

מערכת חוגים NUA YOUNG

Kids

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
15:30	מודרני כיתות ד-ו	היפ הופ כיתות ד-ו	★ היפ הופ ★ עתודות ג-ה		
16:15		ערסלים (16:20) כיתות ב-ג	היפ הופ כיתות ב-ג		
16:30	מודרני כיתות ב-ג	היפ הופ ט"ח	טרומבלט (16:15) גנים (+4)	היפ הופ כיתות ד-ה	התעמלות וחיזוק ט"ח
17:05		ערסלים (17:10) כיתות ד-ה	היפ הופ כיתות א		
17:20		היפ הופ חובה	טרומבלט (17:00) גנים (+5)		התעמלות וחיזוק חובה-א'
18:05		היפ הופ כיתות ב-ד	בלט (17:50) חובה/א-ב		

Teens

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
15:30		ערסלים מתקדמות	אימון כושר נערים	אימון כושר נערות	אימון כושר נערים
16:15	אימון כושר נערות			אימון כושר (מתקדמות) נערות	
17:30	★ מודרני וטכניקה ★ עתודה חטיבה	פילאטיס מכשירים נערות	★ היפ הופ ★ עתודה חטיבה		

*הסטודיו שומר על הזכות לערוך שינויים

במהלך השבועיים הראשונים של ספט' - שני שיעורי ניסיון ללא עלות. מעבר לכך (ועד 15.9) ניסיון יעלה 30 ש"ח.
(יוגה ערסלים - ניסיון בעלות 50 ש"ח)

החל מ-15.9 שיעורי ניסיון הינם בעלות של מפגש בודד (בהתאם לעלות החודשית של החוג)

לנרשמים לחוגים כבר באוגוסט תינתן הנחה בחיוב הראשון.

NUA

NUA House of Movement

עתודות / עתודת היפ הופ: קבוצות ייצוגיות בהופעות ותחרויות. מחייב לרקוד מינימום פעמיים בשבוע (יום רביעי חובה. יום נוסף ראשון מודרני או שני היפ הופ לבחירתכם)

לניסיון והרשמה: 054-6517517 nua-house.com

קבוצות ייצוגיות של סטודיו NUA

אנחנו מתרגשות לבשר לכם על פתיחת שתי קבוצות חדשות השנה



בחוגי המחול שלנו

קבוצת עתודות היפ הופ (כיתות ג'-ה')

וקבוצת עתודה היפ הופ (כיתות ו'-ט')

שתי הקבוצות הנ"ל ירקדו לפחות פעמיים בשבוע,

יום רביעי, היפ הופ עם שון - חובה,

זהו השיעור שבו הבנות ילמדו את הכוראוגרפיות לריקודים המייצגים

יום שני היפ הופ עם רז או יום ראשון מודרני וטכניקה עם רונה - לבחירה

רז שם טוב- רקדנית בפסטיגלים, הופעות וקליפים וגם לימדה במקומות שונים ברחבי הארץ.
רונה בורשטיין- מורה למודרני, ניסיון עשיר של שנים בלימוד מהבסיס ועד לרמות הגבוהות ביותר.
לימדה קבוצות רבות בתחרויות ובכלל בסטודיואים שונים בת"א ורמת גן כולל ניהול מגמת מחול.

אנחנו ממליצות לנסות לשלב גם מודרני כדי להגיע ליכולות חדשות ונוספות.

שיקפיו את הבנות למעלה!

קבוצת העתודות - קבוצה שמיועדת להופיע ולייצג אותנו בהופעות ברחבי הרצליה

במהלך השנה וגם בפסטיבלים מיוחדים בחגים ובחופשים.

נשים דגש על אהבת הבמה, פיתוח ביטחון עצמי ושיפור מיומנויות תנועה בצורה חווייתית ומהנה.

קבוצת עתודה - הופעות מקומיות וייצוג הסטודיו בכנסים, אירועים, ובין היתר גם תחרויות

(ללא התחייבות מראש). כאן נשים דגש על טכניקה ברמה גבוהה יותר,

שיפור מיומנויות מתקדמות, משמעת, מחויבות והשקעה אישית-

כל מה שדרוש על מנת להתקדם צעד נוסף בעולם הריקוד.

המטרה בשתי הקבוצות היא ליצור שילוב בין אהבת הריקוד לבין מקצועיות,

תוך תמיכה והתפתחות אישית של כל רקדנית.

אנחנו מתרגשות ומצפות לראות השנה את הבנות רוקדות ומתקדמות

שתהיה לכולנו שנה מוצלחת וטובה!



NUA House of Movement