


MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
17u00 – 18u00 Liesbeth B1 (7-9j)	17u30 – 18u45 Aline MJ2 (12-14j)	13u30 – 14u45 Caroline J2+ (10-13j)	15u00 – 17u00 Magali Intensive Program (11-12j)	16u00 – 17u30 Magali Intensive Program (13+)	9u15– 10u15 Chloe Predans 1-2 (3-4j)	10u00 – 11u30 Elodie Ballet 3+ (13-15j)
17u00 – 18u15 Virginie JDC (13-15j)	18u45 – 19u45 Aline MJ1 (8-11j)	14u45 – 16u00 Magali B2+ (10 – 13j)	17u15 – 18u30 Olga Pre pro 2 (11-14j)	17u30 – 18u30 Magali Pre pro 2 pointes (12+)	10u15 – 11u15 Chloe Miniballet & -jazz 1+2(5-6j)	
18u00 – 19u00 Liesbeth J1 (7-9j)	19u45 – 21u00 Aline MJ3 (15+)	14u45 – 16u00 Caroline J1+ (7-9j)	17u15 – 18u15 Liesbeth B2 (10 - 13j)	17u30 – 18u30 Alisa Ragga kids (8-11j)	10u30 – 11u30 Magali repertoire 1 (10-13j)	
18u15 – 19u15 Virginie J2 (10-13 j)		16u00 – 16u45 Magali B2+ pointes (11+)	18u30 – 20u00 Olga Pre pro 3 pointes (15+)	18u30 – 19u30 Magali Pre pro 3 pointes (15+)	11u15 – 12u00 Alyssa Barre à terre START (7-9J)	
19u15 – 20u15 Virginie J3 (14+)		16u00 – 17u15 Alisa B1+/prepro 1 (7 – 10j)	18u15 – 18u45 Liesbeth Pointes B2 (11+)	18u30 – 19u30 Azzedine Hip hop kids (8-11j)	11u30 – 12u30 Magali barre à terre (1x/2weken)	
		17u00 – 18u00 Audrey Contempo 1 (11 – 14j)	18u45 – 19u45 Liesbeth B3 (14+)	19u30 – 20u30 Azzedine Hip hop 2 (15+)	12u15 – 13u45 Alyssa Pre pro 1 (7-10j)	
		17u15 – 18u15 Alisa Contemporary kids (8-10j)	19u45 – 20u15 Liesbeth Pointes B3 (14+)	19u30 – 20u30 Sab Ragga 1 (12-14j)	13u00 – 14u00 Magali Repertoire 2 (14+)	
		18u00 – 19u15 Audrey J3+ (15+)	20u15 – 21u15 Liesbeth Ballet adults (18+)	20u30 – 21u30 Azzedine Hip hop 1 (12 – 14j)	13u45 – 15u15 Alyssa MDC (7 – 10j)	
		19u15 – 20u30 Audrey Contempo 2 (15+)	20u15 – 21u15 Veerle Pilates (18+)	20u30 – 21u30 Sab Ragga 2 (15+)	14u00 – 15u30 Magali B4+ (16+)	
<b>UURROOSTER DANSLESSEN 2024-2025</b> 					15u30 – 16u45 Caroline J4 (16+)	
					16u45 – 18u15 GUEST SDC (16+)	
16u00 – 18u00 Magali Intensive Program (8-10j)	17u15 – 18u30 Liesbeth B1+ (7-9 jaar)	14u30 – 15u30 Tille Miniballet & -jazz 1-2 (5-6j)	17u30 – 18u30 Inne Hip hop kids (8 – 11j)	18u30 – 19u45 Lilou J1+ (7-9 jaar)	9u30 – 10u30 Luna predans 1-2 (3-4j)	9u15– 10u15 Britt Pre-ballet (5-6j)
19u00 – 20u30 Magali B4+ (15+)	18u30 – 19u30 Liesbeth Barre à terre (1x/2 weken)	15u30 – 16u30 Tille Predans 1-2 (3-4j)	18u30 – 19u30 Inne Ragga kids (8-11j)	19u45 – 20u45 Lilou Jazz 3 (13+)	10u30 – 11u30 Luna Miniballet & -jazz 1 (*2019)	9u15 – 10u15 Josephine B1 (7-9j)
20u30– 21u30 Magali Jazz adults gevorderden (18+)	19u30 – 20u30 Febe Pilates	16u30 – 17u30 Dorien B2 (10-13 jaar)	18u30 – 19u30 Fleur Ragga kids/youth (10-15j)		11u30 – 12u30 Luna Miniballet & -jazz 2 (*2018)	10u15 – 11u15 Josephine J1 (7-9j)
	20u30 – 21u30 Febe Fit-workout	17u30 – 18u00 Dorien B2 pointes (11+)	19u30 – 20u30 Fleur Hip hop 1 (11-15j)		12u30 – 13u30 Liesbeth J1 (7-9j)	11u15 – 12u30 Jone KDC
		18u00 – 19u00 Dorien J2 (10 – 13j)			13u30 – 14u30 Liesbeth B1 (7-9j)	
		19u00 – 20u00 Dorien Gym/acro (9-13 jaar)			14u30 – 15u30 Liesbeth B3 (14+)	
		20u15 – 21u15 Evy Jazz adults beginners (+18)			15u30 – 16u15 Liesbeth B3 pointes (14+)	

