

# Aloita liikuttavan hyvä harrastus LAVATANSSI

Tapanilan työväentalo, Sompiontie 4, Helsinki

Käytössä on kätevä kertamaksu, joten sinun ei tarvitse sitoutua pitkiin kursseihin. Tule mukaan kun sinulle sopii ilman ennakkoilmoittautumista. Parinvaihdon ansiosta kaikki pääsevät tanssimaan.

KE klo 18.00-19.30 KESKITASO	KE klo 19.45-21.00 JATKO
Opettajina vuorottelevat Auvo Viita-aho ja Jenna Polvi	
15.1. Fusku 1	Fusku 1
22.1. Fusku 2	Fusku 2
29.1. Foksi 1	Fusku 3
5.2. Foksi 2	Fusku 4
12.2. Bugg 1	Foksi 1
19.2. ei kurssia	ei kurssia
26.2. Bugg 2	Foksi 2
4.3. Hidas Valssi 1	Bugg 1
11.3. Hidas Valssi 2	Bugg 2
18.3. Argentiinalainen Tango 1	Argentiinalainen Tango 1
25.3. Argentiinalainen Tango 2	Argentiinalainen Tango 2
1.4. Argentiinalainen Tango 3	Argentiinalainen Tango 3
8.4. Rumba Bolero 1	Hidas Valssi 1
15.4. Rumba Bolero 2	Hidas Valssi 2
22.4. Tango 1	Rumba Bolero 1
29.4. Tango 2	Rumba Bolero 2
6.5. Cha Cha 1	Tango 1
13.5. Cha Cha 2	Tango 2
20.5. Salsa (kuubalainen) 1	Salsa (LA Style) 1
27.5. Salsa (kuubalainen) 2	Salsa (LA Style) 2

TO 60+ klo 16.00-17.45 PERUSTEET & PERUSTEET+	
Auvo Viita-aho	
6.2. Tango 1	
13.2. Tango 2	
20.2. ei kurssia	
27.2. Hidas Valssi 1	
5.3. Hidas Valssi 2	
12.3. Foksi 1	
19.3. Foksi 2	
26.3. Fusku 1	
2.4. Fusku 2	
9.4. Fusku 3	
16.4. Bugg 1	
23.4. Bugg 2	
30.4. ei kurssia	
7.5. Jenkka	
14.5. Cha Cha	
21.5. ei kurssia	
28.5. Rumba Bolero	

60+ tanssikurssit on suunniteltu yli 60-vuotiaille, jotka haluavat uusia haasteita, iloa ja hyvinvointia elämään. Ryhmässä harrastetaan kivalla porukalla ja rennolla otteella lavatansseja laidasta laitaan.



Huikkea opekaarti: Ulpu Jarva, Jenna Polvi ja Auvo Viita-aho

Tule mukaan yksin, kaksin tai porukalla!

## Levytanssit kurssin jälkeen

Hyödynnä oppimaasi heti käytännössä kurssien jälkeen levytansseissa! Hinta 5 € kerta. Levytansseihin voi osallistua vaikka ei kurseilla olisi käynyt.

TO klo 18.00-19.30 PERUSTEET + levytanssit kurssien jälkeen klo 19.30-21.30	
Auvo Viita-aho	
6.2. Foksi/Fusku	
20.2. ei kurssia	
5.3. Bugg	
19.3. Tango	
2.4. Hidas Valssi	
16.4. Rumba Bolero	
30.4. ei kurssia	
14.5. Cha Cha	
28.5. Jive	

Kertahinta jäsen / ei jäsen  
8 €, treenikortilla 7 € / 12 €. Alle 25-vuotiaat 5 €.

Lisätietoja Auvo Viita-aho, auvo@tanssia.fi, p. 040 506 6917

[facebook.com/SekahakuHelsinki](https://www.facebook.com/SekahakuHelsinki)

[sekahaku.net](https://www.sekahaku.net)

TANSSISEURA  
**SEKAHAKU**

## TO klo 18.00-19.30 PERUSTEET klo 19.45-21.00 PERUSTEET +

Ulpu Jarva	
13.2.	Fusku
27.2.	Foksi
12.3.	Tango
26.3.	Bugg
9.4.	Valssi
23.4.	Cha Cha
7.5.	Hidas Valssi

**PERUSTEET** Aikaisempaa tanssitaitoa ei tarvita. Perusaskelaita, rytmiä ja ensimmäiset kuviot, viemisen ja seuraamisen perusteita.

**PERUSTEET+** jatkaa siitä mihin perusteissa päästiin. PERUSTEET+ tunti on hyödyllinen myös edistyneelle tanssijalle.