



Dansfirman

VI LÄR ER DANSA

Inbjuder alla tävlande Seniorer (+35) till en träningsdag i Bugg

När: 17 April mellan kl 09:30-15:30

Var: Norrfjärdens folkets hus (1,5 mil norr om Öjebyn)

Innehåll: Vi tränar på puls för att få ett naturligt sväng. Musiktolkning, mm
Träningen passar **alla** som tävlar oavsett klass, teknik och ålder.

Pris: 200kr/person betalas på plats.

Anmälan: Parvis anmälan senast den 8 april till: kalle.palo.firman@telia.com
Där du anger namn, telefonnummer, e mail, förening eller på tele
070-6549495 **OBS! begränsat antal platser!**

Upplägg: Mellan 10:00-11:30 roterar vi mellan paren, men efter lunch dansar ni
med er partner.

09:30-10:00 Registrering kaffe/the smörgås

10:00-11:30 Träning puls/sväng

11:30-12:15 Lunch

12:15-13:45 Musiktolkning

13:45-14:00 Fika kaffe/the fikabröd

14:00-15:30 Öva, öva

I träningen ingår: Träning, kaffe/the smörgås - eftermiddags fika med
kaffe/the med fikabröd.

Välkomna till en trevlig träningsdag.

Dansfirman
Kalle Palo