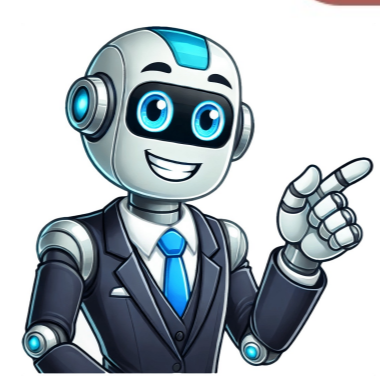


Click to verify







## Step up dance academy

Step up dance academy

Cecilie Torgunrud 1 year ago Fantastisk opplevelse: Studio Step Up er et fantastisk dansestudio for barn og ungdom! Utrolig dyktige instruktører skaper et inkluderende og samlende miljø. De tilbyr mange ulike sjangere innen dans. Min datter har danset her i mange år, deltatt på spennende konkurranser rundt om i Norge, og jeg er ekstremt fornøyd med den positive utviklingen hennes. Studio Step Up er et godt valg for de som ønsker profesjonell danseundervisning og/eller et flott fellesskap for barna sine! Takk til instruktørene og teamet for en fantastisk tid hos dere! Step Up er et dansestudio som satser like mye på bredde som på topp, og de har dansere i norgeseliten som jevnlig deltar i EM og VM i ulike grener. Klubben har vunnet flere priser for sitt gode arbeid med barn og ungdom. Fokuset på miljø er stort fra ung alder, noe som resulterer i at medlemmene blir i klubben lenge. Her er det nulltoleranse for utestengelse og mobbing. Mange gutter har også funnet veien til Step Up det siste året for å delta på deres Break Dance, Akro og streetdance-klasser. Dansekurs Studio Step Up tilbyr nesten 70 danse- og akroklasser, inkludert Barnedans, Voksendans, Cheerdance, Freestyle og Streetdance. Kursene holdes på Lambertseter, Oppsal og i bydel Nordstrand, med variasjon i kursstilbudet avhengig av lokasjon. Kursene deles inn etter alder og nivå. Se mer info om alle kurs.

Dansebursdag hos Studio Step Up Er barnet ditt glad i dans og lek anbefales en dansebursdag hos Studio Step Up. Programmet skreddersys etter ditt barns ønsker og holdes i deres fargerike klubblokaler. Barna vil danse og delta i sosiale aktiviteter ledet av profesjonelle instruktører og konkurransedansere. Velg mellom ulike temaer og stilarter for en ekstra spesiell dag. Foreldre kan slappe av i et eget område mens barna har det gøy. Studio Step Up tilbyr også pynt som voksduker og vimpler, slik at alt er klart for fest uten mye styr. Les mer om tilbudet. Underholdning til event Step Up jobber med scenisk dans, akrobatikk og dansesport, noe som gir allsidige dansere - og kan derfor skreddersy spennende show og nummer til ditt event. Mange av danserne og instruktører er eller har vært konkurransedansere, og har dermed lang erfaring å stå foran et publikum både live og ved innspilling. Se muligheter. Cheerdance Cheerdance er en populær lagidrett, og en avgrening fra Cheerleading. Kjønnetegnes ved at dansen er i fokus gjennom hele rutinen og det er ingen som deles inn i faste roller som baser, spottere og flyers som det gjøres i cheerleading. Cheerdance eller Performance Cheerdance gjør danserne sterke, tekniske og fleksible og anbefales hvis man liker show og opptrедener. Hos Step Up kan man drive cheerdance på alle nivåer. Se mer. Påmeldingene er åpne – sikre deg plass nå! Siden 2009 har våre sommerskoler vært et høydepunkt for barn og ungdom fra hele Oslo - mange kommer tilbake å etter år! I år har vi flere spennende tilbud for ulike aldre og nivåer - enten du vil danse for gøy, trene måltrett, eller kombinere dans med faglig påfyll. BESKRIVELSE AV DE ULIKE SOMMERTILBUDENE : SOMMERSKOLE Perfekt for nybegynnere og for deg som vil prøve ulike stilarter. Vi blander dans, lek og både inne- og uteaktiviteter – ingen forkunnskaper nødvendig. Her er det fullt trøkk og mye