

KESÄJAKSO

25.5. - 12.6.2026



Baletti alkeet / avoin aikuiset	Harjoitellaan klassisen baletin liikemateriaalia tanko- ja keskilattiaharjoitusten avulla. Suunnattu baletista kiinnostuneille aikuisille.
Balettitekniikka keskitaso	Harjoitellaan klassisen baletin liikemateriaalia tanko- ja keskilattiaharjoitusten avulla. Keskitason tunti on suunnattu jo lajitaustaa omaaville
Baletti perus	Harjoitellaan klassisen baletin liikemateriaalia tanko- ja keskilattiaharjoitusten avulla. Tunti on suunnattu jo lajitaustaa omaaville
Nykybaletti jatko	Harjoitellaan balettitekniikkaa nykytanssille ominaisin keinoin. Keskiössä voiman ja liikkuvuuden tasapainottaminen, musiikaalisuus ja tanssillisuus sekä liikelaajuuden lisääminen ja moniulotteisuus. Suunnattu edistyneemmille tanssijoille.
Improvisaatio	Tanssimuoto, jossa liike syntyy hetkessä ilman ennalta opetettua koreografiaa. Se on luova prosessi, joka perustuu impulssien seuraamiseen, kehon kuunteluun ja vapaaseen ilmaisuun. Suunnattu kaikenikäisille ja tanssitaustaisille.
Nykytanssi 7-12v	Moderniin ja luovaan tanssiin suuntautuvaa tekniikan alkeisopetusta 7-12 lapsille.
Nykytanssi alkeet / avoin +10v	Moderniin ja luovaan tanssiin suuntautuvaa tekniikan alkeisopetusta yli 10-vuotiaille.
Nykytanssi avoin aikuiset	Tutustutaan nykytanssin perustekniikkaan. Suunnattu aikuisille, jotka ovat lajista kiinnostuneita.
Nykytanssi keskitaso aikuiset	Tutustutaan nykytanssin perustekniikkaan. Suunnattu aikuisille, jotka ovat lajista kiinnostuneita sekä aiempaa kokemusta omaaville.
Nykytanssi/lattiatekniikka keskitaso	Nykytanssiin ja erityisesti lajin lattiatekniikkaan perustuva keskitason tunti. Suunnattu jo lajia aiemmin harrastaneille.
Nykytanssi perus2-3	Edistyneempi nykytanssitunti jo lajitaustaa omaaville.
Nykytanssi jatko	Jatkotason nykytanssitunti jo usean vuoden lajitaustan omaaville. Suunnattu nuorisolle sekä aikuisille.
Lyrical avoin 8-12v	Vaikutteita jazzista, nykytanssista ja baletin tekniikasta. Tunti sisältää erilaisia tekniikkaharjoituksia ja tanssisarjoja. Tunti sopii lajista kiinnostuneille.
Lyrical jatko	Vaikutteita jazzista, nykytanssista ja baletin tekniikasta. Tunti sisältää erilaisia jazztekniikkaharjoituksia. Tunti sopii edistyneemmille tanssijoille.
Jazz perus	Tunti pohjautuu jazztanssin perustekniikoihin. Se sisältää erilaisia rytmis- ja koordinaatioharjoituksia, lihasvoimaa ja notkeutta kehittäviä perussarjoja, piruettiharjoituksia sekä hyppyjä.
Jumps & Turns avoin	Jumps & Turns on tanssitekniikkaan painottuva tanssitunti, jossa keskitytään erityisesti hyppyjen, piruettien harjoitteluun pääsääntöisesti jazztanssin tekniikan pohjalta. Tunti on suunnattu aloitteleville ja perustason omaaville tanssijoille.
Jumps & Turns jatko	Jumps & Turns on tanssitekniikkaan painottuva tanssitunti, jossa keskitytään erityisesti hyppyjen, piruettien harjoitteluun pääsääntöisesti jazztanssin tekniikan pohjalta. Tunti on suunnattu edistyneemmille tanssijoille.
Hiphop keskitaso +15v / aikuiset	Hip hop on menevä ja monipuolista. Tunti rakentuu alkulämmittelystä, katutanssin eri tekniikoista, lihaskuntoharjoituksista sekä koreografioista. Koreografiat vaihtelevat musiikkityyleistä riippuen nopeasta rauhalliseen. Lajille on ominaista hyvä fiilis ja ilmaisu. Suunnattu nuorisolle sekä aikuisille, joilla on aiempaa lajitaustaa.
Commercial avoin	Kaupallisen tanssin tunti, jolla yhdistellään eri lajien tekniikoita. Koreografioiden tyyli vaihtelee katu-uskottavasta naiselliseen ja diivamaiseen. Asennetta pursuavaa meininkiä huippuartistien tyyliin. Tunti on suunnattu lajista kiinnostuneille aloittelijoille ja vähän lajitaustaa omaaville.
