

| TID    | MÅNDAG                                 |                                  | TISDAG                                     |                              | ONSDAG                           |                          | TORSDAG                          |
|--------|--|----------------------------------|--|------------------------------|----------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
|        | LIV                                    | MYS                              | LIV  | MYS                          | LIV                              | MYS                      | LIV                              |
| 17.30- | AFRIKANSK<br>DANS<br>FORTS             |                                  | AFRIKANSK<br>DANS<br>NYB+ NYB/FORTS        |                              |                                  |                          | DOUNDOUN-<br>DANS/ TRUM-<br>DANS |
|        | Kurs: S1                               | 18.30-20.00<br>AFRIKANSK<br>DANS | Kurs: S4                                   |                              | 18.30-20.00<br>AFRIKANSK<br>DANS | 18.30-19.45<br>REGGAETON | Kurs: S9<br>BAYADY<br>& JENNY    |
| 19.00  | FANTA                                  | NYB                              | BAYADY                                     |                              | NYB+                             |                          |                                  |
| 19.05- | AFRIKANSK<br>DANS<br>NYB+<br>NYB/FORTS | Kurs: S2<br>SEKOU                | NDOMBOLO/<br>COUPE ' DECALE '<br>NYB/FORTS | DJEMBE/<br>DOUNDOUN<br>FORTS | Kurs: S7<br>FANTA                | Kurs: S8<br>REY          | AFRIKANSK<br>DANS<br>FORTS       |
|        | Kurs: S3                               |                                  | Kurs: S5                                   | Kurs: S6                     |                                  |                          | Kurs: S10<br>SEKOU               |
| 20.35  | JACK                                   |                                  | FANTA                                      | JACK                         |                                  |                          |                                  |

## Glad sommar

önskar alla vi på Urkraft!

Adress: Sveav 128,  
113 50 Stockholm

T-bana: Odenplan/  
Rådmanngatan

Tel: 08-673 33 32

Email: [info@urkraft.nu](mailto:info@urkraft.nu)

Website: [www.urkraft.nu](http://www.urkraft.nu)

### Afrikansk dans, 5ggr

Tonvikt på västafrikansk dans, 2-3 musiker ackompanjerar kurserna där inget annat anges.

### Ndombolo/Coupe ' Decale ', 5ggr.

Kongolesisk populärdans som tagit hela Afrikas klubbiv med storm. Den glada musiken inspirerar till rullande höfter och galenskap.

### Doundoundans / Trumdans, 5ggr

Vi lär oss rytmiska kombinationer på stora bastrummor som står på golvet och spelas på med pinnar samt tillhörande danskoreografier till olika västafrikanska rytmer.

### Reggaeton, 5ggr

Reggaeton har sitt ursprung i Puerto Rico och har influenser från en salig blandning dansformer såsom ragga, salsa, afro & hiphop.

### Trumkurs i Djembe/Doundoun, 5ggr

Lär dig de västafrikanska populära rytterna. Även jätte bra för dig som dansar och vill lära dig rytterna!

### Priser:

890kr för 5ggr (990kr för Doundoundans inkl trumma samt trumpinnar, drop-in 260kr)

690kr för trumkurs, 790kr inkl lån av trumma

**Rabatter:** Om du går 2 kurser/v får du 10% rabatt

**Gå-på-allt kort:** Pris: 2290kr. Inkluderar 3 fasta kurser samt alla resterande kurser i mån av plats.

**Prova-på:** Pris: 150kr vid ett tillfälle i mån av plats

**Drop-in:** Pris: 220kr, i mån av plats. Obs! Jämna pengar, tack.

### Anmälan:

Är bindande för hela kursen. 500kr (anm.avgift) insättes på pg: 69876-1, Urkraft, Dorima AB, tillsammans med namn, kurskod, e-mail & tel. För garanterad plats i önskad kurs: Anmäl dig snarast! Det blir snabbt fullt! Resterande avgift betalas kontant i receptionen eller till pg senast 28 maj.

### Helg/Intensivkurser

*Doundounba helg med Jenny Ajland & Mohamed Dabo- gästlärare från Guinea/Paris.*

**28-29 maj**

**Nybörjare:** lörd och sönd kl 11.00-13.30

**Forts/avanc:** lörd kl 15.30-18.00 och sönd kl 14.00-16.30

En intensiv helg med en av de starkaste rytterna från västafrika nämligen "Doundounba"! Rytmen är ursprungligen starka människans dans och rytm men dansas numera även flitigt av kvinnorna.

Dansen/rytmen har även givit namn till en av de mest populära gatudans festerna i Guinea. För mer info se hemsidan: [www.urkraft.nu](http://www.urkraft.nu)

### Dansläger på Gotland i Sommar!

**26 juni - 2 juli**

En hel vecka i den Gotländska sommar idyllen med Afrikansk dans & African Newstyle med Urkrafts danslärare: Jenny, Seko, Jack & Bayano. Även trumkurs mot förbokning. För mer info samt bokning av rum etc se hemsidan:

[www.urkraft.nu](http://www.urkraft.nu)