moro! DANCE CAMP For deg som allerede har danseerfaring, trener aktivt eller konkurrerer i estetiske idretter - eller som vil ta steget inn i denne verdenen. Campene har høyere tempo, lettere program og større faglig fokus – men det er fortsatt plass til hygge og en is i sola etter en hard økt! SUMMER VIBES (12-26 år) Vår ungdomsfavoritt! En hel uke spekket med inspirerende workshops, spennende gjesteinstruktører og masse god energi. Åpen for alle nivåer – men her er det fullt trøkk og dansedelede hele dagen! StudIE Step Up – SKREDDERSYDD OPPLEGG FOR MINDRE GRUPPER For deg som vil ha mer målrettet undervisning i mindre grupper. Kombiner dans og teori i tett samarbeid med våre trenere. Maks 5 deltakere per gruppe for best mulig oppfølging. For aktive medlemmer på Step Up som ønsker mer personlig utvikling – enten over én time eller opptil tre dager. Kontakt oss for tilpasning og booking: [post@studiostepup.no](mailto:post@studiostepup.no) Workshop /Klasse timer. Det blir satt opp noen klassetimer og workshops. Egen timeplan kommer. Dropp inn og klippekort. Klikk på bildet av den grenen du ønsker å lese mer om. Eks på siden om Streetdance finner du oversikt over alle klasser i Hip Hop m.m.

Finner du ikke informasjonen du leter etter, kontakt oss gjennom vårt kontaktskjema Bildene brukt i kursbeskrivelser tilhører alle Step Up og er fra våre klasser, oppvisninger og konkurranser vi har deltatt i. DANS & AKROBATIKK Kursbeskrivelser Priser Påmelding Timeplan viser ledig kapasitet. Timeplan viser sal/pdf Hjem / oversikt DIVERSE Dansebursdag Show / Koreografi /Bakgrunnsdansere Utdringslag 29/12/2024 I morgen 30. desember og nyttårsaften, er det mulig å delta på danseklasser gratis på Studio Step Up Kanskje du trenger å tøye opp noen stive muskler etter julen, eller bare vil teste jazz og moderne med Mira Registrer deg i skjemaet her: Inviter med deg dine venner - så de kan få oppleve den koselige Step Up atmosfæren de også Velkommen ! For spørsmål ta kontakt i Chatten på [www.studiostepup.no](http://www.studiostepup.no) 26/12/2024 Lær å danse i 2025 - fra 2år og oppover. Velg selv hvor mye og hvilke stilarter. På Step Up kan du lære bla.a. Jazz dans, akro/turn, barneballett, freestyle & slow, ballett, mini hip hop, street kids, rullestolhiphop, Musikaldans, mini cheer, girly style, tilrettelagte klasser, Heels, commercial hip hop, og moderne Besøk vår nettside [www.studiostepup.no](http://www.studiostepup.no) og benytt vår chat om du har spørsmål om klasser og aktiviteter Gratis prøvetimer 21/12/2024 Vi holder stengt i helgen, men har åpent 23.desember (og i romjulen ) for gratis dans både barneklasser og ungdom. Sjekk nettsiden under fanen / hva skjer. Ønsker du veiledning om danse og akroklasser benytt vår Chat på nettsiden studiostepup.no Vi ønsker alle en riktig god julehelg 20/12/2024 2025 timeplanen er klar Dans & Akro 2025 Hip Hop, Jazz, Moderne, Commercial, Heels, Barneballett, Akro/turn, Freestyle, Slow, Cheerdance, Musikaldans m.m. 19/12/2024 Step Up holder åpent med gratis aktiviteter i juleferienHer kan du danse bl. annet jazz, moderne og freestyle - pynte pepperkaker og andre juleaktiviteter! Åpent for både medlemmer og ikkemedlemmer. Kanskje du vil teste ut noen dansestiler før du melder deg på til nyåret? Ta med en venn eller kom alene! Tilbudet er gjort mulig med midler fra BUFDIR ( juleaktivitet ) og Nabolagsklubb ( gratis trening) Påmelding