



ONTHAALBROCHURE

Welkom bij Funlinedance

Onze solodansen zijn haalbaar voor iedereen van 18 jaar tot en met 80 jaar.

Bij Funlinedance vind je altijd een dansles die past in je drukke agenda.

Wij bieden **variatie én flexibiliteit!** Kies uit ons brede scala aan lessen op **verschillende dagen, tijden en locaties**, én de mogelijkheid om je **gemiste les in te halen**.

Of je nu een beginner bent of al danservaring hebt, er is altijd een les die bij je past.

De **beginnerslessen** zijn ideaal voor mensen die nog **geen ervaring** hebben. Ervaren dansers kunnen in de **gevorderdenlessen** hun grenzen verleggen, **nieuwe geavanceerde stappen en bewegingen** leren.

Kortom: de lessenreeks voorziet in **ieders behoeften** met een **gevarieerd aanbod van dansstijlen en ritmes**.

Alle lessen worden gegeven door Conny, een ervaren lesgeefster die haar passie voor dansen graag met anderen deelt.

Verwachtingen

Funlinedance is voor iedereen. **Een positieve start** is de sleutel tot succes!

Stel realistische doelen en vind je eigen flow:

- Kom met een positieve mindset naar elke les en focus op wat je leert.
- Iedere danser begon ooit met die eerste, onzekere stappen. Geef niet op!
- Wees geduldig met jezelf en geniet van het leerproces.
- Vergeet niet dat iedereen op zijn eigen tempo leert.
- Heb vertrouwen in je eigen kunnen.
- Laat je niet tegenhouden door kleine fouten, blij vooruitgaan.
- Elke uitdaging is een kans om te groeien, ga ervoor!
- Vier elke stap vooruit, hoe klein die ook mag zijn.
- Focus op je inzet, de rest komt vanzelf.
- Wees trots op je kan, hoe klein ook.

Maak een wekelijkse afspraak met jezelf voor je dansles

Plan je dansles in als een **belangrijk moment in je week**.

Zo maak je tijd vrij om te **ontspannen, plezier te maken** en je **conditie te verbeteren**.

- Een afspraak met jezelf is een afspraak die je niet mag missen.
- Jezelf verwennen met een dansles is goed voor je lichaam en geest.
- Het is een heerlijk moment voor jezelf. Dans je fit en blij!
- Je zult versteld staan hoeveel vooruitgang je boekt als je consequent oefent.
- Dans je stress weg en geniet van elk moment.
- Blijf gemotiveerd door plezier en daag jezelf uit om te groeien.
- Geniet van de reis en zie met trots hoe je dansdroom meer en meer realiteit wordt.

Inhaallessen:

Heb je een les gemist? Geen nood!

Met onze **inhaallessen** haal je je les eenvoudig in en **pak je de draad zo weer op.**

Zo blijf je op de hoogte van de lesstof en verlies je geen progressie.

Kies zelf wanneer je de gemiste les wilt inhalen, op een moment dat **het jou uitkomt.**

Geen gedoe met vooraf verwittigen. **Meld je ter plaatse aan bij Luc** voor de inhaalles start.

Kijk op de kalender op onze website om jouw inhaalles te plannen.

Belang van inhaallessen:

- Inhaallessen helpen je om je lessen bij te houden en **op schema te blijven met je leerproces.**

Door gemiste lessen in te halen, kun je **je vaardigheden oefenen en versterken.**

- Inhaallessen creëren een **optimale leeromgeving voor alle dansers**, ongeacht bij beginners of gevorderden.

- Inhaallessen helpen om de **flow van de lessen te behouden** en te voorkomen dat andere cursisten worden gehinderd.

- Inhaallessen verminderen de noodzaak tot herhaling in de reguliere lessen, waardoor de **lessen vlotter verlopen.**

- Inhaallessen **bevorderen de teamspirit** door samen te leren en te groeien.

De inhaallessen bij Funlinedance zijn méér dan een extraatje. De inhaallessen zijn een **waardevolle toevoeging** voor onze **dansers, dansgroepen** en de algehele **vlotheid van de lessen.**

We moedigen alle dansers aan om gebruik te maken van onze inhaallessen om hun **leerproces te optimaliseren** en hun **dansplezier te maximaliseren.**

Mis deze unieke kans niet om in te halen en blijf op schema met je danslessen!

Goede afspraken voor vlotte lessen:

Om de lessen soepel te laten verlopen, is het belangrijk om een aantal **goede afspraken** te maken en deze te **respecteren.** Leren met plezier is ons doel.

- Kom op tijd voor je dansles.

- Verlaat de zaal niet voor het einde van de dansles.

- Wees respectvol naar elkaar en de lesgeefster.

