

Danslek 2-3 år med förälder

Sång och dans, vi låter barnen öva på att dansa själva med tryggheten av att föräldern är närvarande.

Barndans 4-5 år, 5-6 år

Vi grundar de klassiska formerna med balett och jazzdans, fortfarande med en del rörelsesånger och danslekar.

Dansmix från 6 år

Vi blandar olika dansstilar; Jazz, Balett, Street och Folkdans

Jazzdans från 6 år

Jazzdansens grunder med teknik, hopp, balanser och koreografier till modern musik.

Balett från 6 år

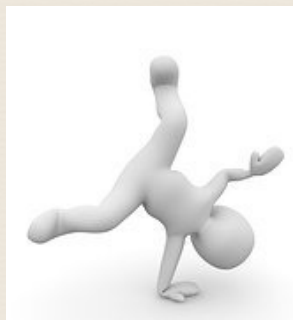
Ballettens grunder med teknik vid stången och på golvet, balanser och koreografier till klassisk musik.

Streetdance från 7 år

Koreografier och coola moves inspirerade av världens toppartister.

Dans för balans

Rörelser som ger smidighet och styrka. Lektionerna anpassas för att passa alla. Vi använder stöd av vägg och balettstång för att öva upp balansen och målet är att bli fristående.



Kursledare Dans:

Linda Johansson, Caroline Bergström,
Amanda Almér, Stina Persson,
Freja Johansson, Livia Arnlei,
Nikki Toresson, Elsa Eliasson

Linda Johansson
Verksamhetsansvarig dans

Info och anmälan till Linda Johansson/ABF:
linda.johansson@abf.se



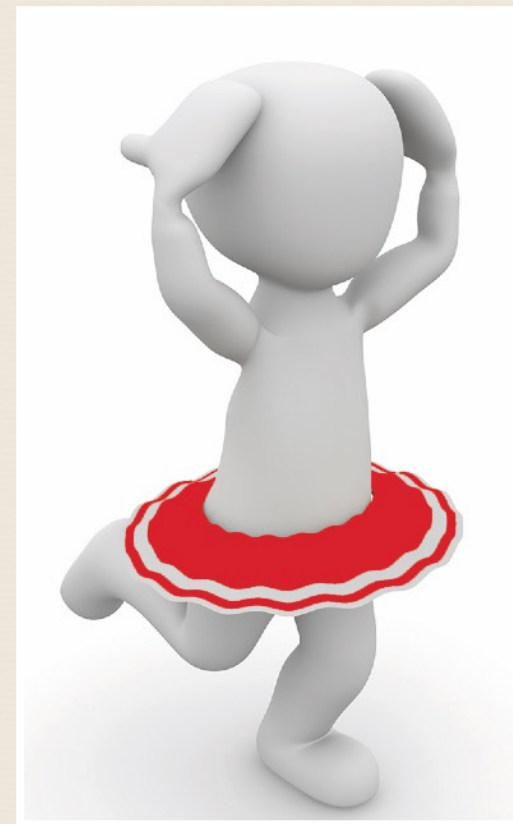
VÄLKOMMEN
MED DIN ANMÄLAN!

ABF, Brunnsvägen 5,
Varberg



Dans våren 2026

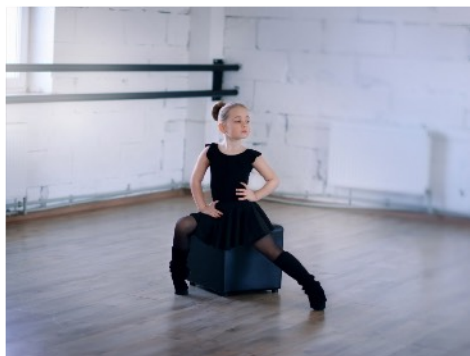
ABF Varberg



Nu är det dags att anmäla sig
till vårens studiecirklar i dans:

Danslek, Barndans, Jazzbalett,
Jazz/Show, Balett, Streetdance,
Streetjazz, Dansmix, Dans för balans





Priser:

650 kr - 9 lektioner - 45 min.
gäller endast grupperna: 2-3 år, 3-4 år och 4-5 år

795 kr - 12 lektioner - 45 min.

850 kr - 12 lektioner - 60 min.

1250 kr - 12 lektioner - 90 min.

Vi startar från v. 4

Info och anmälan till Linda Johansson/ABF:
linda.johansson@abf.se

DANSSCHEMA 2026

Måndag

10.30-11.15 Dans för balans - Linda
16.20-17.05 Danslek 2-3 år (med förälder) - Linda
16.50-17.35 Barndans 4-5 år - Caroline
17.10-17.55 Balett 7-9 år - Linda
17.40-18.25 Dansmix 6-8 år - Caroline
18.00-18.45 Balett 9-11 år - Linda
18.45-19.45 Balett 11-14 år - Linda
18.45-20.15 Balett 13-17 år - Amanda

Tisdag

10.30-11.15 Dans för balans - Linda
16.10-16.55 Danslek 3-4 år - Caroline
16.50-17.35 Streetjazz 6-8 år - Linda
17.00-17.45 Barndans 5-6 år - Caroline
17.50-18.35 Jazzbalett 6-8 år - Elsa

Onsdag

16.00-16.45 Barndans 4-5 år - Caroline
16.30-17.15 Danslek 3-4 år - Linda
16.50-17.35 Barndans 5-6 år - Caroline
17.20-18.05 Balett 6-8 år - Linda
17.45-18.45 Streetdance 11-14 år - Nikki
18.10-19.10 Streetdance 9-11 år - Linda
18.50-19.50 Streetdance 15-20 år - Amanda

Torsdag

10.30-11.15 Dans för balans - Linda
16.00-16.45 Dansmix 6-8 år - Caroline
16.30-17.15 Barndans 5-6 år - Linda
16.50-17.35 Barndans 4-5 år - Caroline
17.30-18.30 Jazz/Show 9-12 år - Stina
17.30-18.15 Steppdans - Linda
17.40-18.40 Streetjazz 11-13 år - Freja, Livia
18.30-20.00 Jazz/Show från 14 år - Linda

Fredag

14.50-15.35 Danslek 3-4 år - Linda
15.40-16.25 Barndans 4-5 år - Linda
16.30-17.15 Streetjazz 6-8 år - Freja, Livia
16.30-18.00 Balett från 15 år - Linda
17.15-18.15 Streetjazz 9-11 år - Freja, Livia

Lördag

10.00-10.45 Jazz/Show 6-8 år - Nikki

