

Sommerakademiet 2025

25. juni – 27. juni

ONSDAG	Sal 1 (1.-2. tr.)	Sal 2 (3.-4. tr.)	Sal 3 5.-7. tr.
08:30 - 09:00	Innsjekk		
09:00 - 09:30	Velkommen: opprop, presentere instruktører og dansere. Hva skjer i dag? Presentasjon av dagens stiler.		
09:30 - 10:15	Hip Hop	Lyrisk jazz	Parkour / tricking
10:15 - 11:00	Lyrisk jazz	Parkour / tricking	Hip Hop
11:00 – 11:45	LUNSJ		
11:45 – 12:30	Parkour / tricking	Hip Hop	Lyrisk Jazz
12:30 - 13:00	Leker - vannkrig	Leker - airtrack	Leker – ansiktsmaling
13:00 - 13:45	Bevegelighet og koordinasjon	Bevegelighet og koordinasjon	Bevegelighet og koordinasjon
13:45 - 14:15	fruktpause		
14:15 - 15:00	Gjennomgang	Gjennomgang	Gjennomgang
15:00	Deltagerne viser frem det de har lært i dag. Hjemreise.		
TORSDAG	Sal 1	Sal 2	Sal 3
09:00 - 09:30	Velkommen: opprop, presantere instruktører og dansere. Hva skjer i dag? Presentasjon av dagens stiler i form av en oppvisning.		
09:30 - 10:15	Hip Hop girly style	Disco	Slowdance
10:15 - 11:00	Disco	Slowdance	Hip Hop girly style
11:00 - 11:45	LUNSJ		
11:45 – 12:30	Slowdance	Hip Hop girly style	Disco
12:30 - 13:00	Leker - airtrack	Leker - ansiktsmaling	Leker - vannkrig
13:00 - 13:45	Bevegelighet og koordinasjon	Bevegelighet og koordinasjon	Bevegelighet og koordinasjon
13:45 - 14:15	fruktpause		
14:15 - 15:00	Gjennomgang	Gjennomgang	Gjennomgang
15:00	Deltagerne viser frem det de har lært i dag. Hjemreise.		
FREDAG	Sal 1	Sal 2	Sal 3
09:00 - 09:30	Velkommen: opprop, presantere instruktører og dansere. Hva skjer i dag? Presentasjon av dagens stiler i form av en oppvisning.		
09:30 - 10:15	Freestyle	Musikal jazz	Cheerleading/akrobatikk
10:15 - 11:00	Musikal jazz	Cheerleading / akrobatikk	Freestyle
11:00 - 11:45	LUNSJ		
11:45 – 12:30	Cheerleading / akrobatikk	Freestyle	Musikal jazz
13:00 – 15:00	KINO – (Ta med en brus og en pose snacks hver)		
15:00 - 15:30	Gjennomgang	Gjennomgang	Gjennomgang
15:30	OPPVISNING og utdeling av diplom og premier		

NB! Det kan forekomme litt omrokkeringer på timeplanen mtp værforhold og trenerkabal.