STUDIO BEJART, DOKTER SPITAELSLAAN 118, 1502 LEMBEEK

STUDIO MATTOX, DOKTER SPITAELSLAAN 118, 1502 LEMBEEK

STUDIO FORSYTHE, KESTERSESTEENWEG 6, 1670 PEPINGEN

STUDIO PAVLOVA, KESTERSESTEENWEG 6, 1670 PEPINGEN

## DANSLESSEN:

**Predans en miniballet-jazz:** Er wordt een basis gelegd voor ritme, muzikaliteit en coördinatie, alles op een speelse manier.

geboortejaar 2021 : predans 1    geboortejaar 2019: mini-ballet & jazz 1

geboortejaar 2020 : predans 2    geboortejaar 2018: mini-ballet & jazz 2

**Pre-ballet:** Voor de allerjongsten die vooral dol zijn op ballet. Extra aandacht gaat naar lenigheid, voetenwerk, evenwicht, sprongkracht en klassieke muziek.

Geboortejaar 2019 en 2018

**ballet (B), jazz (J) en modern jazz (MJ):** Tijdens deze lessen kunnen kinderen vanaf 7 jaar deze basistechnieken aanleren die fundamenteel zijn voor een degelijke dansopleiding, vanaf geboortejaar 2017.

**modern jazz (=MJ)** vanaf geboortejaar 2014, in combinatie met andere jazzles + balletles

**ballet en jazz+:** Voor kinderen vanaf 7 jaar die meerdere uurtjes op de week willen dansen. Wie graag wil deelnemen aan de plusgroepen, moet minstens 2 balletlesjes en 2 jazzlessen of 1 ballet les+1 jazzles + 1 hiphoples + 1 ragga volgen. Barre à terre ten sterkte aangeraden voor deze groepen.

Vanaf geboortejaar 2017

**Hip hop (kids) 1 en 2 en ragga (kids):** Voor kinderen vanaf 8 jaar die graag alles willen leren dat te maken heeft met de street-cultuur: popping, locking, breakdance, ... Tijdens de les ragga wordt elke spier in het lichaam krachtig bewogen... shaken maar!

Vanaf geboortejaar 2016

**Contemporary ( kids NEW! ) en 1-2:** Er gaat veel aandacht naar grondtechnieken (rollen,vallen,sliden,...) en release techniek en het is een zeer afwisselende, vrije en organische dansstijl.

Vanaf geboortejaar 2014, alleen mogelijk in combinatie met klassieke lessen

**Barre à terre:** Ballettechnische vaardigheden, buikspieren, rugspieren, lenigheid, ... komen in deze lessen aan bod. Deze les is om de twee weken. De ene week voor de groepen B1 tot B2+ en de andere week voor B3 tot B4+.

Zaterdag te Lembeek: Barre à terre beginners: elke week 45 minuten.

Vanaf geboortejaar 2017.

**Gym & acro:** Voor alle dansers van 9 tot 14 jaar die graag ook een basis turnen/acro/tricks op hun planning zetten. Alleen in combinatie met minstens 1 balletles en 1 jazzles.

Vanaf geboortejaar 2015

**Pre-pro1-2-3:** Dit is de wedstrijdgroep voor klassieke dans. Er wordt meer specifiek getraind op moeilijkere passen en combinaties van de klassieke dans. Aansluiten bij deze groep kan alleen via auditie. Vanaf geboortejaar 2014.

**MiniDanceCompany(MDC), KidsDanceCompany(KDC), Junior(JDC) en Senior(SDC):** Deze dansers worden intensiever voorbereid om deel te nemen aan wedstrijden in het circuit modern-jazz. SDC werkt uitsluitend met gastleerkrachten.

Aansluiten bij deze groepen kan alleen via auditie of uitnodiging.

Vanaf geboortejaar 2014

**IntensiveProgram:** Deze leerlingen combineren gewoon lager of middelbaar onderwijs met een drukke dansagenda. In deze lessen wordt er verder geoefend in kleine groepjes en goed voorbereid voor hun solo- of groepswedstrijden. Aansluiten bij deze groep kan alleen via auditie. Deze leerlingen nemen ook deel aan internationale wedstrijden op zeer hoog niveau.

Vanaf 3<sup>e</sup> middelbaar mogelijk met topcultuurstatuut. Voor de leerlingen die echt een 'dansdoel' hebben. Vanaf geboortejaar 2016

**Jazz adults:** Voor alle +16-jarigen die houden van dansen. Na een eenvoudig technische opwarming en workout, start het aanleren van een choreo. Geen voorkennis vereist, maar mag natuurlijk. Voor beginners en gevorderden.

**Ballet adults:** Voor alle +18-jarigen die houden van ballet. Na een eenvoudige en technische opwarming aan de barre, starten de oefeningen in het midden en diagonaal met leuke balletcombinaties. Geen voorkennis vereist, maar mag natuurlijk.

**Pilates:** Vanaf +16 jaar. Pilates is een oefenmethode die zich richt op het verbeteren van de flexibiliteit, kracht, lichaamsbewustzijn door gecontroleerde bewegingen en ademhaling.

**Fit workout:** Vanaf +16 jaar. Dit is een type trainingssessie die gericht is op het verbeteren van de algehele fysieke fitheid. Het doel is om een evenwichtige mix van kracht, uithoudingsvermogen, flexibiliteit en cardiovasculaire gezondheid te bevorderen. Deze workouts kunnen variëren in intensiteit en complexiteit, afhankelijk van het fitnessniveau en doelen van de deelnemers.