

# Tanssiseura Swing Team ry

VALMENNUSRYHMÄT KEVÄT 2012 / CLASS CONTENTS SPRING 2012



\*) Please note that the English text after the Finnish description means that the teachers are also willing to speak English during the class if needed. Main language of the classes will be Finnish...

Englanninkielinen teksti suomenkielisen kuvauksen jälkeen tarkoittaa sitä että valmentajat puhuvat tarvittaessa tunneilla myös englantia. Tuntien pääkieli on kuitenkin suomi.

---

## **BOOGIE WOOGIE – That 50's rock'n'roll!**

### **Boogie woogie alkeet**

**Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 20.15 – 21.30 Järvensivun koululla**

**25.1.2012 alkaen (HUOM! 29.2.2012 ryhmä kookoontuu Hervakkeella salissa Iso Baletti)**

Ryhmässä lähdetään liikkeelle boogie woogien perusteista, joten aiempaa tanssikokemusta ei tarvita. Olet tervetullut ryhmään myös kertaamaan vaikka olisitkin käynyt alkeet jo aikaisemmin. Kevään aikana tanssin perustekniikka, vienti ja seuraaminen, sekä yleisimmät peruskuviot tulevat tutuiksi. Ryhmässä on parinvaihto. Ryhmää valmentavat Anne Hankolin ja Aki Suihkonen.

Boogie woogie basics. We'll start from the very basics, so there's no need for previous knowledge about boogie woogie, or even dancing. During our 16 weeks we are going to learn basic figures and concepts of boogie woogie and leading/following. The emphasis of this course will be on social dancing and during the classes we'll rotate partners actively. Teachers are Anne Hankolin and Aki Suihkonen.

### **Boogie woogie jatko 1**

**Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 20.15 – 21.30 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa 108 Sällylä**

**26.1.2012 alkaen (Ryhmä ei kokoonnu pääsiäisloman aikana 5.4.2012)**

Ryhmä on tarkoitettu vähintään yhden pitkät alkeet käyneille boogie woogie -tanssijoille, mutta sopii myös hieman edistyneemmillekin tanssijoille. Haluat jatkaa ja syventää harrastustasi, sekä kehittyä samalla tanssijana, hieä säästelemättä. Tässä ryhmässä on asennetta. Vauhdikkaasta opetuksesta vastaavat legendaarinen Tatu Valavuo parinaan Christina Epistithiou.

### **Boogie woogie jatko 2**

**Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 19.00 – 20.15 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa Pieni Baletti, 123**

**26.1.2012 alkaen (Ryhmä ei kokoonnu pääsiäisloman aikana 5.4.2012)**

Ryhmä on tarkoitettu jo pidempään jatkotason tunneilta oppia hakeneille boogie woogie –tanssijoille ja sopii myös edistyneille. Haluat jatkaa ja syventää harrastustasi, sekä kehittyä samalla tanssijana uudelle tasolle. Opetus etenee teemapainotteisesti. Ryhmässä kävijän suositellaan osallistuvan myös muuhun valmennukseen, sekä käymään vapaaharjoitusvuoroilla. Ryhmän vetäjinä toimivat Teemu Nieminen ja Anu Kähärä.

## **Boogie woogie alkeet juniorit**

**Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 19.00 – 20.00 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa Iso**

**Baletti, 134**

**25.1.2012 alkaen**

Ryhmässä opetellaan boogie woogien perusteita, eikä aiempaa tanssikokemusta tarvita. Ryhmä on suunnattu noin 10-16 -vuotiaille. Ryhmän vetäjinä toimivat Anu Kähärä ja Aki Suihkonen.

## **Boogie woogie juniorit jatko&kisaryhmä**

**Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 18.00 – 19.00 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa Pieni Baletti, 123**

**26.1.2012 alkaen** (Ryhmä ei kokoonnu pääsiäisloman aikana 5.4.2012)

Ryhmässä on suunnattu kilpaileville ja kilpailemista suunnitteleville junioreille, jotka ovat käyneet vähintään koko kauden mittaiset alkeet ja tuntevat boogie woogien perusteet. Ryhmän vetäjinä toimivat Teemu Nieminen ja Anu Kähärä.

