



INFORMATIEAVOND DANS SPORTCLUB PAREJA

WOENSDAG 9 MAART

19.30 UUR

KERKEBÖSKE

PARAJA



Welkom



Ons lesaanbod: conditie



Swing & Sweat:

- Al dansend werken aan kracht en conditie.
- Elke vier weken een andere les en andere leidster.
- Lessen worden verzorgd door Ernie, Sharon en Demi.
- Woensdag 19.15-20.15 uur

Aerobics:

- Lekker een uurtje 'van alles en nog wat'.
- Gewichten, steps, dynabands enz.
- Lessen worden verzorgd door Steffie.
- Donderdag 20.00-21.00 uur



Ons lesaanbod: recreatieve dans



Streetdance (6+ en 11+):

- Streetdance is bouncen op de beat.
- Er wordt gebruik gemaakt van hiphop en R&B-muziek.
- Geen wedstrijden.
- Lessen worden verzorgd door Ernie.
- Dinsdag 17.00-18.00 (11+) en woensdag 17.00-18.00 (6+)

Recreatieve groep jazzdans (20+):

- Trainen op niveau.
- Samen werken aan een choreografie.
- Geen wedstrijden.
- Lessen worden verzorgd door Steffie.
- Donderdag 19.00-20.00 uur



Ons lesaanbod: voor de kleintjes



Kidsdance

- Voor de allerkleinsten: 3-5 jaar.
- Spelenderwijs leren bewegen op muziek.
- Basisbeginselen jazzdans.
- Lessen worden verzorgd door Ruth en Femke C.
- Zaterdag van 11.15-12.15 uur.



Ons lesaanbod: wedstrijdgroepen



Wedstrijdgroepen jazzdans

- Selectie volgens wedstrijdniveau van de KNGU (D t/m A-niveau).
- Wij bieden groepen aan in het D-, C- en B-niveau.
- Afhankelijk van het niveau: 1 of 2 uur training per week.
- Groepen:
 - D t/m 9 jaar: Femke S. en Linny
 - D t/m 13 jaar: Femke S. en Lois
 - C t/m 13 jaar: Petri en Vera
 - C t/m 16 jaar: Petri en Vera
 - B t/m 16 jaar: Petri en Loes V.
 - B t/m 19 jaar: Petri en Lieke
 - B20+: Loes M.



Ons lesaanbod: wedstrijdgroepen



Aantal uren les afhankelijk van het niveau:

- D-niveau: 1 uur les
- C- en B-niveau: 2 uur les.

Een les is opgebouwd uit:

- Warming up
- Rekoefening
- Lichaamsscholing
- Kracht
- Technische oefeningen
- Lenigheid
- Dansant bewegen
- Dans



Wedstrijden



KNGU:

- Voorronde landelijke wedstrijd (KNGU landelijk)
 - Deelname alle wedstrijdgroepen.
 - Meestal in maart of april
- Limburgse kampioenschappen (KNGU zuid)
 - Deelname alle wedstrijdgroepen
 - Meestal in maart
- Nederlandse kampioenschappen (KNGU landelijk)
 - Deelname geselecteerde groepen C- en B-niveau.
 - Meestal in juni in AHOY Rotterdam



Wedstrijden

Overige wedstrijden:

- Shell we dance:
 - Theatervoorronde
 - Deelname D- en C- groepen
 - Meestal in januari / februari
- Dancewaves:
 - Theatervoorronde
 - Deelname B-groepen
 - Meestal in januari / februari



Wedstrijden

Bij deelname aan wedstrijden:

- Afmelding voor wedstrijden tijdig doorgeven; jazzballet is een teamsport.
- Wedstrijdkleding is verplicht bij deelname wedstrijden.
- Vervoer met auto's of met de bus (eigen bijdrage €15,-). Leiding bepaalt en regelt het type vervoer.
- Samen-uit-samen-thuis bij vervoer met de bus.
- Ouders kunnen alleen mee met de bus als er plaats over is.
- Voor enkele wedstrijden wordt voor deelname een bijdrage gevraagd.



Theatershow

Eenmaal per jaar / per twee jaar:

- In juni op een zondag.
- Alle dansgroepen doen mee.
- Mooie show rondom een thema.
- Er is ook een papa-dans!



Jaarkalender



- **6 maart:** Dance kick-off (Panningen): alle dansgroepen
- **20 maart:** Wedstrijd Dancewaves (deelname door B t/m 16, B t/m 19 en B 20+)
- **3 april:** voorronde NK KNGU Twello (alle wedstrijdgroepen)
- **20 en 21 juni:** doorloop theatershow (alle dansgroepen)
- **26 juni:** theatershow (alle dansgroepen)
- **17 juli:** demodag heel Pareja



Kleding

Wedstrijdtenue

- Pakjes worden per groep zelf geregeld voor één jaar in verband met Corona.
- Volgend jaar wordt dit weer verenigingsbreed geregeld.
- Vesten kunnen wel aangeschaft worden bij Sport 2000
 - Niet verplicht, maar wel wenselijk.
- Kijk ook eens op de Facebookpagina: Pareja kleding & turnpakjes voor tweedehands kleding.

Theatershow

- Met de theatershow wordt gekozen voor andere kleding.
 - Per groep zelf geregeld.



Huishoudelijk reglement



Algemene sporttechnische voorwaarden (website):

- Indeling groepen elk jaar vastgesteld door leiding.
- Afmelden kan per twee maanden, maar vlak voor wedstrijden niet wenselijk.
- Het missen van danslessen heeft gevolgen voor het niveau van de danser(es) en voor de groep waarin hij/zij danst.
- Afmelding van een les met reden bij leiding.
- Ouders kunnen 10 min voor einde les komen kijken.



Vragen of suggesties?



B E D A N K T

A graphic showing seven hands holding up large, colorful letters that spell out 'BEDANKT'. The letters are: B (orange), E (blue), D (purple), A (yellow), N (light blue), K (black), and T (blue). The hands are positioned below each letter, holding them from the bottom. The background is white, and the entire graphic is set against a solid orange horizontal bar at the bottom of the slide.