

NIVEAUER

- Begynder
- Let øvede
- Øvede
- Rutine
- Elite

KARINA FRIMODT
DANS

PROGRAM | SÆSON 2026/2027

Sæsonstart mandag den 31.august 2026

Tilmeldingen er åben fra den 17. juni 2026.

Showdance	Dag	Tid	Instruktør
H.2. 4-5 år Beg./ Let Øvede	Lørdag	kl.10.00-10.45.	KF
H.3. 6-8 år Beg./ Øvede	Lørdag	kl.10.50-11.35	KF
H.4. 9-10 år Beg./ Øvede + 8 år Øvede	Onsdag	kl.16.40-17.25	KF
H.5. 11-13 år Beg./ Øvede + 10 år Rutine	Torsdag	kl.15.50-16.35	KF
H.6. 11-13 år Rutine	Mandag	kl.15.50-16.35	KF
H.7. Teen Øvede/ Rutine	Onsdag	kl.15.50-16.35	KF
H.8. Teen/ Ungdom Elite	Onsdag	kl.17.30-18.15	KF
H.9. Voksne Øvede	Tirsdag	kl.17.40-18.25	KF
H.10. Voksne Elite	Tirsdag	kl.18.30-19.30	KF

HIP HOP /POPPING	Dag	Tid	Instruktør
H.11. 8-11 år Beg./ Let Øvede / 7 år Øvede	Torsdag	kl.17.30-18.15	AS
H.12. 11-13 år Beg./ Øvede / 10 år Rutine	Torsdag	kl.16.40-17.25	AS
H.13. 10-13 år Øvede Hip Hop/Popping	Tirsdag	kl.16.00-16.45	PE
H.14. 12-14 år Beg./ Øvede	Torsdag	kl.18.20-19.05	AS
H.32. 12-14 år Øvede/ Rutine	Torsdag	kl.19.10-19.55	AS
H.15. Teen/Ungdom Øvede Hip hop/Popping	Tirsdag	kl.16.50-17.35	PE
H.16. Teen Rutine/ Elite	Torsdag	kl.20.00-20.45	AS
H.17. Voksne Let Øvede/ Øvede	Tirsdag	kl.19.40-20.25	SD

GIRLY HIP HOP	Dag	Tid	Instruktør
H.18. Teen/Ungdom Rutine		kl.18.20-19.05	MS

KONKURRENCEHOLD Hip Hop	Dag	Tid	Instruktør
H.19. Formation 10-12 år Rutine	Fredag	kl.15.30-16.30	KF m.fl.
H.20. Formation Teen. Rutine	Fredag	kl.16.30-17.30	KF m.fl.
H.21. Formation 10-12 år Rutine søndage i lige uger med start fra den 20. sep. - 1. feb	Søndag	kl.15.00-16.30	KF
H.22. Formation Teen. Rutine søndage i lige uger med start fra den 20. sep. - 1. feb.	Søndag	kl.16.30-18.00	KF

VILD MED DANS PARDANS	Dag	Tid	Instruktør
H.23. Voksne Begynder	Mandag	kl.17.30-18.15	KF
H.24. Voksne Let Øvede	Mandag	kl.18.20-19.05	KF
H.25. Voksne Øvede	Mandag	kl.19.10-19.55	KF
H.26. Voksne Rutine	Mandag	kl.20.00-20.45	KF

HIT FIT / DANCE & FIT/ ENERGY BALLROOM	Dag	Tid	Instruktør
H.27. Voksne	Mandag	kl.16.40-17.25	MM
H.28. Voksne Niveau 2 (rutinerede)	Onsdag	kl.19.10-19.55	MS
H.30. Voksne	Lørdag	kl.09.10-09.55	CF/MS/LC/MM
H.31. Voksne Energy Ballroom	Onsdag	kl.20.00-21.00	EM

KF: Karina Frimodt
MS: Michelle Maria Sørensen
EM: Eugen Petrisor Miu

AS: Andrea Sepstrup
PE: Philip Elbech
SD: Suad Demirovic

LC: Louise Clausen
MM: Maria Mundt
CJ: Camilla Frost Janns