---

## **LINDY HOP – Swing it baby, swing!**

### **Lindy hop alkeet**

**Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 20.00 – 21.15 Järvensivun koululla**

**23.1.2012 alkaen** (HUOM! 27.2.2012 ryhmä kokoontuu Hervakkeella salissa 108 Sällylä. Ryhmä ei kokoonnu pääsiäisenä 9.4.2012, eikä vappuaattona 30.4.2012)

Ryhmässä lähdetään liikkeelle lindy hopin perusteista, eikä aiempaa tanssikokemusta tarvita. Suosittelemme useampien alkeiden käymistä, joten olet lämpimästi tervetullut ryhmään, vaikka olisitkin käynyt alkeet jo aikaisemmin. Syksyn aikana tutuksi tulevat rytmiin ja oman kehon liikkeeseen perustuva lindy hopille tyypillinen vienti ja seuraaminen, sekä useat lindy hopille tyypilliset peruskuviot ja ideat. Ryhmässä on parinvaihto. Ryhmää luotsaavat Sanna Mylläri ja Sami Naarminen

Lindy hop basics. We'll start from the very basics, so there's no need for previous knowledge about lindy hop, or even dancing. During our 15 weeks we are going to learn basic figures and concepts of lindy hop and leading/following. The emphasis of this course will be on social dancing and during the classes we'll rotate partners actively. Teachers of the season are Sanna Mylläri and Sami Naarminen.

### **Lindy hop jatko 1**

**Ryhmä kokoontuu tiistaisin klo 20.00 – 21.15 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa 108**

**24.1.2012 alkaen** (Ryhmä ei kokoonnu vappupäivänä 1.5.2012)

Haluat jatkaa ja syventää harrastustasi alkeiskurssin jälkeen ja kehittyä samalla tanssijana. Ryhmässä opetellaan lisää lindy hopin perusteita, sekä haetaan harjoitteiden avulla lisää laatua, sisältöä ja mielekkyyttä tanssiin. Syksyn aikana tarjoamme lisää kuvioita ohjelmistoon ja painotetaan niiden oppimisessa aina vienti- ja seuraamistekniikkaa. Olet tervetullut harjoittelemaan ryhmässämme vaikka olisi tanssinut kauemminkin. Valmentajat: Sabina Jordan ja Juha Jordan.

You want to dig deeper into the world of Lindy Hop after your beginners class and at the same time develop as a dancer. In this class you will learn more fundamentals and improve the quality of your dancing. We will provide you with lots of new figures to make your dancing more interesting and fun. All over we put an emphasis on the dancing technique, the leading and the following. Even if you have been dancing for quite some time you are still warmly welcome to join this class. Teachers: Sabina Jordan and Juha Jordan

## **Lindy hop jatko 2**

**Ryhmä kokoontuu tiistaisin klo 18:45 - 20.00 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa Pieni Baletti, 123**

**24.1.2012 alkaen** (Ryhmä ei kokoonnu vappupäivänä 1.5.2012)

Ryhmä on tarkoitettu jo pidempään lindy hopia tanssineille. Määrätietoisille ja tavoitteellisesti treenaaville on tiedossa haasteellisia ja yksilöllisiä harjoituksia, joilla pyritään lisäämään tanssillisuutta omaan tanssiin mm. rytmivariaatioita ja energiavaihteluja käyttäen. Keskitytään tekniikan lisäksi paljon myös musiikin kuunteluun. Tanssi ei ole pelkästään viemistä ja seuraamista vaan parhaimmillaan puhdasta ja iloista musiikintulkintaa. Oppimisen kannalta säännöllinen osallistuminen tunneille olisi suotavaa. Ryhmässä annetaan palautetta tanssista ja tulee jonkin verran myös kotitehtäviä! (Läppäri tai muistiinpanovälineet mukaan!). Valmentajat: Sabina Jordan ja Juha Jordan.

This is an advanced class for people that have been dancing longer and are practicing for real. During the class the practice will be challenging and more personal. We are aiming at bringing a lot more musicality into your dancing by using for example rhythm variations and variations in the energy used while dancing. We will focus on not just to lead and to follow, but to dance. After all dancing as it's best is simply a joyful interpretation of music. In order to learn as much as possible we strongly suggest that you should participate in every class during the season. We will give you personal advice and feedback and we will also give you some homework! ( Bring your PC or notebook!). Teachers: Sabina Jordan and Juha Jordan.

