



SLÅBROCK 2010



Bodø 24.-26. september - Sted: Mørkvedhallen

FREDAG 24. SEPTEMBER

				OPPLÆRING		
1730→	Innsjekk					
	Sal 1	Sal 2	Kafé	Grupperom 1	Grupperom 2	Grupperom 3
18-1930	Bugg (1) - for alle	Begynnerkurs swing (1)	1830-1930 Line Dance - lett, for alle			
1930-2030	Videreg. swing m/Rockabilly - høyt energinivå	Line Dance - lett, for alle	Salsa; Reggaton og linjekoreografi - for alle	<i>Instr.oppl. bugg grunnkurs.</i>		
2030-2130	Kurs for alle: "Rundtur i Amerika," ulike danseformer med Amund					
2130-0100	VELKOMSTFEST m/kakebord DJ's + senøkt med Mike's Blue Groove!		2200-0000 Linedance-Party			

LØRDAG 25. SEPTEMBER

10->	"Slåbrok og slippers"; morgenstund med kaffe og vafler!					
	Sal 1	Sal 2	Kafé	Grupperom 1	Grupperom 2	Grupperom 3
1030-1130	Bugg (2)	Blues Boogie, nivå videreg. swing	Line Dance - videreg. danser	<i>Instr. oppl. grunnkurs swing</i>	<i>Kl. 10:00: instr.oppl. Rockabilly (for videreg. og tema-instr.).</i>	<i>Instr.oppl. salsa</i>
1130-1230	Videreg. swing/rock'n roll – slåbrockturer (1)	Line Dance – litt øvet		<i>Instr.oppl. Bugg gr.k</i>	<i>Spilleropplæring</i>	<i>Instr.oppl. salsa</i>
1230-1330	Lunsjgrilling med asfaltdans					
1330-1430	Videreg.swing m/Rockabilly (2) - høyt energinivå	Cubansk salsa (1) – for alle	Line Dance - øvet	<i>Instr.oppl. Bugg gr.k</i>	<i>Spilleropplæring</i>	<i>Instr. oppl. grunnkurs swing</i>
1430-1530	Bugg (3)	Cubansk salsa (2)		<i>Instr.oppl. LD</i>	<i>For alle instruktører: om Fastingsvingen – med Johan. Fasting</i>	<i>Instr. oppl. grunnkurs swing</i>
1530-1630	Begynnerkurs swing, forts	Blues Boogie (2)		<i>Instr. oppl. LD</i>	<i>Instr.oppl.:Rockabilly (for videreg. og tema-instr.).</i>	
1630-1730	Begynnerkurs swing, forts.	Jump, nivå videreg.swing			<i>Instr.oppl.:Rockabilly (for videreg. og tema-instr.).</i>	
2100-0000	FEST med Mike's Blue Groove Kl. 2100: Feståpning m/Bodø-vri (2330-003) nattmat		22-23: Salsa-timen			
0000-0200	SLÅBROK-ROCK Nattrock! NB! Ta på/med slåbrok!					

SØNDAG 26. SEPTEMBER							
10->	"Slåbrok og slippers"; morgenstund med kaffe og vafler!						
	Sal 1	Sal 2	Kafè	Grupperom 1	Grupperom 2	Grupperom 3	
1030-1130	Jump (2)	Bugg (4)			<i>Spilleropplæring</i>	<i>Instr.oppl. salsa</i>	
1130-1230	Line Dance - repetisjon	1130-1300 Begynnerkurs swing (4)			<i>Felles spillere og instruktører</i>		
1230-1330	Videreg. swing/rock'n roll – slåbrockturet (2)			<i>Instr.oppl. bugg – påbyggingsturer</i>	<i>Line Dance-instr. - oppsummering</i>	<i>13-14:Instr. oppl. grunnkurs swing</i>	
1330 ->	SØNDAGSDANS			<i>Instr.oppl. bugg – påbyggingsturer</i>			

Instruktører: Amund Storsveen, Johan Fasting, Sidsel Fasting, Karl Axel og Ulla Sköld, Kjersti Hustoft, Håvard Lockertsen m.fl.

<i>Priser</i>	<i>Påmelding</i>
<p>Slåbrock-kort (inkluderer alt i programmet) voksne: kr. 550,- før 01.09./650,- etter 01.09. studenter tom 30 år: kr. 450,- før 01.09./550,- etter 01.09. ungdom fom 12 år tom 18-års dagen: kr. 350,- under 12 år iflg med familie: gratis Familie: voksne m/barn under 18 år 1500,-</p> <p>Enkeltbill: fest fredag 150,- (student/ungdom 100,-) Fest lørdag inkl. Slåbrock/nattrock – kr. 250,- (student/ungdom 200,-) Bare LD-party: kr 50,- Enkeltøkt kurs 1,5 time: 150,- / enkeltøkt 1 time: 100,- Begynnerkurs swing 4 oppmøter: kr. 200,- Nattmat lørdag: kr. 40,-</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Du kan melde deg på via www.komogdans-bodoe.com , eller • send mail til komogdansbodoe@gmail.com , eller • ring til Eirin, tlf. 47316850 el Kjersti 41560315 <p>Betal Slåbrock-kortet til konto 4509.11.78757 Kom og Dans Bodø, PB 810, 8001 Bodø NB! Hvis du betaler FØR 01.09. får du slåbrock-kortet billigere!! Ta med kvittering. Enkeltarrangement betales ved oppmøte. Påmelding til enkeltarr. bør du allikevel gjøre på forhånd</p> <p>For spørsmål: komogdansbodoe@gmail.com evt. www.komogdans-bodoe.com</p> <p>Påmelding til opplæring via fagansvarlig i eget miljø, til komogdansbodoe@gmail.com NB! Opplæringsøktene er kun åpne for instruktører og spillere tilsluttet Kom og Dans</p>
<p>Overnatting: vi har avtale med flg hoteller City Hotell: 500,-/650,-/familierom 900,-(4 senger) NB! prisene på City er u/frokost (også 4-5-sengs rom med bad i gangen – kr. 200,- pr natt) – tlf. 75 52 04 02 Rica Hotell Bodø: 700,- /900,- /1110,-(trippel) - tlf. 75 54 70 00 eller Thon Nordlys Hotell: 700,-/900,-/1200,- (trippel)– tlf. 75 53 19 00. Ta direkte kontakt med hotellene. Kode for booking alle hoteller = "KOD".</p>	

NB! Med forbehold om endringer