



## **Rytmisk Dansehold**

### **Rundforbihallen, Spejlsalen**

Hold RD15 Mandag 19:30-21:00

Jazz dans for dig der kan lide koreografi og udfordringer. Vi begynder med en grundig opvarmning inkl. styrke- og balancetræning og bruger danse-sammensætninger og koreografi til at udvikle koordination og kropskontrol. Vi slutter af med udspænding og afslapning og alt sammen til rigtig god musik med masser af rytme.

Holdet starter 5. september 2016 og slutter 29. maj 2017.

**Tilmelding under fanen **HOLDTILMELDING****