



*Silas Holst*

DANSESTUDIE.DK

- DIT FRIRUM

*Benjamin Martin*

SÆSON  
**2023/24**

# SILAS HOLST & BENJAMIN MARTIN

BYDER VELKOMMEN TIL DANSESTUDIE.DK SÆSON 2023/24

Vi ser frem til en ny dansesæson med masser af danseglæde og sundt samvær til god musik. Hos os undervises i mange forskellige dansestilarter for børn, unge og voksne i såvel solo- som pardans. Vi tilbyder også specialhold for seniorer & pensionister, forælder/barn samt unge & voksne med særlige behov. Vores professionelle instruktørteam, som består af absolutte topnavne i branchen, er din garanti for god indlæring.

Dansestudie.dk ligger centralt på Roskildevej 272 i Rødovre lige hvor Frederiksberg, Valby og Vanløse mødes. Studiet rummer flotte dansesale og en hyggelig lounge café. Bus 7A fra København C kører dig på blot 20 minutter lige til døren, mens der er kort gåafstand fra såvel Rødovre St. som Hvidovre St. Der er gratis parkering for dem, som let kommer frem i bil via Motorvejen.

Som medlem af De Danske Danseskoler, foreningen for selvstændige professionelle danselærere i Danmark, er vi 100% privatejet, og modtager ingen offentlige tilskud. Hvis du vil mere end blot at nyde hyggedansens glæde og motion, har du som danser hos os dermed mulighed for at konkurrere ved diverse turneringer på såvel bredde- som eliteplan i Hip Hop, Disco, TikTok/Showdans, Jitterbug, Standard & Latin.

Du, din familie og venner kan også følge os på instagram, facebook og TikTok @dansestudie.dk.

Vores kerneværdier er mangfoldighed, diversitet og sammenhold, og vi bakker op om hver eneste danser med personlig vejledning, og top professionel undervisning i en hyggelig atmosfære med højt til loftet.

**Dansestudie.dk – dit frirum.**

Vi glæder os til at se dig!

*Silas Holst*

*Benjamin Martin*



# PRØVETIME

Du kan reservere en prøvetime på dit/dine favorithold via mail til [info@dansestudie.dk](mailto:info@dansestudie.dk) såfremt der er ledige holdpladser. Oplys elevens navn samt hvilket holdnummer der ønskes prøvetime på.

Det er muligt at prøve en ny dansedisciplin en gang pr. danser som prøvetime.

Holdpladser fordeles ved indmeldelse efter først til mølle-princippet.

En prøvetime koster DKK 125,-. Beløbet modregnes ved indmeldelse i samme måned, som prøvetimen er afviklet.

**Ved reservation af en prøvetime binder du dig ikke til indmeldelse.**

Har du yderligere spørgsmål træffes vi også på telefon: 22 38 42 38 i vores telefontid: Mandag – torsdag kl. 11.00 – 16.00 og lørdag kl. 10.00 – 13.00.

# ARRANGEMENTER 2023/24

**Danseskolernes dag i Tivoli** d. 16.09.2023

**Hjemmeturnering** d. 12.11.2023

**Julebal** d. 17.12.2023

**Nytårskur med Les Lanciers for unge & voksne pardansere**

d. 12.01.2024

**Ballet workshop for Minibørn, Super Kidz, Juniorer samt unge & voksne** d. 21.01.2024

**Store Balletskoledag – Det Kgl. Teater for Super Kidz & Juniorer.** Endelig dato afventer. Forventeligt marts 2024

**Hjemmeturnering** d. 14.04.2024

**Ladies Night for alle unge & voksne dansere** d. 14.04.2024

**Sæsonafslutning med opvisning og dansefest for alle** d. 09.06.2024



**Silas Holst – indehaver**

Professionel exam. Danselærer og dansedommer ved De Danske Danseskoler. DM, EM & VM vinder. Tre-dobblen "Vild med dans" vinder. Musical performer & sanger.



