

SAMBIC TANSSIKOULU – AIKATAULU SYKSY 2010

	tunnin taso ja kausi	paikka	hinta	ohjaaja	ilmoittautuminen
MAANANTAI					
• klo 17.15-18.15	Sambic® perus 23.8.—22.11.	Tina Gym Viertolankuja 4 C, 2. krs Viertola, (lähellä Tikkurilaa)	130€/14 krt, 11€/krt	Taina Kanerva	Sambic tanssikoulu, sambic@saunalahti.fi 040-5355 526
• klo 19.00-20.00	Sambic® perus 16.8.-12.12.	Olarium, Espoo	tiedot: Olarium	Tiina Lindroos	www.olarium.fi
• klo 18.00-19.00	Sambic® perus 6.9.-13.12.	Finnbody Itäkeskus	tiedot: Finnbody	Laura Wirlander	www.finnbody.com
TIISTAI					
• klo 18.00-19.00	Sambic® perus 7.9.-14.12.	Kampin liikunta-keskus	tiedot: Hki kaupungin henkilöstöliikunta	Anne Nevalainen	
• klo 18.00-19.00	Sambic® perus 31.8.-14.12.	Finnbody Lady's Club, Sörnainen	tiedot: Finnbody	Salla Kytömäki	www.finnbody.com
• klo 18.30-19.30	Sambic® perus 24.8.-23.11. UUSI KLUBITUNTI	Aktia Sport Masala	125 €/14 krt, 10 €/krt, Sambic & SamBossa vain 14€/krt	Taina Kanerva	Sambic tanssikoulu sambic@saunalahti.fi p. 040-5355 526
• klo 19.30-20.15	UUSI! SamBossa 24.8.-23.11.	Aktia Sport, Masala	85 €/14krt	Taina Kanerva	kts. edell.
• klo 19.00-20.00	Sambic® perus-jatko 7.9.-23.11.	Siltämäen Nuorisoseura ry:n tila	tiedot: Siltämäen Nuorisoseura ry	Auli Fagerström	www.siltamaennuorisoseura.fi
KESKIVIIKKO					
• klo 17.00-18.00	Sambic® perus 1.9.-15.12.	Finnbody Lady's Club Olari	tiedot: Finnbody	Kirsi Lindroos	www.finnbody.com
• klo 17.45-19.00	Sambic® perus 8.9.-1.12.(ei 20.10.)	Toimelan Vapaaopisto, Helsinki	tiedot: Toimela	Salla Kytömäki	www.toimela.fi
• klo 18.00-19.00	Sambic® perus 25.8.-24.11. UUSI KLUBITUNTI	Studio Shamsina, Hämeentie 105 C,3 krs.	130 €/14 krt, 11 € /krt	Anne Nevalainen	Sambic tanssikoulu sambic@saunalahti.fi p. 040-5355 526
• klo 19.00-19.30	UUSI SamBossa!	Studio Shamsina, Hämeentie 105 C, 3 krs.	75 €/14 krt Sambic & SamBossa vain 14€/krt	Anne Nevalainen	Sambic tanssikoulu
• klo 19.00-20.00	Sambic® perus kausi alkaa syyskuussa	Nöykkiönlaakson koulu	tiedot: Espoon Syke	Tiina Lindroos	www.espoonsyke.com
• klo 20.00-20.45	UUSI! SamBossa	Nöykkiönlaaks. koulu	tiedot. Espoon Syke	Tiina Lindroos	www.espoonsyke.com
• klo 19.00-20.00	Sambic® perus 1.9.-15.12.	Finnbody Flamingo/Vantaa	tiedot: Finnbody	Auli Fagerström	www.finnbody.com
SUNNUNTAI					
• klo 17.30-18.45	Sambic® jatko 22.8.-28.11.	Tanssibuumi, Valimotie 23, Pitäjänmäki	140€/14 krt, 12€/krt,	Tiina Lindroos ja ohj.vierailut	Sambic tanssikoulu sambic@saunalahti.fi p. 040-5355 526
• klo 18.45-19.45	Alegria-ryhmä 22.8.-28.11.	Tanssibuumi, Valimotie 23	100€/14 krt	eri ohjaajat	Sanbic tanssikoulu
• klo 19.00-20.30	Elegante-ryhmä (Ondas de Calor) 22.8., 12.9., 10.10., 31.10., 21.11.	Tanssibuumi, Valimotie 23	60€/5krt	Taina Kanerva	Sambic tanssikoulu

SAMBIC®

Vauhdikasta tanssiikuntaa brasilialaisilla tansseilla (samba-reggae, axé-tanssit ja brasilialainen samba). Kaikille sopivalla tunnilla kohotamme kuntoa ja lisäämme vartalon liikkuvuutta ihanilla brasilialaisilla rytmeillä. Pehmeät reggaen liikkeet poistavat selän, hartiasrudun ja rintarangan jäykkyyttä ja samba pistää puolestaan lantioon liikettä! Myös ryhti ja lihaskunto paranevat! Selkeät askelkuviot perinteisin ja trendikkäin lisukkein. Rentoa, hauskaa ja hikistä sekä aitoa brassifilistä!

SAMBOSSA

Jatka Sambic -tuntia ihanalla uudella SamBossa -tunnillamme! Tunti sisältää monipuolista kehonhallintaa ja venyttelyä harmonisen bossa novan tahtiin. Koe Copacabanan rannat ja rentoudu!
Ennen 31.7. ilmoittautuneille 10€ alennus klubituntien kurssihinnasta! Klubitunneille käy liikunta- ja kulttuurisetelit.

Lisätiedot: Tanssikoulu Sambic, sambic@saunalahti.fi, puh. 040-5355 526 www.sambic.com

Tunnit, kurssit, tiiviskurssit, ohjaajakoulutukset, tilauskurssit, Tyky-päivät, esiintyvä ryhmät, videot ja ohjelmatuotanto