Commercial jatko	Kaupallisen tanssin tunti, jolla yhdistellään eri lajien tekniikoita. Koreografioiden tyyli vaihtelee katu-uskottavasta naiselliseen ja diivamaiseen. Asennetta pursuavaa meininkiä huippuartistien tyyliin. Tunti suunnattu lajitaustaa omaaville.
Dance Choreo ja K-Pop Choreo (videoprojekti)	Tunneilla opetellaan yksi kameralle koreografioitu kokonaisuus, joka myös kuvataan viimeisellä tunnilla - ja halutessasi pääset olemaan myöskin Dance Artin sivuille julkaistavassa videossa! Ei kuitenkaan syytä pelästyä, sillä tunti ja koreografia on suunniteltu myös niin, että pääset osallistumaan ilman julkaisupelkoa puhtaasta uteliaisuudesta teemaa kohtaan.
Show/Heels avoin	Tunti sisältää cat walk-tyylisiä kävelyitä, poseja, jalkatyöskentelyä, isoja ja pieniä käsiliekkkeitä, kaikkea mitä näyttävään esiintymiseen ja liikkumiseen kuuluu. Tunti kehittää esiintymistaitoa ja antaa itsevarmuutta ja rohkeutta olla juuri upea sinä. Suunnattu lajista kiinnostuneille nuorille ja aikuisille, voi osallistua koroilla ja ilman.
Kpop avoin	K-pop on suosittu tanssilaji, jossa opetellaan suosittujen artistien alkuperäisiä koreografioita. Se kehittää koordinaatiota, kestävyyttä ja tanssitekniikkaa, yhdistellen tyyliä hip hopista moderniin tanssiin. Suunnattu lajista kiinnostuneille.
Kpop keskitaso / jatko	K-pop on suosittu tanssilaji, jossa opetellaan suosittujen artistien alkuperäisiä koreografioita. Se kehittää koordinaatiota, kestävyyttä ja tanssitekniikkaa, yhdistellen tyyliä hip hopista moderniin tanssiin. Suunnattu jo lajitaustaa omaaville.
Minibreikki 5-8v	Tutustutaan break danceen lajina, sekä opetellaan breikkiitekniikkaa helpoin harjoittein. Suunnattu alle kouluikäisille ja alakouluikäisille.
Breikki alkeet / alkeis2	Tunnilla opetellaan breakdancen perusliikkeitä ja erilaisia temppuja, akrobatiaa. Suunnattu lajista kiinnostuneille sekä jo lajitaustaa omaaville.
Break dance alkeet /avoin aikuiset	Tunnilla opetellaan breakdancen perusliikkeitä ja erilaisia temppuja, akrobatiaa. Suunnattu lajista kiinnostuneille ja lajitaustaa omaaville.
Break dance keskitaso	Tunnilla opetellaan breakdancen perusliikkeitä ja erilaisia temppuja, akrobatiaa. Suunnattu lajitaustaa omaaville.
Asian Fusion Alkeet	Sekoitus itämaista kauneutta ja nykypäivän vauhdikasta tanssia. Tunnilla ei hiota monimutkaisia sarjoja, vaan annetaan musiikin viedä. Energiaa otetaan reggaetonin rytmeistä, showtanssin asenteesta sekä jazzin ja itämaisen tanssin liikkeistä. Sopii kaikille tanssista kiinnostuneille.
Steppi alkeet	Rytminen tanssilaji, jossa kengänraudoilla naputellaan lattiaa kuvioita. Alkeissa opetellaan perustekniikkaa. Tärkeää on rentous, painonsiirto ja rytmittäminen, ja lajia voi tanssia kaikenikäiset. Tunti sopii kaikenikäisille, lajista kiinnostuneille. Tunnille voi osallistua myös ilman kenkiä.
Tempputanssi 4-5v	Vauhdikas tanssitunti liikkumista, temppuilua ja tanssimista rakastaville lapsille. Kehitetään perusliikunnallisia taitoja sekä lapsen motorikkaa musiikin ja temppujen vauhdittamana. Tutustutaan tanssin perusteisiin leikinomaisessa muodossa. Suunnattu alle kouluikäisille.
Dancepop kids 5-7v	Vauhdikas ja energinen tanssitunti showtanssin elementein höystettynä. Tällä tunnilla saa ottaa esiintyjän roolin! Opetellaan erilaisia liikkeitä, askelia ja rytmejä. Opitaan tanssin perustekniikkaa helpoin harjoittein. Tunnin tärkein tavoite on pitää hauskaa yhdessä tanssien ja kokea aito tanssin riemu ja rytmin huumaa! Suunnattu 5-7-vuotiaille lapsille.
Dancepop kids 8-12v	Vauhdikas ja energinen tanssitunti showtanssin elementein höystettynä. Tällä tunnilla saa ottaa esiintyjän roolin! Opetellaan erilaisia liikkeitä, askelia ja rytmejä. Opitaan tanssin perustekniikkaa helpoin harjoittein. Tunnin tärkein tavoite on pitää hauskaa yhdessä tanssien ja kokea aito tanssin riemu ja rytmin huumaa! Suunnattu 8-12-vuotiaille lapsille.