**Benjamin Martin – indehaver/daglig leder**

Professionel exam. Danselærer og indvalgt i forretningsudvalget hos De Danske Danseskoler. International dansedommer ved World Dance Council. DM, EM & VM vinder.

# SÆSONEN 2023/24

## UNDERVISNINGSTART

uge 34 (fra d. 21.08.2023)

## EFTERÅRSFERIE

uge 42

## JULEFERIE

uge 51 og 52 (sidste undervisning før jul d. 16.12.2023)

## OPSTART EFTER NYTÅR

uge 1 (fra d. 02.01.2024)

## VINTERFERIE

uge 7

## PÅSKEFERIE

uge 13 (fra d. 26.03.2024)

## SÆSONAFSLUTNING & DANSEFEST

uge 23 (sidste undervisning i sæsonen d. 08.06.2024)

Der undervises ikke på nationale helligdage.

STILARTER





## MINIBØRN 3-5 ÅR

### Børnedans/MGP-danse

Almene dansegrundtrin og koreografi til populære sange fra bl.a. MGP.

### Disney dans

Balletinspireret koreografi for prinser og prinsesser til kendte Disney musikklassikere.

Alle hold er åbne overfor alle køn med fokus på danseglæde og motion til skøn musik. Eleverne vil udvikle motorik og rytmeforståelse samt koncentrationsevne og sund holddisciplin i samvær med andre.

Ved sæsonstart og ved prøvetimer er forældre velkomne i dansesalen de første ca. 10 – 15 minutter, hvis nødvendigt for at eleven føler sig tryk. Herefter undervises uden forældre i salen. Der tilrettelægges "forældre kigge på" de sidste 10 minutter af holdundervisningen hver den første dansegang i måneden fra uge 40.

## HOLDOVERSIGT MINIBØRN

### LØRDAG

Hold 2: 10.00 – 10.45 Disney dans for begyndere/let øvede 3-5 år. Instruktør: Inge.

Hold 3: 11.00 – 11.45 Børnedans/MGP for begyndere/let øvede 3-5 år. Instruktører: Benjamin & Clara.



# SUPER KIDZ

## 6-11 ÅR



### Ballet

Kropsholdning, smidighed samt bevægelse over gulv og ved balletbarre til klassisk musik.

Vi tilbyder vores Super Kidz balletelever muligheden for holdopvisning på Det Kgl. Teater - Gamle scene i forbindelse med den årlige prestigefyldte Store Balletskoledag.

### Hip Hop

Energisk og fri koreografi med seje teknikker med oprindelse i New York til tidens mest populære hip hop tracks.

### Standard- & latindans

Grundtrin, kropsholdning og koreografi i populære pardanse som cha cha cha, jive, vals & quickstep.

### TikTok

Nye showprægede dansekoreografier inspireret af TikTok trends

Alle hold er åbne overfor alle køn med fokus på danseglæde og motion til skøn musik. Eleverne vil udvikle motorik og rytmeforståelse samt koncentrationsevne og sund holddisciplin i samvær med andre.

Der undervises uden forældre i salen, men tilrettelægges "forældre kigge på" de sidste 10 minutter af holdundervisningen hver den første dansegang i måneden fra uge 40.

## HOLDOVERSIGT SUPER KIDZ

### TIRSDAG

Hold 5: 16.00 - 17.00 Standard- & latindans for let øvede 6-9 år. Instruktør: Benjamin.

### ONSDAG

Hold 6: 16.30 - 17.15 TikTok for begyndere/let øvede 8-11 år. Instruktør: Celina.

### TORSDAG

Hold 9: 17.15 - 18.00 Hip Hop for let øvede fra 9 år. Instruktør: Celina.

