



# FESTIVALSCHEMA

## MÅNDAG 2 AUGUSTI 2021

# PROVA-PÅ-KLASSER

Vuxen: 60 kr

Ungdom/barn (upp till 12 år)/pensionär 40 kr

HITTA TILL  
LOKALERNA

SCANNA QR-KODEN  
ELLER KLICKA PÅ DEN



STUDIO KARMA

MEVALINS

IN MOTION  
MOVEMENTS  
HOS NORDIC WELLNESS CITY

ANDRUMMET

NORDIC  
WELLNESS CITY

ATMAJALA

SUNDSTA DK  
HOS STADT

EIGHTMAKERS  
SQUAREDANCE  
HOS IOGT

FRISKIS &  
SVETTIS

Yoga och dans  
för hela familjen

Dans & Gymnastik  
för barn & ungdom

Street Dance för  
alla åldrar

Yoga & Tango i en  
härlig kombo

Fitness för hela  
kroppen!

Sätt tonen för dagen

Pardans med Tony

Testa på Amerikansk  
folkdans!  
Perfekt för hela familjen!

Dans på  
Friskis vis!

07.00										07.00
07.30	Kom i bekväma kläder & låna yogamatta på plats!		På med gymnastikskor och bekväma kläder!	Ta med egen yogamatta!			Kom i par! Du och din partner kan testa dansstilarna 1 gång/par under festivalens gång! Inga speciella kläder eller skor behövs!	Passligt för alla då inga hopp eller skutt ingår i rörelsemönstret!		07.30
08.00						MorgonyogaYin/Medi 08.00-09.00 Alla åldrar				08.00
08.30										08.30
09.00			Commercial Hip Hop 09.00-09.55 Barn 8-11 år							09.00
09.30			Commercial Hip Hop 10.00-10.55 Ungdom 12-17 år							09.30
10.00	Yoga Dance Flow 10.00-10.45 Nyb. Vuxen	Showdans 10.00-10.45 Barn 4-6 år		YinYoga 10.00-10.50 Vuxen/Ungdom		Ta med egen yogamatta!				10.00
10.30		Showdans 11.00-11.45 Barn 7-9 år							Dans Soft 10.30-11.15 Ungdom/Vuxen 13 år -	10.30
11.00				YinYoga 11.30-12.20 Vuxen/Ungdom						11.00
11.30			Vi finns hos Nordic Wellness City denna vecka!			Frukostpaket erbjuds efter yogapasset!				11.30
12.00										12.00
12.30										12.30
13.00	Vinyasa flow 13.00-13.45 Nyb. Vuxen	Street Dance 13.00-13.45 Barn 7-9 år								13.00
13.30		Showdans 14.00-14.45 Barn 10-12 år		YinYoga 14.00-14.50 Vuxen/Ungdom						13.30
14.00										14.00
14.30										14.30
15.00							Testa 10-dans! 15.00-15.40 Ungdom 12 år -			15.00
15.30										15.30
16.00		Street Dance 16.00-16.45 Barn 10-12 år		Klasserna bedrivs utomhus (bara vädret tillåter)!			Salsa 16.00-16.40 Nyb. Vuxen	Nya deltagare varje klass, välkommen att testa på en klass!		16.00
16.30		Showdans 17.00-17.45 Ungdom 13år -					Foxtrot 17.00-17.40 Nyb. Vuxen			16.30
17.00	Magdans 17.00-17.45 Nyb. Vuxen									17.00
17.30		Street Dance 18.00-18.45 Ungdom 13 år -			Funktionell Träning 17.20-18.05 Vuxen 18 år -		Swing 18.00-18.40 Nyb. Vuxen	Squaredance 18.00-18.35 Alla åldrar	Dans Fusion 18.00-18.45 Ungdom/Vuxen 13 år -	17.30
18.00					Bodypump 18.15-19.15 Vuxen 18 år -			Squaredance 18.40-19.15 Alla åldrar		18.00
18.30							Tango 19.00-19.40 Nyb. Vuxen	Squaredance 19.20-19.55 Alla åldrar		18.30
19.00										19.00
19.30										19.30
20.00										20.00
20.30										20.30
21.00										21.00



LOKAL:  
Kyrkogatan 11



LOKAL:  
Skeppet" Hantverkaregatan 14



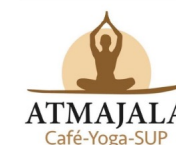
LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Hantverkaregatan 13

NORDICWELLNESS

LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Kvarngränd 5



LOKAL:  
STADT på Lilla Torget



LOKAL:  
Stockholmsvägen 1, vån 2



LOKAL:  
Gustaf Adolfs väg 51

BESÖK FESTIVALKONTORET PÅ LILLA TORGET UNDER FESTIVALENS GÅNG!  
LÄS MER PÅ [www.summerboost.se](http://www.summerboost.se)



