

Hösttermin 2016 börjar vecka 34 - ca 14 ggr	Måndagar	Onsdagar	Torsdagar	Fredagar	Söndagar
Barn nyb. OBS! START i september om fler anmäler sig <b>1-4 danser o lite Bugg</b> "Prova-på" går bra		17.00 - 17.50 Tiodans alt. 18.00 - 19.00 Tiodans Tränare UL <b>Fruängsgården</b> - Ej 5/10, 30/11, 21/12,			
Nyb./Forts.1 -OBS! START i sept om fler anmäler sig Vuxna/Senior "Prova-på" går bra			19:00 - 20.00 Tiodans Tränare RH och ME <b>Fruängsgården</b> - Ej 3/11, 1/12, 22/12, 29/12		
Rekryterings-,C-, B- och A-klass Barn/Ungd./Junior/Vuxna/Senior	17.30 - 17.55 Floor bar 18.00 - 18.45 Latinteknik - alla 18.45 - 19.30 Basic latin - alla 19.30 - 20.15 Bara avancerad latin Tränare Tony <b>Hägerstensåsen</b> - Ej 31/10, 19/12, 26/12				
Rekrytering <b>1-3 danser, C- och B-klass</b> Alla åldrar		18.30 - 19.15 Standard Tränare RL <b>Liljeholmshallen</b> - Ej 2/11, 28/12			
<b>Coaching</b> Ungd./Junior/Vuxna/Senior Alla klasser		19.15 - 20.00 Standard Tränare RL <b>Liljeholmshallen</b> - Ej 2/11, 28/12			
<b>B- och A-klass</b> Ungd./Junior/Vuxna/Senior <b>Avancerad teknik</b>		20.00 - 20.45 Standard Tränare RL <b>Liljeholmshallen</b> - Ej 2/11, 28/12			
Rekryterings-, C-, B- och A-klass Barn/Ungd./Junior/Vuxna/Senior			16.00 - 17.30 Friträning/ev. privat 17.30 - 19.00 Practice Session = 45 min Std + 45 min Latin Tränare Lana <b>OBS! Jämna veckor</b> <b>Hägerstensåsen</b> - Ej 3/11 (men i Fruängsgården), 8, 22 och 29/12		
Friträning och ev. privatlektioner <b>Hägerstensåsen</b> CD-spelare finns hos vaktmästaren	17.00 - 17.30 och 20.15 - 21.00 Friträning Ej 31/10, 19/12, 26/12		Ojäma veckor 16.00 - 19.00 Friträning Ej 8/12, 22/12, 29/12		
Friträning och ev. privatlektioner <b>Fruängsgården</b> OBS! Nyckel behövs. Finns ej CD-spelare eller musik.	17.30 - 21.00 Friträning - Ej 3/10, 10/10, 19/12	17.30 - 21.00 Tillsvärdare Friträning - Ej 5/10, 30/11, 21/12, 28/12	17.30 - 21.00 Tillsvärdare Friträning - Ej 3/11, 1/12, 22/12, 29/12		15.00 - 18.00 Friträn. Ej 18/9, 25/9, 9/9, 6/11, 27/11, 25,12
Friträning och ev. privatlektioner <b>Liljeholmshallen</b> Motionsrum 1. Tag med musik. CD-spelare kan lånas av vaktmästaren.		17.00 - 18.30 Friträning - Ej 2/11, 28/12		17.00 - 20.00 Friträning Ej 4/11, 23/12, 30/12	
Tränare:	Rolf Lindberg (Rolf) Tony Irving (Tony) Lana Murphy (Lana) Renata Helenson (RH) Marianne Eklund (ME) Ulrika Lindholm (UL)				

**Kostnad fritrännings- och privatlektionstider:**

500 kr/termin om man ej deltagar i någon av  
ADK:s gruppträningar  
Om medlem tar privat av tränare som ej ar anlitad  
av ADK är avgiften 20% på tränaravodet.  
Kontakta Yvonne Lindberg före ev. lektion (se nedan)

Information om våra lokaler och hur man hittar dit finns under fliken "Danserna/Våra kurser - Våra kurser (kursschema) på hemsidan.

Frågor besvaras av marianne eklund@comhem.se alt. 073-905 78 44.

**Termins-/gruppavgifter hösten 2016 (ca 14 ggr) och medlemsavgifter som gäller t.o.m. aug-17****Grupper för Renata, Marianne, Ulrika**

Barn/Ungdom i Fruängsgården	Nybjörjare	750 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
*Rekryt.grupp tränar för tävling	Forts./Rekryt.grupp*	850 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
Vuxna i Fruängsgården	Nybjörjargrupp	1.500 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
	Forts.grupp	1.650 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
	Oavsett antal ggr/vecka**	2.200 kr <b>inkl.</b> medl.avgift

**Grupper för övriga tränare  
i Hägerstensåsens MBH  
och Liljeholms hallen**

Barn	1 gång/vecka	950 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
Ungdom upp till 15 år	Oavsett antal ggr/vecka**	1.850 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
Junior upp till 18 år	Oavsett antal ggr/vecka**	1.950 kr <b>inkl.</b> medl.avgift
Vuxna	Oavsett antal ggr/vecka**	2.450 kr <b>inkl.</b> medl.avgift

\*\*Oavsett antal ggr/vecka gäller om man går på samma gruppnivå, lägre eller högst en högre än den man normalt hör till.

Är man osäker på nivå så prata med tränaren. Practice Session på torsdagar samt alla friträningsstider ingår i terminsavgiften.

**Medlemsavgifter (sept-16 – aug-17)**

0-15 år = 50 kr/år  
16 år+ = 150 kr/år  
Familj = 325 kr/år

**Avgifter betalas till klubbens Bankgiro 760-8029**

Vid frågor om betalning, kontakta klubbens kassör Yvonne Lindberg via yvonneadk@telia.com eller 08-647 52 72.

Kontaktuppgifter till övriga styrelsemedlemmar finns under Föreningsstruktur och Kontaktpersoner på vår hemsida [www.alemana.se](http://www.alemana.se)

<b>OBS!</b> Om tjej får med en kille en termin så får båda halv avgift första terminen!	Barn 0-11 år
<b>OBS!</b> Syskonrabatt: Halv avgift för en	Ungdom 12-15 år
	Junior 16-18 år
	Vuxen 19 år +