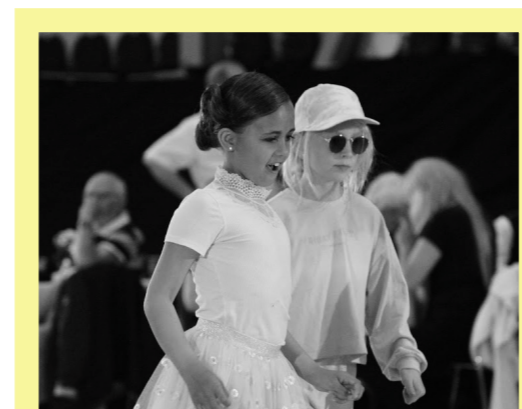
Hold 10: 18.00 - 18.45 Hip Hop konkurrence for Super Kidz & Juniorer (tillægshold til hold 9). Instruktør: Celina.

Dansestudie.dk's aktive Hip Hop konkurrence-elever tilbydes i 2023 mulighed for gratis fritræning mandage kl. 17.45 - 18.30.

### LØRDAG

Hold 11: 10.00 - 10.45 TikTok for begyndere/let øvede 8-11 år. Instruktør Clara.

Hold 12: 11.00 - 12.00 Ballet for let øvede/øvede 8-11 år. Instruktør: Inge.





# JUNIORER, 12 - 15 ÅR

## ALLE HOLD ER ÅBNE OVERFOR ALLE KØN

### Ballet

Klassisk ballet. Kropsholdning, smidighed samt bevægelse over gulv og ved balletbarre til klassisk musik. Vi tilbyder vores Junior balletelever muligheden for holdopvisning på Det Kgl. Teater - Gamle scene i forbindelse med den årlige prestigefyldte Store Balletskoledag.

### Disco

populær konkurrence dansestilart i højt tempo med akrobatik og spring til nutidens musik.

### Hip Hop

energisk og fri koreografi med seje teknikker med oprindelse i New York til tidens mest populære hip hop tracks.

### Moderne dans

Eller contemporary dance, alsidig fri og afslappende udtryksfuld. Fordybelse i musik med ballet som grundelement.

### Standard- & latindans

Kontakt [info@dansestudie.dk](mailto:info@dansestudie.dk) for information om vores tilbud til junior turneringsdansere på såvel bredde- og eliteplan.

### TikTok

Nye showprægede dansekoreografier inspireret af TikTok trends.

## HOLDOVERSIGT JUNIORER

### ONSDAG

Hold 13: 17.15 – 18.00 TikTok for begyndere/let øvede 12-15 år. Instruktør: Celina.

Hold 14: 19.00 – 20.00 Disco for let øvede/øvede 12-15 år. Instruktør: Celina.

Dansestudie.dk's aktive Disco konkurrence-elever tilbydes i 2023 mulighed for gratis fritræning mandage kl. 17.00 – 17.45.

### TORSdag

Hold 15: 16.00 – 17.00 Ballet for let øvede/øvede 12-15 år. Instruktør: Inge.

Hold 10: 18.00 – 18.45 Hip Hop konkurrence for Super Kidz & Juniorer (tillægshold til hold 16). Instruktør: Celina.

Hold 16: 18.45 – 19.30 Hip Hop for let øvede/øvede 12-15 år. Instruktør: Celina.

Hold 17: 19.30 – 20.15 Moderne dans for begyndere/let øvede fra 14 år. Instruktør: Celina.

Dansestudie.dk's aktive Hip Hop konkurrence-elever tilbydes i 2023 mulighed for gratis fritræning mandage kl. 17.45 – 18.30.

### LØRDAG

Hold 18: 12.00 – 13.00 Ballet for let øvede/øvede 12-15 år. Instruktør: Inge.



# UNGE & VOKSNE SOLO SAMT SPECIALHOLD: SÆRLIGE BEHOV ALLE HOLD ER ÅBNE OVERFOR ALLE KØN

## (all that) Jazz

Klassisk og underholdende jazzballet for begyndere og let øvede til showtunes fra Cabaret, Chicago, West Side Story, An American in Paris m.fl. Inspireret af blandt andre Bob Fosse, Jerome Robbins og Gene Kelly.

