

Vårtermin 2017 ADK - Start vecka 3 - ca 14 ggr	Måndagar	Onsdagar	Torsdagar	Fredagar	Söndagar
Barn från 7 år nyb. OBS! START 27 februari Tiodans "Prova-på" går bra	17.00 - 18.00 Latin och standard Tränare Tony Hägerstensåsen - Ej 17/4, 1/5				
Rekryterings- och C-klass C-, B- och A-klass - Latin Junior/Youth/Adult/Senior	18.00 - 19.00 Latin och standard 19.00 - 19.45 Latinteknik 19.45 - 20.30 Latinbasic 20.30-21.15 Coaching Tränare Tony Hägerstensåsen - Ej 17/4, 1/5				
Rekrytering, C- och B-klass Alla åldrar		18.30 - 19.15 Standard Tränare Rolf Liljeholmshallen			
Coaching Junior/Youth/Adult/Senior Alla klasser		19.15 - 20.00 Standard Tränare Rolf Liljeholmshallen			
B- och A-klass Avancerad teknik Youth/Adult/Senior		20.00 - 20.45 Standard Tränare Rolf Liljeholmshallen			
OBS! START 16/2 (Friträning ojämn vecka t.o.m. 9/2) Standard + Latin Rekryterings-, C-, B- och A-klass Barn/Junior/Youth/Adult/Senior			16.00 - 17.30 Friträning/ev. privat 17.30 - 19.00 Practice Session = 45 min Std + 45 min Latin 5 ggr Tränare Lana OBS! Ojämn veckor Hägerstensåsen- Ej 2/3, 13/4		
Barn nyb. OBS! START om fler anmäler sig 1-4 danser och lite Bugg "Prova-på" går bra			18.15 - 19.15 Tiodans Tränare ? Fruängsgården - Ej 25/5		
Nyb./Forts.1 OBS! START 23 februari Adult/Senior "Prova-på" går bra			19:30 - 20.30 Tiodans Tränare ME+HT Fruängsgården - Ej 25/5		
Friträning och ev. privatlektioner Hägerstensåsens Medborgarhus	17.00 - 18.00 t.o.m. 20/2 Friträning		Jämna veckor 16.00 - 19.00 Friträning t.o.m. 18/5 Ej 20/4		
Friträning och ev. privatlektioner Fruängsgården OBS! Nyckel behövs. Finns ej CD-spelare eller musik.	17.30 - 21.00 Friträning t.o.m. 29/5 Ej 17/4, 1/5	17.30 - 21.00 Friträning t.o.m. 31/5 Ej 1/3, 19/4	17.30 - 21.00 Tillsvidare Friträning - Ej 25/5		15.00 - 18.00 Friträn. Ej 5/2, 19/2, 5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 14/5
Friträning och ev. privatlektioner Liljeholmshallen Motionsrum 1. Tag med musik. CD-spelare kan lånas av vaktmästaren.		17.00 - 18.30 Friträning		17.00 - 20.00 Friträning t.o.m. 19/5 Ej 14/4	

Tränare:

Rolf Lindberg (Rolf)
Tony Irving (Tony)
Lana Murphy (Lana)
Renata Helenson (RH)
Marianne Eklund (ME)+Henning Tönsberg (HT)
Ulrika Lindblom (UL)

Kostnad fritrännings- och privatlektionstider:

500 kr/termin om man ej deltagar i någon av ADK:s gruppträningar.

Om ej medlem tar privat av tränare som ej är anlitad av ADK i våra lokaler är avgiften 20% på tränararvodet.

Kontakta Yvonne Lindberg före ev. lektion (se nedan)

Information om våra lokaler och hur man hittar dit finns under "Våra kurser/kursschema" på hemsidan www.alemana.se

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

Termins-/gruppavgifter våren 2017 (ca 14 ggr) och medlemsavgifter som gäller t.o.m. aug-17**Grupper för RH, ME, HT, UL**

Barn/Junior i Fruängsgården

*Rekryt.grupp tränar för tävling

Nybörjare

Forts./Rekryt.grupp*

750 kr **inkl.** medl.avgift

850 kr **inkl.** medl.avgift

Adult/Senior i Fruängsgården

Nybörjargrupp

Forts.grupp

Oavsett antal ggr/vecka**

1.500 kr **inkl.** medl.avgift

1.650 kr **inkl.** medl.avgift

2.200 kr **inkl.** medl.avgift

Grupper för övriga tränare**i Hägerstensåsens MBH****och Liljeholmshallen**

Barn/Junior

1 gång/vecka

900 kr (**exkl.** medl.avgift om betald höst-16)

Junior upp till 15 år

Oavsett antal ggr/vecka**

1.800 kr (**exkl.** medl.avgift om betald höst-16)

Youth - upp till 18 år

Oavsett antal ggr/vecka**

1.800 kr (**exkl.** medl.avgift om betald höst-16)

Adult - från 19 år

Oavsett antal ggr/vecka**

2.300 kr (**exkl.** medl.avgift om betald höst-16)

**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 på vår hemsida www.alemana.se

OBS! Syskonrabatt: Halv avgift för en	Barn -11 år
	Junior 12-15 år
OBS! Om tjej får med en kille en termin så får båda halv avgift första terminen!	Youth 16-18 år
	Adult 19 år +