

CAMP JÄRVSÖ VECKA 48

DANS Tobbe Karlsson



TORS DAG 2/12

16:00 DANS MED TOBBE
17:15 YIN YOGA
18:30 MIDDAG
20:00 QUIZKAMPEN

FREDAG 3/12

07:30 MORGONYOGA
08:15 FRUKOST
10:00 HOLISTIC CLASS
11:00 DANS MED TOBBE
12:00 LUNCH
14:00 INNER STRENGTH
15:00 DANS MED TOBBE
16:00 BARRE MOVE
17:15 LUGN YOGA
18:30 MIDDAG

LÖRDAG 4/12

07:30 MORGON YOGA
10:00 DANSAEROBIC
11:30 LUNCH
12:30-15:15 JULMARKNAD STENEGÅRD (13:30 samt
14:30 dans 30min)
16:15 DANS MED TOBBE
17:15 LUGN YOGA
18:30 MIDDAG

SÖNDAG 5/12

08:00 MORGONYOGA
10:30 DANS MED TOBBE
12:00 UTCHECKNING

LEDARE/INSTRUKTÖRER:

Tobias Karlsson: Tobias har älskat dansen sen barnsben. Redan som åttaåring vann han sin första men inte sista medalj. Den medaljen var starten på en lång och framgångsrik danskarriär världen över och som har lett till att han idag är en av Sveriges mest populära danslärare. Han är en mycket populär och pedagogisk ledare som entusiasmerar, sprider glädje och får alla att kunna dansa. För ALLA kan dansa enligt Tobias, det gäller bara att våga släppa loss!

Maria Olofsson: Core, dans och funktionell träning är basen i Marias träning. Det får gärna vara svettigt och effektivt – men viktigast är att varje deltagare får med sig en grym upplevelse, som ger mersmak. Om vi ska beskriva henne med ett enda ord är det definitivt energi – och den smittar!

Cecilia Gustafsson: Genom många års arbete med kroppar, människor och med böcker blir Cecilia mer och mer intuitiv och kreativ i sitt arbete som instruktör och koreograf. Hon rör sig mellan olika tekniker som yoga, dans, funktionella träningstekniker och meditation, och sina redskap att skapa rörelse och styrka hos människor. Roligt tycker hon det är och mer eller mindre livsviktigt har det varit för en del av hennes elever.

Maria Cajdert: Dans är Maria's kärna. Hon är utbildad dansare, har jobbat som dansare, koreograf och lärare innan hon hittade in i gruppträningssalen. Maria var en del av Svenska Nike Teamet och har varit aktiv i gruppträningsbranschen sen 2002.

Hon är AfHo Master Trainer, ett koncept som hon brinner för både som presentatör och utbildare. Hon är Platschef på Camp Järvsö och ansvarig för program/ledare.