## Ballet

Klassisk- og motionsballet. Alle kan være med uanset alder og niveau. Udvikling af kropsholdning og smidighed med sved på panden i bevægelse over gulv og ved balletbarre til klassisk musik.

## Dance Workout 80's & 90's

Få pulsen op og forbrænd kalorier på en sjov måde med strækøvelser og styrkende lette dansetrin kreativt kombineret til god musik af bl.a. Prince, Michael Jackson, Duran Duran, Spice Girls m.fl.

## Guys & Dolls

Danseglæde for alle med enkle koreografier til kendte danske og udenlandske pophits samt musik fra Melodi Grand Prix, musicals og dansefilm som f. eks. Dirty Dancing, Grease, Moulin Rouge & Saturday Night Fever.

## Latin Style

Et mix af de mest rytmiske danse fra Latinamerika. Lær grundtrin og koreografier til bl.a. Salsa, Bachata, Samba, Cha Cha Cha og Rumba til hits af bl.a. Shawn Mendez, Shakira, Jennifer Lopez, Ricky Martin & Enrique Iglesias.

## Showdance/Street/Funk

Energisk og fri koreografi med seje showprægede teknikker med oprindelse i New York til tidens mest populære hip hop tracks.

## Step

Den karakteristiske dansestil fra 1930'erne og 40'erne i enkle varianter til klassiske showtunes og nutidens musik.

## Særlige behov

Danseglæde, motion og udvikling af motorik velegnet for dansere med Downs, ASF/autisme, ADHD mm. til musik fra Vild med dans, MGP & TikTok.

# HOLDOVERSIGT UNGE & VOKSNE SOLO

## MANDAG

Hold 19: 17.00 – 17.45 Latin Style for begyndere. Instruktør: Benjamin.

Hold 20: 17.45 – 18.30 Guys & Dolls for begyndere/let øvede. Instruktør: Benjamin & Silas\*.

Hold 21: 17.45 – 18.45 Motionsballet for begyndere/let øvede. Instruktør: Inge.

Hold 22: 18.45 – 19.30 Latin Style for let øvede. Instruktør: Benjamin.

Hold 23: 18.45 – 19.45 Klassisk ballet for øvede. Instruktør: Inge.

## TIRSDAG

Hold 24: 17.15 – 18.00 Specialhold: Unge & voksne med særlige behov. Begyndere/let øvede. Instruktør: Christian.

Hold 25: 17.15 – 18.00 Guys & Dolls for begyndere/let øvede. Instruktør: Benjamin & Silas\*.

Hold 26: 18.00 – 19.00 Latin Style for øvede. Instruktør: Benjamin.

## ONSDAG

Hold 29: 16.45 – 17.30 (all that) Jazz for begyndere/let øvede. Instruktør: Benjamin. Start d. 04.10.2023.

Hold 30: 17.30 – 18.15 Guys & Dolls for begyndere/let øvede. Instruktør: Benjamin & Silas\*.

Hold 31: 18.00 – 19.00 Step for begyndere/let øvede. Instruktør: Celina.

## TORS DAG

Hold 32: 18.00 – 18.45 Dance Workout 80's & 90's for begyndere/let øvede. Instruktør Michella.

Hold 33: 18.45 – 19.30 Showdance/Street/Funk for let øvede/øvede. Instruktør: Michella.

Hold 34: 17.00 – 18.00 Motionsballet for begyndere/let øvede. Instruktør: Inge.

## Lørdag

Hold 35: 10.00 – 10.45 Guys & Dolls for begyndere/let øvede. Instruktør: Benjamin & Silas\*.

\*Silas Holst deltager i holdundervisningen som anvist, når dette er muligt i forhold til andet arbejde på tv og teater.



# UNGE & VOKSNE PAR

## ALLE HOLD ER ÅBNE OVERFOR ALLE KØN

### Vild med dans

Grundtrin og koreografi til de kendte standard- & latindanse fra tv-successen "Vild med dans".

