

# SHOWDANCE

*Kom og få pulsen op med dans i Lem hallen!*

Vi lærer danseserier til det musik, du allerede kender fra radioen. Det er ikke par-dans, man danser alene og vi danser allesammen de samme trin. Danseserierne er sammensat af trin fra latinamerikanske danse, f.eks. jive, samba og salsa mixet med både hip hop og aerobic

Vi starter **mandag den 26. september 2016** i Lem hallen.

Kl. 18-19 - Hold 1: Her er det for børn fra 2. til 4. klasse.

Kl. 19-20 - Hold 2: Fra 5. klasse og op + fitness-træning.

**NYT i år:** Begge hold er åbne for andre, der måtte have lyst til at danse med; f.eks. ældre søskende, mødre osv.

Dans er god træning af både kondition og balance.

**Husk: Indendørssko + vandflaske**

**Pris: 300 kr. for hele sæsonen (6 mdr.)**

Vi glæder os til at se jer!



Julie og Berit Bidstrup



I samarbejde med Lem Motions- og Idrætsforening LMI.

Læs mere på LMI's hjemmeside: [www.lemmi.dk](http://www.lemmi.dk)