# FESTIVALSCHEMA

## TISDAG 3 AUGUSTI 2021

# PROVA-PÅ-KLASSER

Vuxen: 60 kr  
Ungdom/barn (upp till 12 år)/pensionär 40 kr

HITTA TILL  
LOKALERNA

SCANNA QR-KODEN  
ELLER KLICKA PÅ DEN



STUDIO KARMA

MEVALINS

IN MOTION  
MOVEMENTS  
HOS NORDIC WELLNESS CITY

ANDRUMMET

NORDIC  
WELLNESS CITY

ATMAJALA

SUNDSTA DK  
HOS STADT

EIGHTMAKERS  
SQUAREDANCE  
HOS IOGT

FRISKIS &  
SVETTIS

Yoga och dans  
för hela familjen

Dans & Gymnastik  
för barn & ungdom

Street Dance för  
alla åldrar

Yoga & Tango i en  
härlig kombo

Fitness för hela  
kroppen!

Sätt tonen för dagen

Pardans med Tony

Testa på Amerikansk  
folkdans!  
Perfekt för hela familjen!

Dans på  
Friskis vis!

07.00									07.00
07.30	Kom i bekväma kläder & låna yogamatta på plats!		På med gymnastikskor och bekväma kläder!	Kom i par! Du och din partner kan testa en tangoklass/par, välj din tid i schemat!			Kom i par! Du och din partner kan testa dans-stilarna 1 gång/par under festivalens gång! Inga speciella kläder eller skor behövs!	Passligt för alla då inga hopp eller skutt ingår i rörelsemönstret!	07.30
08.00						Morgonyoga Yin/Medi 08.00-09.00 Alla åldrar			08.00
08.30									08.30
09.00			Commercial Hip Hop 09.00-09.55 Nyb. Vuxen						09.00
09.30									09.30
10.00	Barnyoga med dansrörelser 10.00-10.45 Barn	Dansakrobatik/Gymnastik 10.00-10.45 Barn 4-6 år	Commercial Hip Hop 10.00-10.55 Nyb. Vuxen			Ta med egen yogamatta!			10.00
10.30									10.30
11.00		Dansakrobatik/Gymnastik 11.00-11.45 Barn 7-9 år						Step Explode 10.30-11.15 Ungdom/Vuxen 13 år -	11.00
11.30			Vi finns hos Nordic Wellness City denna vecka!			Frukostpaket erbjuds efter yogapasset!			11.30
12.00									12.00
12.30									12.30
13.00	Happy Yoga moves 13.00-13.45 Nyb. Vuxen							Squaredance 13.00-13.35 Alla åldrar	13.00
13.30									13.30
14.00				Tango for two! (1-3 par) 14.00-14.45 Nyb. Vuxen				Squaredance 13.40-14.15 Alla åldrar	14.00
14.30									14.30
15.00		Dansakrobatik/Gymnastik 15.00-15.45 Barn 10-12 år		Tango for two! (1-3 par) 15.00-15.45 Nyb. Vuxen			Testa 10-dans! 15.00-15.40 Ungdom 12 år -	Squaredance 14.20-14.55 Alla åldrar	15.00
15.30									15.30
16.00				Tango for two! (1-3 par) 16.00-16.45 Nyb. Vuxen			Salsa 16.00-16.40 Nyb. Vuxen	Nya deltagare varje klass, välkommen att testa på en klass!	16.00
16.30									16.30
17.00		Dansakrobatik/Gymnastik 17.00-17.45 Ungdom 13år -		Tango for two! (1-3 par) 17.00-17.45 Nyb. Vuxen	PE Performance 17.00-17.30 Vuxen 18 år -		Foxtrot 17.00-17.40 Nyb. Vuxen		17.00
17.30	Bollywood Dans 17.00-19.00 Nyb. Vuxen								17.30
18.00				Tango for two! (1-3 par) 18.00-18.45 Nyb. Vuxen	Cross Challenge 17.45-18.30 Vuxen 18 år -		Swing 18.00-18.40 Nyb. Vuxen	Dans Soft 17.30-18.15 Ungdom/Vuxen 13 år -	18.00
18.30									18.30
19.00							Bachata 19.00-19.40 Nyb. Vuxen		19.00
19.30									19.30
20.00									20.00
20.30									20.30
21.00									21.00



LOKAL:  
Kyrkogatan 11



LOKAL:  
Skeppet Hantverkaregatan 14



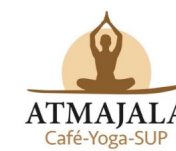
LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Hantverkaregatan 13

