www.tanssijaterapiaa.com ilmoittautuminen -kohdasta. Tiedoksi tarvitaan nimi ja puhelinnumero. Muista valita kurssivalikosta kurssi, jolle ilmoittaudut. Laitan vahvistuksen tekstiviestillä muutaman päivän sisällä. Kesäkauden ekstrakurssit ovat ti 5.6. Parisalsa, opettajana Carlos Correa, to 7.6. Rumba-Bolero tunnelmailta, jossa Livemusan tarjoaa Onnenkerjäläiset orkesteri Tuomas Kaikkosen johdolla, sekä to 2.8. SuomiLove-ilta, jossa Livemusan tarjoaa Helminauha orkesteri, illan sisältönä ovat rakkauslaulut ja niihin sopivia tanssilajeja ovat slovarit, hidas valssi ja tango.

Hinnat ja maksuvälineet:

Tanssikurssien hinnat ovat 1h/12€, 2h/20€, 3h/24€ ja kanta-asiakashinnat ovat 1h/10€, 2h/18€, 3h/22€. Ekstrakurssien hinta on 32€/3h ja kanta-asiakkaat 30€/3h. Tanssikurssimaksuina käy käteinen, pankkikortti, Smartumin liikunta- ja kulttuurisetelit, Smartum saldo+ kortti, E-passi saldo ja kortti, Tyky-kuntosetelit ja saldo, Edenredin virikesetelit ja Mind

& Body, sekä Ticket Duo-kortit. Mikäli käytät esim. Smartum-saldoa tai E-passisaldoa, toivon, että suoritat maksusi etukäteen ja tuot tulosteen mukanaasi tanssikursseille. Huom! Kulttuuri- ja liikuntasetelit yms. ovat henkilökohtainen etu, joten niillä voit maksaa vain oman kurssimaksusi.

Kanta-asiakkuus:

Voit liittyä kanta-asiakkaaksi maksutta tanssikursseilla tai esim. lähettämällä tietosi sähköpostilla. Tiedoksi tarvitaan nimi, osoite, sähköpostiosoite ja puhelinnumero.

Parinvaihto:

Tanssikursseilla on kiertävä parinvaihto, joten sinne voit hyvin tulla myös ilman omaa paria.

Lisätietoja:

maiya@tanssijaterapiaa.com
www.tanssijaterapiaa.com
p: 050 5291380

*Tervetuloa
Maija*

Parisalsa -ekstra

Ti 5.6. Hki-Pavilla
klo 18.00 –21.00

Opettajana:
Carlos Correa.

Muista ilmoittautua!
Kurssin hinta 32€/hlö,
kanta-asiakkaat 30€.

Rumba-Bolero ekstrakurssi to 7.6. klo 18–21 Hki-Pavilla Livemusalla.

Musiikin tarjoilee Onnenkerjäläiset Tuomas Kaikkosen johdolla.
Muista ilmoittautua. H. 32€/hlö, kanta-asiakkaat 30€.



Sinitaivas-ekstra

Naapurinvaaran Huvikeskuksessa ma-ke 18.-20.6. klo 17-21

Opettajat: Maija Astikainen ja Arto Petjala
Kurssien hinnat: 2h 15€, 4h 30€, 3 iltaa 75€.
Kurssseille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.



To 2.8. klo 18–21 Hki-Pavilla

Livemusan rakkauslauluineen tarjoilee Helminauha-orkesteri.
Ilmoittautuminen 1.8. mennessä. H. 32€/hlö, kanta-asiakkaat 30€.

Tanssikurssi- ohjelma

Kesäkaudeksi
2018

Tanssia ja terapiaa

Maija Astikainen

Fysioterapeutti | Tanssinopettaja

☎ 050 529 1380

www.tanssijaterapiaa.com
maiya@tanssijaterapiaa.com



Tervetuloa tanssikursseilleni oppimaan ja viihtymään!

Kesäkaudella tanssitaan jälleen ahkerasti Helsinki-Pavilla, Vantaalla. Tanssikurssi-illat ovat tiistai ja torstai.

Ohjelmassa on myös runsaasti lyhytkursseja, jotka ovat Pavin järjestämiä ja ne toteutetaan keskiviikkoisin ja perjantaisin ennen tanssien alkua. Kurssit ovat Pavin tarjoamaa bonusetua asiakkailleen ja ne sisältävät illan tanssilipun hintaan.

Tiistaikursseilla opetus alkaa alkeista, mutta torstait ovat jatkoiltoja, jolloin opetus alkaa jatko 1 tasosta ja etenee illan aikana niin, että haastetta lisätään vähitellen. Tiistain opetus-
tasot ovat 18-19 alkeet, 19-20 jatko 1 ja 20-21 jatko 2. Torstaisin opetus-
tasot ovat 18-19 jatko 1, 19-20 jatko 2 ja 20-21 jatko 3. Opeteltavia lajeja ovat perustanssit, kädenalitatanssit, lattarit, sekä kansanomaiset tanssit.

Kursseilla tutustut myös mukavaan ja asiansa osaavaan avustajien "assarit" ryhmään, jotka huolehtivat kanssani oppimisestasi ja viihtymisestäsi.