- Volg de instructies van je lesgeefster.

- Stel vragen op een respectvolle manier.

- Zorg voor een goede sfeer in de les, gezellig babbelen doen we tijdens de pauze.

- Mobiele telefoons op stil tijdens de les.

- Stel vragen op een moment dat het de les niet verstoort.

Door deze afspraken te respecteren, creëren we samen een **optimale leeromgeving voor iedereen.**

Samen zorgen we voor vlotte lessen!

Overzicht lessen & locaties

Kijk op de kalender op onze website voor elk lesmoment, lesdagen en danslocaties.

Veel gestelde vragen:

Kijk op de website: veelgestelde vragen lessen, voor alle antwoorden.

Schoenen voor dansles:

Dansschoenen zijn ontworpen om comfortabel te kunnen dansen en blessures te voorkomen. Dansen zonder speciale dansschoenen kan blessures en pijn veroorzaken in de enkels en knieën. Deze pijn wordt veroorzaakt door de stoeve rubberen zool, die te veel weerstand biedt bij het draaien. Daarom hebben dansschoenen een **speciale suède zool of een danszool met draaipunten**. Dit zorgt ervoor dat je goed kan draaien, maar wel genoeg grip op de vloer hebt. De juiste dansschoen is dus misschien wel belangrijker dan gedacht. Dansschoenen zijn een echte aanrader voor iedereen die optimaal wil genieten van het dansen maar geen verplichting.

Het is belangrijk om schoenen te kiezen die goed passen en die je de juiste ondersteuning bieden. Je moet je voeten goed kunnen bewegen in de schoenen en ze mogen niet te strak of te los zitten. Er zijn verschillende soorten dansschoenen die je kunt dragen voor linedance.

- **Danssneakers** zijn gemaakt van leer of canvas en hebben een spitzool. Ze zijn comfortabel en bieden een goede grip op de dansvloer. De speciale danszool met draaipunten zorgt voor moeiteloze rotaties tijdens het dansen. Kies voor sneakers met een flexibele zool, zodat je je voeten goed kunt bewegen.

- **Speciale dansschoenen voor linedance.**

Deze schoenen zijn perfect om te draaien en te glijden, met een uitgebreide keuze aan modellen. Van lage tot hoge hakken, gesloten tot open schoenen, verkrijgbaar in alle kleuren, vind je gegarandeerd het perfecte paar. **De beste schoenen voor linedance hangen af van je eigen voorkeuren.** Probeer verschillende soorten schoenen om te zien wat het beste bij je past.

Kies bij dansschoenen voor comfort, ondersteuning, grip, flexibiliteit en stijl, voor optimale dansprestaties en plezier.

Sneakers zijn een goede keuze als je op zoek bent naar een comfortabele schoen die je ook buiten de dansvloer kunt dragen.

Linedance dansschoenen zijn speciaal ontworpen voor dansen met een groter aanbod, bieden ook ondersteuning en flexibiliteit.

Geef je voeten de optimale ondersteuning tijdens het dansen, kies dansschoenen die perfect aansluiten op jouw persoonlijke gevoel.

Bezoek een gespecialiseerde dansschoenenwinkel, pas diverse schoenen, kies voor een perfecte pasvorm en comfortabele ervaring, en vraag gerust advies aan de verkoper voor de juiste linedance schoenen.

Met de juiste schoenen kun je optimaal genieten van je danslessen!

<https://www.schoenenboonants.be/>



Enkele voorbeelden speciale dansschoenen.

<https://www.larabesko.com/nl/>



Voorbeeld danssneaker.

Kledij voor dansles:

Tijdens de lessen is het belangrijk dat je **je comfortabel voelt en vrij kunt bewegen**. Daarom is het belangrijk dat je **losse kledij** draagt waar je gemakkelijk in kan bewegen. Door losse kledij te dragen, geniet je meer **bewegingsvrijheid**, zit je **comfortabeler**, verklein je de kans op blessures én kun je je beter concentreren op de les. Kies bij losse kledij voor **rekbare materialen**, een niet te strakke pasvorm, een **geschikte lengte** en let op **temperatuurregulatie**.

Kies dus kleding die je mooi vindt en waarin je **je zelfverzekerd voelt**.

Je kunt natuurlijk ook je eigen favoriete kleding dragen, zolang je er maar gemakkelijk in kunt bewegen.

Het belangrijkste is dat je **je comfortabel voelt** en je **je kunt concentreren op de les**.

Zo kan je optimaal genieten van de lessen!

Contactgegevens:

info@funlinedance.be

Gsm Conny : +32 479 76 77 53

Gsm Luc : +32 468 35 57 43

<http://funlinedance.be>

Veel dansplezier!