NORDICWELLNESS

LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Kvarngränd 5



LOKAL:  
STADT på Lilla Torget



LOKAL:  
Stockholmsvägen 1, vån 2



LOKAL:  
Gustaf Adolfs väg 51

BESÖK FESTIVALKONTORET PÅ LILLA TORGET UNDER FESTIVALENS GÅNG!  
LÄS MER PÅ [www.summerboost.se](http://www.summerboost.se)



# FESTIVALSCHEMA

ONSDAG 4 AUGUSTI 2021

## PROVA-PÅ-KLASSER

Vuxen: 60 kr  
Ungdom/barn (upp till 12 år)/pensionär 40 kr

HITTA TILL  
LOKALERNA

SCANNA QR-KODEN  
ELLER KLICKA PÅ DEN



STUDIO KARMA

MEVALINS

IN MOTION  
MOVEMENTS  
HOS NORDIC WELLNESS CITY

ANDRUMMET

NORDIC  
WELLNESS CITY

ATMAJALA

SUNDSTA DK  
HOS STADT

EIGHTMAKERS  
SQUAREDANCE  
HOS IOGT

FRISKIS &  
SVETTIS

Yoga och dans  
för hela familjen

Dans & Gymnastik  
för barn & ungdom

Street Dance för  
alla åldrar

Yoga & Tango i en  
härlig kombo

Fitness för hela  
kroppen!

Sätt tonen för dagen

Pardans med Tony

Testa på Amerikansk  
folkdans!  
Perfekt för hela familjen!

Dans på  
Friskis vis!

07.00									07.00		
07.30	Kom i bekväma kläder & låna yogamatta på plats!		På med gymnastikskor och bekväma kläder!	Ta med egen yogamatta!				Kom i par! Du och din partner kan testa dansstilarna 1 gång/par under festivalens gång! Inga speciella kläder eller skor behövs!	Passligt för alla då inga hopp eller skutt ingår i rörelsemönstret!	07.30	
08.00										08.00	
08.30						Morgonyoga Yin/Medi 08.00-09.00 Alla åldrar				08.30	
09.00			Commercial Hip Hop 09.00-09.55 Nyb. alla åldrar							09.00	
09.30			Commercial Hip Hop 10.00-10.55 Barn 8-11 år							09.30	
10.00	Inner moves - lyssna till dina inre rörelser! 10.00-10.45 Nyb. Vuxen	Showdans 10.00-10.45 Barn 4-6 år		YinYoga 10.00-10.50 Vuxen/Ungdom		Ta med egen yogamatta!				10.00	
10.30		Showdans 11.00-11.45 Barn 7-9 år		YinYoga 11.30-12.20 Vuxen/Ungdom						10.30	
11.00			Vi finns hos Nordic Wellness City denna vecka!							11.00	
11.30						Frukostpaket erbjuds efter yogapasset!				11.30	
12.00										12.00	
12.30										12.30	
13.00		Street Dance 13.00-13.45 Barn 7-9 år							Nya deltagare varje klass, välkommen att testa på en klass!	13.00	
13.30		Showdans 14.00-14.45 Barn 10-12 år		YinYoga 14.00-14.50 Vuxen/Ungdom						13.30	
14.00										14.00	
14.30										14.30	
15.00										15.00	
15.30								Testa 10-dans! 15.00-15.40 Ungdom 12 år -		15.30	
16.00		Street Dance 16.00-16.45 Barn 10-12 år		Klasserna bedrivs utomhus (bara vädret tillåter)!				Salsa 16.00-16.40 Nyb. Vuxen		16.00	
16.30										16.30	
17.00	Yoga Dance Flow 17.00-17.45 Nyb. Vuxen	Showdans 17.00-17.45 Ungdom 13år -						Foxtrot 17.00-17.40 Nyb. Vuxen		17.00	
17.30						PE Performance 17.20-18.15 Vuxen 18 år -				17.30	
18.00		Street Dance 18.00-18.45 Ungdom 13 år -						Swing 18.00-18.40 Nyb. Vuxen	Squaredance 18.00-18.35 Alla åldrar	Dans Fusion 18.00-18.45 Ungdom/Vuxen 13 år -	18.00
18.30										18.30	
19.00	Magdans 19.00-19.45 Nyb. Vuxen					Body Balance 18.45-19.30 Vuxen 18 år -			Squaredance 18.40-19.15 Alla åldrar		19.00
19.30								Tango 19.00-19.40 Nyb. Vuxen	Squaredance 19.20-19.55 Alla åldrar		19.30
20.00										20.00	
20.30										20.30	
21.00										21.00	



LOKAL:  
Kyrkogatan 11



LOKAL:  
Skeppet" Hantverkaregatan 14



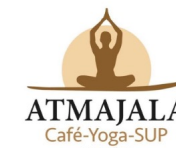
LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Hantverkaregatan 13