Lämpimästi tervetuloa

Maija



Toukokuu

Helsinki-Pavi

Tiistait	Perustaso	18-19	19-20	20-21
Ti 8.5.	Bugg	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 15.5.	Hidas valssi	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 22.5.	Fusku	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 29.5.	Rumba-Bolero	alkeet	jatko 1	jatko 2

Torstait

Jatkotaso	18-19	19-20	20-21	
To 3.5.	Fusku	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 17.5.	Cha-Cha	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 24.5.	Tango	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 31.5.	Bugg	jatko 1	jatko 2	jatko 3

Kesäkuu

Helsinki-Pavi

Tiistait	Perustaso	18-19	19-20	20-21
Ti 5.6.	Parisalsa	alkeet	jatko 1	jatko 2
	Ekstrakurssi, Opettajana Carlos Correa, ks.			takasivu
Ti 12.6.	Kävelyhumppa	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 26.6.	Suomisalsa	alkeet	jatko 1	jatko 2

Torstait

Jatkotaso	18-19	19-20	20-21	
To 7.6.	Rumba-Bolero	jatko 1	jatko 2	jatko 3
	Ekstrakurssi Livemusa, Onnenkerjäläiset, ks.			takasivu
To 14.6.	Hidas valssi	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 28.6.	Foksit	jatko 1	jatko 2	jatko 3

Heinäkuu

Helsinki-Pavi

Tiistait	Perustaso	18-19	19-20	20-21
Ti 10.7.	Tango	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 17.7.	Fusku	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 24.7.	Foksi	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 31.7.	Jive	alkeet	jatko 1	jatko 2

Torstait

Jatkotaso	18-19	19-20	20-21	
To 12.7.	Bugg	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 26.7.	Fusku	jatko 1	jatko 2	jatko 3



Elokuu

Helsinki-Pavi

Tiistait	Perustaso	18-19	19-20	20-21
Ti 7.8.	Kävelyhumppa	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 14.8.	Cha-Cha	alkeet	jatko 1	jatko 2
Ti 21.8.	Polkka, Masurkka	alkeet	jatko 1	alkeet
Ti 28.8.	Blues	alkeet	jatko 1	jatko 2

Torstait

Jatkotaso	18-19	19-20	20-21	
To 2.8.	SuomiLove-ilta Ekstrakurssi, Livemusa, Helminauha, slovarit, hidas valssi, tango, ks. takasivu	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 9.8.	Vanha tango	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 16.8.	Hidas valssi	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 23.8.	Tangovalssi	jatko 1	jatko 2	jatko 3
To 30.8.	Fusku	jatko 1	jatko 2	jatko 3

Hki-Pavi lyhytkurssit

Hki-Pavin kurssit kesäkausi 2018

Lyhytkurssit ennen tanssien alkua klo 19.00-19.50

M=Maija
J=Jorma
K=Kati
C=Carlos

Heinäkuu

Ke 4.7. Blues J
Ke 11.7. Fusku 1 M
Ke 18.7. Masurkka J
Ke 25.7. Cha-Cha 1 M

Huhtikuu

Ke 18.4. Fusku 1 M
Pe 20.4. Cha-Cha 1 M
Ke 25.4. Hidas valssi 1 M
Pe 27.4. Rumba-Bolero 1 M

Toukokuu

Ke 2.5. Fusku 2 M
Pe 4.5. Tango 1 M
Ke 9.5. Bugg 1 M
Pe 11.5. Samba J
Ke 16.5. Hidas valssi 2 M
Pe 18.5. Bugg 2 M
Ke 23.5. Cha-Cha 2 M
Pe 25.5. Fusku,
Mun ekat lavatanssit K
Ke 30.5. Kävelyhumppa M

Kesäkuu

Pe 1.6. Suomisalsa M
Ke 6.6. Tango 2 M
Pe 8.6. Salsa C ja M
Ke 13.6. Rumba-Bolero 2 M
Pe 15.6. Foksi J
Ke 20.6. Valssi J
Ke 27.6. Jenkka J

Elokuu

Ke 1.8. Hidas valssi 1 M
Ke 8.8. Vanha tango M
Ke 15.8. Cha-Cha 2 M
Pe 17.8. Fusku 2 M
Ke 22.8. Bugg 1 M
Pe 24.8. Hidas valssi 2 M
Ke 29.8. Kävelyhumppa M
Pe 31.8. Swing-polkka M

Syyskuu

Ke 5.9. Polkka J
Pe 7.9. Salsa C ja M
Ke 12.9. Rumba-Bolero 1 M
Pe 14.9. Bachata C ja M
Ke 19.9. Arg.tango J
Pe 21.9. Rumba-Bolero 2 M
Ke 26.9. Arg tango J
Pe 28.9. Fusku 1 M

Lokakuu

Ke 3.10. Jive 1 J
Pe 5.10. Jive 2 J
Ke 10.10. Bugg 2 M
Pe 12.10. Fusku 2 M

Osoitteet

Hki-Pavi Pavintie 6 01260 Vantaa