

# Lahden tanssin ja tanssillisen liikunnan kurssit 2017–2018

	Maanantai		Tiistai	Keskiviikko	Torstai		Perjantai	
10-11		Seniorilavis-lavatanssijumppa® klo 9.30–10.30 Mäkikatsomo Raila Nieminen ▲	Istumatanseja Lehtiojan palvelutalossa klo 13.00–13.45 Mirja Lehtonen ●			Senioritanssi, Lahti klo 9.30–11.00 ▲ Tanssikoulu HC2.0 Raila Nieminen		
15-16			Round-tanssi klo 14.30–16.00 Tanssikoulu HC2.0 Anni-Sirkku Askola ◆		Mäkikatsomon Zumba® klo 15.30–16.30 Urheilukeskus Anne-Mari Lehtinen ■	Kuntotanssi I klo 15.00–16.00 AKK, liikuntatila 115 Kaija Lipiäinen ■		
16-17				Dance, alkeet klo 16.30–17.45 Sammonkatu 8 H, Draamapaja Leena Keizer ■		Kuntotanssi II klo 16.15–17.15 AKK, liikuntatila 115 Kaija Lipiäinen ■	Aikuisbaletti, alkeet klo 17.00–18.00 ■ Sammonkatu 8, Draamapaja Leena Keizer	
17-18		Itämainen vatsatanssi, alkeet A klo 16.30–17.30 Akk, liikuntatila 115 Maha Hafez ■	Bollywood, alkeet klo 17.30–18.30 Sammonkatu 8, Draamapaja Maria Temonen ■	Itämainen vatsatanssi alkeet ja jatko klo 17.15–18.30 AKK, liikuntatila 115 Kaija Lipiäinen ■	CubaLatinMix klo 17.30–18.30 Sammonkatu 8, Draamapaja Deannys Conde ■	Lavis-lavatanssijumppa® Salppurin koulu klo 17.15–18.00 Salpausselän yläaste, liikuntasali Anne-Mari Lehtinen ■	Aikuisbaletti, jatko klo 18.00–19.30 ■ Sammonkatu 8, Draamapaja Leena Keizer	
18-19	Kanervan Zumba® / LatinMix klo 19.00–20.00 Deannys Conde Kanervan koulu, liikuntatila ■	Itämainen vatsatanssi, jatko klo 17.30–19.00 Akk, liikuntatila 115 Maha Hafez ■	Bollywood, jatko klo 18.30–19.30 Sammonkatu 8, draamapaja Maria Temonen ■	Dance, jatko klo 17.45–19.00 Sammonkatu 8 H, Draamapaja Leena Keizer ■	CubaLatinMix klo 18.30–19.30 Sammonkatu 8, Draamapaja Deannys Conde ■		Kärkitossuilla klo 19.30–20.00 Sammonkatu 8, Draamapaja Leena Keizer ◆	Lavatanssin alkeet Kanervassa klo 17.45–18.45 Kanervan koulu, liikuntatila Marita Hakkarainen ■
19-20	Lavis-lavatanssijumppa® Ersta klo 19.00–20.00 Erstan koulu, liikuntasali Maija Lappalainen ■	Itämainen vatsatanssi, edistyneet klo 19.00–20.30 Akk, liikuntatila 115 Maha Hafez ◆	Kariston Zumba® klo 19.00–20.00 Kariston koulu Anne-Mari Lehtinen ■	Äijäbaletti syksy/kevät klo 19.00–20.00 Sammonkatu 8 H, Draamapaja Leena Keizer ■		Afrotanssi klo 19.00–20.30 AKK, liikuntatila 115 John Jakob Mluge ■	Bailatino III klo 18.00–20.00 Harjun ala-aste Anne-Mari Lehtinen ◆	Lavatanssi jatko Kanervassa klo 18.45–20.15 Kanervan koulu, liikuntatila Marita Hakkarainen ■

● Kevyttä ja helppoa ▲ Kohtuukuormitteista ja helppoa ■ Kohtuukuormitteista ja haasteita tarjoavaa ◆ Kuormittavaa ja haasteita tarjoavaa  
Vihreällä uudet kurssit Punaisella kurssimuutokset viime lukuvuoteen. (Muutokset mahdollisia)