### Jitterbug/Swing/Jive

Danseglæde og sved på panden til god swingmusik fra 40'erne, 50'erne og 60'erne.

## HOLDOVERSIGT UNGE & VOKSNE PAR

### TIRSDAG

Hold 38: 18.00 – 19.00 Vild med dans for begyndere. Instruktør: Christian. 10 ugers kursus fra den 22.08.2023 & den 02.01.2024.

Hold 39: 18.30 – 19.30 Jitterbug/Swing/Jive for let øvede/øvede. Instruktør: Christina & Per.

Hold 40: 19.00 – 20.00 Vild med dans for øvede. Instruktør: Christian.

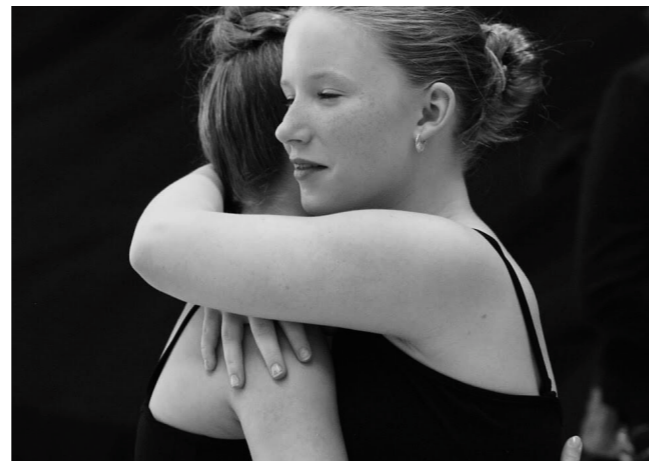
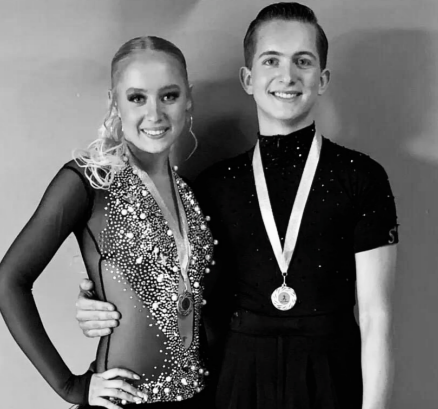
Hold 41: 19.30 – 20.30 Jitterbug/Swing/Jive for begyndere. Instruktør Christina & Per. 10 ugers kursus fra d. 02.01.2024.

### ONSDAG

Hold 42: 18.30 – 19.30 Vild med dans for let øvede. Instruktør: Benjamin.

Hold 43: 19.30 – 20.30 Vild med dans for begyndere. Instruktør: Benjamin. 10 ugers kursus fra den 03.01.2024.







Silas Holst

# DANSESTUDIE.DK

Benjamin Martin

- DIT FRIRUM



**Silas Holst – indehaver**  
Indehaver. Professionel exam. Danselærer og dansedommer ved De Danske Danseskoler. DM, EM & VM vinder. Tre-doblet "Vild med dans" vinder. Musical performer & sanger.



**Benjamin Martin – indehaver**  
Indehaver og daglig leder. Professionel exam. Danselærer og indvalgt i forretningsudvalget hos De Danske Danseskoler. International dansedommer ved WDC & WDO. DM, EM & VM vinder.



**Celina Poulsen**  
Underviser i Hip Hop, Disco, TikTok, Step & Moderne dans. Tidligere IDO EM & VM-finalist.



**Michella Bennet**  
Professionel danseinstruktør. Har danset på tv og ved live koncerter for bl.a. Infernal.



**Inge Juul Hansen**  
Balletinstruktør & coach. Tidligere solodanserinde på Det Kgl. Teater.



**Christian Gørtz**  
Professionel exam. Danselærer ved De Danske Danseskoler. Tidligere DM vinder i 10 dans.



**Christina & Per Hammarlund**  
Hhv Professionel DDD exam. Danselærer & International underviser i Jitterbug/Swing. Flere DM & VM vinderpar på CV'et.