NORDICWELLNESS

LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Kvarngränd 5



LOKAL:  
STADT på Lilla Torget



LOKAL:  
Stockholmsvägen 1, vän 2



LOKAL:  
Gustaf Adolfs väg 51

BESÖK FESTIVALKONTORET PÅ LILLA TORGET UNDER FESTIVALENS GÅNG!  
LÄS MER PÅ [www.summerboost.se](http://www.summerboost.se)



# FESTIVALSCHEMA

## TORSDAG 5 AUGUSTI 2021

# PROVA-PÅ-KLASSER

Vuxen: 60 kr

Ungdom/barn (upp till 12 år)/pensionär 40 kr

HITTA TILL  
LOKALERNA

SCANNA QR-KODEN  
ELLER KLICKA PÅ DEN



STUDIO KARMA

MEVALINS

IN MOTION  
MOVEMENTS

HOS NORDIC WELLNESS CITY

ANDRUMMET

NORDIC  
WELLNESS CITY

ATMAJALA

EIGHTMAKERS  
SQUAREDANCE

HOS IOGT

FRISKIS &  
SVETTIS

Yoga och dans  
för hela familjen

Dans & Gymnastik  
för barn & ungdom

Street Dance för  
alla åldrar

Yoga & Tango i en  
härlig kombo

Fitness för hela  
kroppen!

Sätt tonen för dagen

Testa på Amerikansk  
folkdans!  
Perfekt för hela familjen!

Dans på  
Friskis vis!

07.00								07.00
07.30	Kom i bekväma kläder & låna yogamatta på plats!		På med gymnastikskor och bekväma kläder!	Kom i par! Du och din partner kan testa en tangoklass/par, välj din tid i schemat!			Passligt för alla då inga hopp eller skutt ingår i rörelsemönstret!	07.30
08.00						Morgonyoga Yin/Medi 08.00-09.00 Alla åldrar		08.00
08.30								08.30
09.00			Commercial Hip Hop 09.00-09.55 Nyb. Vuxen					09.00
09.30							Dans Soft 09.00-09.45 Ungdom/Vuxen 13 år -	09.30
10.00	Barn/Familjeyoga med dansglädje! 10.00-10.45 För hela familjen	Dansakrobatik/Gymnastik 10.00-10.45 Barn 4-6 år	Commercial Hip Hop 10.00-10.55 Ungdom 12-17 år			Ta med egen yogamatta!		10.00
10.30								10.30
11.00		Dansakrobatik/Gymnastik 11.00-11.45 Barn 7-9 år		Tango for two! (1-3 par) 11.00-11.45 Nyb. Vuxen				11.00
11.30			Vi finns hos Nordic Wellness City denna vecka!			Frukostpaket erbjuds efter yogapasset!		11.30
12.00				Tango for two! (1-3 par) 12.00-12.45 Nyb. Vuxen				12.00
12.30								12.30
13.00				Tango for two! (1-3 par) 13.00-13.45 Nyb. Vuxen			Squaredance 13.00-13.35 Alla åldrar	13.00
13.30								13.30
14.00				Tango for two! (1-3 par) 14.00-14.45 Nyb. Vuxen			Squaredance 13.40-14.15 Alla åldrar	14.00
14.30								14.30
15.00	Ground-Connect-Express 15.00-15.45 Nyb. Vuxen	Dansakrobatik/Gymnastik 15.00-15.45 Barn 10-12 år					Squaredance 14.20-14.55 Alla åldrar	15.00
15.30								15.30
16.00							Nya deltagare varje klass, välkommen att testa på en klass!	16.00
16.30								16.30
17.00	Magdans 17.00-17.45 Nyb. Vuxen	Dansakrobatik/Gymnastik 17.00-17.45 Ungdom 13år -						17.00
17.30								17.30
18.00					Cross Challenge 17.50-18.35 Vuxen 18 år -			18.00
18.30							Step 18.00-18.45 Ungdom/Vuxen 13 år -	18.30
19.00					AfHo 18.45-19.30 Vuxen 18 år -			19.00
19.30								19.30
20.00								20.00
20.30								20.30
21.00								21.00



LOKAL:  
Kyrkogatan 11



LOKAL:  
Skeppet Hantverkaregatan 14



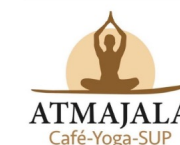
LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Hantverkaregatan 13

NORDICWELLNESS

LOKAL:  
Kvarngränd 1



LOKAL:  
Kvarngränd 5



LOKAL:  
Stockholmsvägen 1, vån 2



LOKAL:  
Gustaf Adolfs väg 51

BESÖK FESTIVALKONTORET PÅ LILLA TORGET UNDER FESTIVALENS GÅNG!  
LÄS MER PÅ [www.summerboost.se](http://www.summerboost.se)