og informasjon på nettsiden vår: [www.studiostepup.no/hvaskjer](http://www.studiostepup.no/hvaskjer) 13/12/2024 Bilder runde 1 fra Juleavslutning på Kolben 2024 Takk Thomas Reisæther for flotte bilder [] Bildene viser : Hip hop ( flere kurs ) Jazz ( show jazz ) Show dans Barn 1 Freestyle Slow Para dans Moderne Jazz duo jr 1 ( Norgesmestere ) Rullestol dans ( commercial ) Jazz Fusion Girly Style Yo’ Mamas Hip Hop ( Voksen klasse ) Voksen Dans Oppsal 12/12/2024 EKSTRAJOBB Vi søker trenerassistenter på Step Up. Er du konkurransedanser eller aktiv ungdom på Step Up og vil jobbe ved siden av dansen i 2025 ? Vi har jobb rett etter skoletid, kveld, helg og i ferier. Step Up dekker trenerkurs, aktivitetslederkurs og veiledning underveis. Du må være 14år i 2025. Send en søknad på e-post til [email protected] innen utgangen av 19. desember hvor du forteller litt om hvorfor du tenker dette er noe for deg. 11/12/2024 KJÆRE ALLE MEDLEMMER OG IKKE-MEDLEMMER - VELKOMMEN TIL STEP UP I KVELD! Vi leverer gavene til krisesenter, mødrehjem, barnehjem, fattiguset og barnefamilier  ♥ 06/12/2024 Noen Ledige plasser på Rebecca Davies Camp - Lørdag 7. for ikke-medlemmer. Warm up, 09.30-10.00 / Trening 10.00-12.00 ( Hun ønsker å holde på litt lenger hvis noen ønsker det ). Påmelding : 06/12/2024 Rebecca Davies workshop Lørdag 7.desember kommer selveste Rebecca Davies tilbake til Norge for å holde workshop hos oss. I dag har vi åpnet påmelding for dansere i andre klubber til å delta. Mer info og påmelding finner du her: Spond Club 02/12/2024 Barnedans & Gymlek - Lambertseter Step Ups små, mini og superstjerner siden 2009 på Lambertseter Erfarne og voksne danselærere tar deg med på gøyale og lærerike klasser. Kom og prøv en eller to ganger i desember, eller bli med oss fra januar 2025 ! [www.studiostepup.no/desember](http://www.studiostepup.no/desember) DEL GJERNE 02/12/2024 DKKQ 2024 [] RONJA - EMMA - ISABEL - NELLY - LENA  ♥[] 30/11/2024 Nelly Ovren Elton og Ida P. Jacobsen har deltatt i VM i Polen, med sin rå DUO dans Vi er utrolig stolte av dere og koreograf Christina Hanssen Uken før deltok Nelly i VM i Show dans, med sin Show Solo som også Christina har koreografert. Gratulerer jenter med bra gjennomførte mesterskap ! Legg krav på eller rapporter oppføring Cecille Thoresensvei 9 Oslo 1153 30/12/2024 Meld deg på Mini Cheer eller Dansorama i 2025 for å teste ut hvordan det er å drive med CHEERDANCE En taff kombinasjon med dans og triks, hvor vi bruker Pom Pom’s og lærer koreografi. Vi opptrr på Scenen på Kolben kulturhus i slutten av sesongen. Mulighet for å gå over til konkurranse lag i august. Registrer prøvetime på våre nettsider på studiostepup.no bydelnordstrand 29/12/2024 I morgen 30. desember og nyttårsaften, er det mulig å delta på danseklasser gratis på Studio Step Up Kanskje du trenger å tøye opp noen stive muskler etter julen, eller bare vil teste jazz og moderne med Mira Registrer deg i skjemaet her: Inviter med deg dine venner - så de kan få oppleve den koselige Step Up atmosfæren de også Velkommen ! For spørsmål ta kontakt i Chatten på [www.studiostepup.no](http://www.studiostepup.no) 26/12/2024 Lær å danse i 2025 - fra 2år og oppover. Velg selv hvor mye og hvilke stilarter. På Step Up kan du lære bla.a. Jazz dans, akro/turn, barneballett, freestyle & slow, ballett, mini hip hop, street kids, rullestolhiphop, Musikaldans, mini cheer, girly