**Clara Lindberg**  
Underviser i TikTok & Børnedans/ MGP-danse. Aktiv standard- & latinturneringsdanser.



**Lene Holst**  
Reception/café samt bogholderi. Mere end 25 års driftserfaring i danseskolebranchen.



**Anna Shagalina & Nicolai Bouet**  
Gæsteinstruktører i standarddansen. Aktive turneringsdansere & Danmarksmestre for professionelle 2021 & 2022.



**Jason Tuxen**  
Gæsteinstruktør i Latin Style, Vild med dans og Guys & Dolls. Aktiv latinturneringsdanser

# TEAM

## HONORAR PR. MÅNED

45 min. hold.:

DKK 440 pr. pers.

60 min. hold:

DKK 550 pr. pers.

Alle priser er ikke momspligtige og derfor angivet uden moms.

Dog forbeholder Dansestudie.dk sig retten til at ændre i kontingentpriserne i løbet af sæsonen, hvis der fra myndighedernes side påbydes Dansestudie.dk at tilføre undervisningen ekstra afgifter som eksempelvis moms.

Eleven vil i en sådan situation naturligvis blive informeret i god tid via mail.

Betaling foregår hver den 1. dansegang i måneden på danseskolen. Kreditkort-betaling modtages ikke, men betaling med MobilePay er muligt. Er man forhindret i at fremmøde betales hjemmefra på dagen. Husk at anføre dansers navn og hold-nummer ved overførslen.

## INDMELDELSE

Ved indmeldelse betales honorar for sæsonens første og sidste måned (1/2 august 23 + 1/2 juni 24), samt DKK 200 pr. elev for sæsonens KODA afgift og DKK 50 i indmeldelsesgebyr.

Betaling foregår på danseskolen. Kreditkortbetaling modtages ikke, men betaling med MobilePay er muligt.

Indmeldelse for sæsonen er bindende, og derfor refunderes ovenstående ikke. Skulle du mod forventning få brug for at udmelde dig i løbet af en dansesæson, skal dette ske skriftligt til [info@dansestudie.dk](mailto:info@dansestudie.dk), hvor betalingsbetingelserne indeværende måned for udmeldelse + 30 dage vil være gældende. For yderligere handelsbetingelser henviser vi til vores hjemmeside [www.dansestudie.dk](http://www.dansestudie.dk).



## RABATTER & FLEKSIBILITET

**Der gives 10% rabat** ved betaling for hele sæsonen i august.

**Der gives 10% rabat** pr. ekstra tilmeldte hold.

**Der gives 10% søskenderabat** til hjemmeboende søskende på samme adresse. Rabatten gælder ikke første barn.

Rabatterne kan ikke kombineres. Man kan maksimalt opnå 10% rabat pr. elev pr. hold.

## PÅKLÆDNING/ FODTØJ

Bevægelighed er nøgleordet når det gælder dansetøj. Til standard- & latindans/Vild med dans hold ser vi de fleste omklædt til pænt tøj, mens ved de andre dansestilarter ses en mere afslappet stil. Vores egen Dansestudie.dk kollektion af træningstøj og sko, som sælges hos Sportscenteret 2610 lige ved siden af studiet, er meget populær. Til ballet bruger de fleste piger et skørt og altid med håret samlet i en knold. For de alleryngste kan det være klæd-ud-tøj der motiverer i begyndelsen, hvilket er helt ok.

Kun indendørssko er tilladt i vores dansesale enten med en spalt/ ruskindssål eller anden blød bevægelsessål. En læder- eller gummi-sål kan også anvendes, hvis sålen er gennemfarvet, og ikke laver farvede gummi-afmærkninger. Dansestudie.dk forbeholder sig retten til at afvise fodtøj som ikke opfylder ovenstående. Barfodet dans eller i strømpesokker kun ved undervisning i moderne dans.



## FLOOR FEE

Dansere uden medlemskab betaler DKK 50 pr. person pr. dag i floor fee.