---

## **TIIVISRYHMÄT SUNNUNTAISIN**

### **SHAG – Do that crazy thang!**

#### **Shag**

**Ryhmä kokoontuu kahtena sunnuntaina (26.2.2012 ja 4.3.2012) klo 15.00 – 17.00 Hervannan vapaa-aikakeskuksen salissa Pieni Baletti 123.**

Tunneilla lähdetään liikkeelle collegiate shagin perusteista ja edetään ryhmän tason mukaan. Valmentajina Anu Kähärä ja Aki Suihkonen.

---

## **TASOJAOTTELU**

#### **Alkeet**

Alkeisryhmässä lähdetään liikkeelle lajin perusteista. Tälle pohjalle rakennetaan ensitietous tanssista. Alkeisjakson aikana opitaan perustekniikkaa ja ensimmäiset kuviot.

#### **Jatko 1**

Jatko1 ryhmään voit tulla alkeisjakson jälkeen. Kerrataan perusteet, laajennetaan kuviovalikoimaa ja syvennytään tekniikkaan. Tunneilla tanssitaan paljon.

#### **Jatko 2**

Jatko 2 on tarkoitettu 2010 syyskauden jatkokurssin kävijöille. Tämä on oikea tasovalinta silloin kun tanssi on jo erittäin sujuvaa ja variointi onnistuu. Tanssijasta ja harjoittelun määrästä riippuen tason saavuttaminen vie noin 1-3 vuotta. Jatkotason tanssijoiden harjoittelevat ryhmässä opittuja asioita vapaaharjoitusvuoroilla.

#### **Kilpailijat**

Kilpailijat ryhmä on suunnattu edistyneille tanssijoille ja tanssipareille. Ryhmien valmennus suunnitellaan kilpailemista ja sen aloittamista sekä esiintymistä tukevaksi. Ryhmään osallistutaan oman parin kanssa.

# YLEISTÄ VALMENNUSRYHMISTÄ

## PARIN VAIHTAMINEN

Yleisperiaatteena kaikissa ryhmissä on, että paria vaihdetaan ryhmätunnin aikana säännöllisin väliajoin. Tästä linjasta poikkeavat ryhmät ilmoittavat käytännöstään ryhmäkuvauksen yhteydessä.

## RYHMIEN KOKOONTUMINEN

Ryhmät kokoontuvat viikoittain, ellei ryhmäkuvauksessa muuta mainita. Valmennukset käynnistyvät ma 23.1.2012 alkaen. Kausi päättyy sunnuntaina 13.5.2012. Valmennusta ei ole pääsiäisloman aikana 5.4.–9.4.2012, eikä vapun aikaan 30.4.–1.5.2012.

## HARJOITUSPAIKAT

Swing Teamin ryhmät kokoontuvat Tampereen kaupungin mahdollistamissa liikuntatiloissa. Lisätietoja paikoista seuran [www-sivuilla](http://www.swingteam.fi).

## VAPAAHARJOITUKSET

Vapaaharjoitusvuorot on tarkoitettu seuran jäsenten itsenäistä harjoittelua varten. Vapaaharjoitusvuorolla on käytettävissä soitin ja jonkin verran musiikkia. Vuoroilla voi käydä parin kanssa tai yksin harjoittelemassa erilaisia tekniikka-asioita tai pelkästään tanssimassa. Vapaaharjoitusvuoroja ei ole harjoitusvuorokalenterissa merkitty tietyille lajille, paikallaolijat sopivat keskenään soitettavasta musiikista.

## RYHMÄT EIVÄT KOKOONNU

- pääsiäisloman aikana 5.4.–9.4.2012
- vapun aikaan 30.4.–1.5.2012
- äitienpäivänä 13.5.2012 ei ole vapaaharjoitusvuoroja

---

## LISÄTIETOJA

Ajantasaisimmat tiedot seuran toiminnasta ja valmennuksesta löydät seuran internetsivuilta [www.swingteam.fi](http://www.swingteam.fi)