style, tilrettelagte klasser, Heels, commercial hip hop, og moderne Besøk vår nettside [www.studiostepup.no](http://www.studiostepup.no) og benytt vår chat om du har spørsmål om klasser og aktiviteter Gratis prøvetimer 21/12/2024 Vi holder stengt i helgen, men har åpent 23.desember (og i romjulen ) for gratis dans både barneklasser og ungdom. Sjekk nettsiden under fanen / hva skjer. Ønsker du veiledning om danse og akroklasser benytt vår Chat på nettsiden studiostepup.no Vi ønsker alle en riktig god julehelg 20/12/2024 2025 timeplanen er klar Dans & Akro 2025 Hip Hop, Jazz, Moderne, Commercial, Heels, Barneballett, Akro/turn, Freestyle, Slow, Cheerdance, Musikaldans m.m. 19/12/2024 Step Up holder åpent med gratis aktiviteter i juleferienHer kan du danse bl. annet jazz, moderne og freestyle - pynte pepperkaker og andre juleaktiviteter! Åpent for både medlemmer og ikkemedlemmer. Kanskje du vil teste ut noen dansestiler før du melder deg på til nyåret? Ta med en venn eller kom alene! Tilbudet er gjort mulig med midler fra BUFDIR ( juleaktivitet ) og Nabolagsklubb ( gratis trening) Påmelding og informasjon på nettsiden vår: [www.studiostepup.no/hvaskjer](http://www.studiostepup.no/hvaskjer) 13/12/2024 Bilder runde 1 fra Juleavslutning på Kolben 2024 Takk Thomas Reisæther for flotte bilder [] Bildene viser : Hip hop ( flere kurs ) Jazz ( show jazz ) Show dans Barn 1 Freestyle Slow Para dans Moderne Jazz duo jr 1 ( Norgesmestere ) Rullestol dans ( commercial ) Jazz Fusion Girly Style Yo’ Mamas Hip Hop ( Voksen klasse ) Voksen Dans Oppsal 12/12/2024 EKSTRAJOBB Vi søker trenerassistenter på Step Up. Er du konkurransedanser eller aktiv ungdom på Step Up og vil jobbe ved siden av dansen i 2025 ? Vi har jobb rett etter skoletid, kveld, helg og i ferier. Step Up dekker trenerkurs, aktivitetslederkurs og veiledning underveis. Du må være 14år i 2025. Send en søknad på e-post til [email protected] innen utgangen av 19. desember hvor du forteller litt om hvorfor du tenker dette er noe for deg. 11/12/2024 KJÆRE ALLE MEDLEMMER OG IKKE-MEDLEMMER - VELKOMMEN TIL STEP UP I KVELD! Vi leverer gavene til krisesenter, mødrehjem, barnehjem, fattighuset og barnefamilier  ♥ 06/12/2024 Noen Ledige plasser på Rebecca Davies Camp - Lørdag 7. for ikke-medlemmer. Warm up, 09.30-10.00 / Trening 10.00-12.00 ( Hun ønsker å holde på litt lenger hvis noen ønsker det ). Påmelding : 06/12/2024 Rebecca Davies workshop Lørdag 7.desember kommer selveste Rebecca Davies tilbake til Norge for å holde workshop hos oss. I dag har vi åpnet påmelding for dansere i andre klubber til å delta. Mer info og påmelding finner du her: Spond Club 02/12/2024 Barnedans & Gymlek - Lambertseter Step Ups små, mini og superstjerner siden 2009 på Lambertseter Erfarne og voksne danselærere tar deg med på gøyale og lærerike klasser. Kom og prøv en eller to ganger i desember, eller bli med oss fra januar 2025 ! [www.studiostepup.no/desember](http://www.studiostepup.no/desember) DEL GJERNE 02/12/2024 DKKQ 2024 [] RONJA - EMMA - ISABEL - NELLY - LENA  ♥[] 30/11/2024 Nelly Ovren Elton og Ida P. Jacobsen har deltatt i VM i Polen, med sin rå DUO dans Vi er utrolig stolte av dere og koreograf Christina Hanssen Uken før deltok Nelly i VM i Show dans, med sin Show Solo som også Christina har koreografert. Gratulerer jenter med bra gjennomførte mesterskap ! Legg krav på eller rapporter oppføring Cecilie Thoresensvei 9 Oslo 1153