Dansestudie.dk's holdtrænere kan ved personlig henvendelse i caféen forhåndsreservere dansesal til enetimeundervisning indenfor åbningstiden.

## ENETIMER

De fleste instruktører på Dansestudie.dk kan bookes til enetimer, hvis en elev ønsker at dygtiggøre sig yderlige måske i forbindelse med forberedelse til en danseturnering, en optagelsesprøve eller en audition. Man kan danse på Dansestudie.dk på alle niveauer, så muligheden for enetimer er blot et supplerende tilbud til de, som måtte ønske dette.

Instruktørene har egne individuelle honorarer for enetimer. Ved forespørgsler, booking samt betaling i forbindelse med enetimer sker dette direkte med pågældende instruktør.

## BRUDEVALS, POLTERABEND, PRIVATFEST, FIRMAARRANGEMENTER M.M.

### BOOK EN INSTRUKTØR

Har du brug for at lære brudevals, eller mangler du et sjovt indslag til en polterabend, privatfest eller til et firmaarrangement? Book en dansestudie.dk instruktør til dit arrangement.

**Brudevals enetime på Dansestudie.dk 50 minutter** DKK 750.  
Klassisk vals eller fri koreografi til jeres yndlingssang.

**Polterabend på Dansestudie.dk 50 minutter** DKK 1500.  
Mange mulige stilarter. Egne drikkevarer må medbringes. Max. 10 deltagere.

**Polterabend ud af huset 50 minutter** DKK 1800.  
Mange mulige stilarter + transport DKK 4,- pr. km.

Booking forespørgsel på en Dansestudie.dk instruktør til [info@dansestudie.dk](mailto:info@dansestudie.dk).

Ved Polterabends med mere end 10 deltagere, samt privatfester og firmaarrangementer kan pristilbud indhentes via henvendelse til [info@dansestudie.dk](mailto:info@dansestudie.dk).

Bookingforespørgsel på Benjamin Martin\* personligt kontakt [booking@benjaminmartin.dk](mailto:booking@benjaminmartin.dk).

Bookingforespørgsel på Silas Holst\* personligt kontakt [kasper@playmakerbooking.dk](mailto:kasper@playmakerbooking.dk) eller via telefon 26256667.

\*Varierende individuelle priser fra hjemmesidens priser.

Alle priser er ikke momspligtige og derfor angivet uden moms.

Dog forbeholder Dansestudie.dk sig retten til at ændre i kontingentpriserne i løbet af sæsonen, hvis der fra myndighedernes side påbydes Dansestudie.dk at tilføje undervisningen ekstra afgifter som eksempelvis moms.

WWW.DANSEDAMERNE.DK



## DANS ONLINE

**KAN DU NIKKE GENKENDE TIL ÉT ELLER FLERE AF PUNKTERNE HERUNDER?**

- Er du vild med at danse og bevæge dig?
- Kunne du tænke dig at lære en masse forskellige trin og koreografier fra såvel Vild Med Dans, musicals som Dirty Dancing og Grease, andre dansefilm, latin, burlesque, jitterbug, hip hop, show- og børnedans?
- Er du ikke vild med at stå og danse foran en masse andre mennesker?
- Har du svært ved at binde dig til et fast tidspunkt i en travl hverdag?

**SÅ ER VORES ONLINE DANSEKOLE NOGET FOR DIG!**

Velkommen online - til alle køn.  
Vi glæder os til at danse med dig!

# DANSESTUDIE.DK – MULTIHUSET MED PRØVE SALE OG MØDELOKALE

LAD OS VÆRE DIN VÆRT PÅ HVERDAGE OG/ELLER SØNDAGE (I ULIGE  
UGER) FRA KL. 08.00 TIL 15.30

DKK 5000 i leje pr. dag

For leje i mere end en dag kontakt os for et uforpligtende pristilbud.

Borde/stole til 45 pers.

Lydanlæg

Gratis parkering