

**Tarkista kurssitason kuvaukset ja osaamisvaatimukset ennen kurssille tuloa ja valitse vain se taso ja tanssilaji, jolle tanssitaitosi riittää - näin varmistetaan, että kurssit ovat mahdollisimman mukavia ja antoisia kaikille. Liian haastavan kurssitason valitseminen ei ole omalle oppimiselle järkevää eikä muille kurssilaisille mukavaa. Jos olet epävarma omasta osaamistasosta, voit aina kysyä vinkkiä opettajilta.**

**Tanssitaidon kehittäminen on elinikäinen prosessi, jossa ei ole koskaan valmis ja jossa eteen tulee aina uusia ihania haasteita. Kun maltat harjoitella perusteet ja tanssitekniikat kuntoon, sinusta tulee monipuolinen ja suvaitsevainen tanssija.**



## PERUSTEET

Aloita tästä, oppiminen on helppoa. Ennakkotaitoja ei tarvita. Jokainen tunti alkaa tanssin perusaskeleiden opettelusta. Vihreällä tasolla harjoitellaan ensimmäiset tanssikuviot, haetaan oikea rytmi ja opetellaan viemisen ja seuraamisen perusteita.

Näillä tunneilla on kannustava oppimisilmapiiri ja tosi mukava meininki sekä paljon muitakin tanssin ensiaskeleiden ottajia. Tanssitaidon lisäksi saat energiaa, liikuntaa ja uusia kavereita. Hauskassa seurassa on kiva opetella tanssimaan.

Opit tanssilajin perusteet ja rohkenet lähteä tanssilattialle parin kanssa. Sinun on hyvä käydä samasta tanssilajista useampi vihreä tunti ennen seuraavalle tasolle siirtymistä.



## PERUSTEET / KESKITASO

Jatka tänne, kun olet saanut vihreiltä tunneilta perusasiat hyvin haltuun ja tanssisi alkaa sujumaan. Sinun on hyvä käydä samasta tanssilajista useampi vihreä tunti ennen tälle tasolle siirtymistä.

Tuntien sisältöön kuuluvat olennaisena osana tanssiasennot ja -otteet, tanssitekniikka sekä parityöskentely. Tunneilla harjoitellaan lisää muutamia peruskuvioita ja treenataan musiikkiin tanssimista.

Tanssistasi tulee helppoa, nautinnollista ja sujuvaa. Osaat varioida perusaskeleet ja käännökset. Kanssasi on mukava tanssia ja osaat huomioida muut tanssijat.



## KESKITASO

Siniselle tasolle tullessa sinulla tulisi olla hyvin hallussasi vihreän ja vihreä/sinisen -tason tanssilajien perusteet. Tunneilla edetään vauhdikkaammin ja opetellaan haastavampia kuvioita. Tällä tasolla oivallat, että tanssitaidon kehittäminen on elinikäinen prosessi, jossa ei ole koskaan valmis ja jossa eteen tulee aina uusia ihania haasteita. Onneksi tunneilla on hauskaa ja matka on monesti määränpäättä tärkeämpi.

Siniselle tasolle ei kannata hypätä liian aikaisin!



## TEEMA

Teemalla tanssitaan yhtä lajia.

Kurssi alkaa vihreällä tunnilla, jolle ei tarvita ennakkotaitoja opetettavasta lajista. On kuitenkin hyvä hankkia tanssikokemusta muista tanssilajeista ennen teematasolle osallistumista, eli Teema-tunnit eivät ole ihan aloittelijalle oikea paikka aloittaa tanssitaivalta.