

LANDSFORENINGEN
DANSK SENIOR DANS



Årets Gang²⁰⁰⁹



Nr. 3 - Juli 2009 - Årgang 24



Formand
Solveig Baunsgaard
 Østerbjerg 5, 7620 Lemvig
 Tlf. 97 88 44 02
 E-mail: solveig@baunsgaard.dk



Næstformand og sekretær
Anne-Mari Hartoft
 Firhøj 21, 2690 Karlslunde
 Tlf. 46 15 05 70
 Fax 46 15 05 72
 E-mail: anne-mari.hartoft@mail.tele.dk



Kasserer
Bo Røyen
 Fjelsevangvej 8, 6933 Kibæk
 Tlf. 97 19 20 08
 E-mail: boroyen@hotmail.com



Redaktør af Årets Gang
Birthe Krøjgaard
 Vermunds Vænge 4, 5800 Nyborg
 Tlf. 65 31 27 54
 E-mail: birthe.krojgaard@mail.tele.dk



Birthe Mikkelsen
 Østergade 35F 1. th., 8300 Odder
 Tlf. 86 54 54 83
 E-mail: birthe.riis@mikkelsen.mail.dk



Lisbeth Christiansen
 Slagelsevej 24, Skørpinge
 4200 Slagelse
 Tlf. 58 18 62 03
 E-mail: lisbchr@yahoo.dk



Solveig Christiansen
 Herredsvejen 166
 Troestrup, 9500 Hobro
 Tlf. 98 54 69 63
 E-mail: solveig@troestrup.dk



1. suppleant
Gerda Jensen
 Hylkedalvej 136, 6640 Lunderskov
 Tlf. 75 59 42 29
 E-mail: gks.dk@post.tele.dk



2. suppleant
Lene Damkjær
 Mårebyvej 38, Måre, 5853 Ørbæk
 Tlf. 65 98 17 73
 E-mail: lene.damkjaer@privat.dk

Vigtige informationer

Landsforeningens sekretariatsadresse er:
Postbox 22, Østergade 14, 8370 Hadsten

Telefontider: Torsdage kl. 10.00-12.00
 Fredage kl. 10.00-12.00

Telefon 86 91 51 20
Telefax 86 91 51 29
Bankkonto 7270-1025198
Giro 24 54 823

Landsforeningens kontor er lukket i juli måned. Hovedbestyrelsen kan evt. besvare spørgsmål.

Landsforeningens hjemmeside findes på **www.danskseniordans.dk** – Landsforeningens e-mail adresse er **ldsd@mail.dk**

Forsiden:

Landsforeningens nye fane.

Årets Gang

Årets Gang udkommer medio januar, april, juli og oktober.

Deadline for materiale til oktober-nummeret: 1. sep. 2009.

Sendes til

Birthe Krøjgaard, Vermunds Vænge 4, 5800 Nyborg, tlf. 65 31 27 54
E-mail: birthe.krojgaard@mail.tele.dk

Vedhæftede filer, der ikke er skrevet i Word, bedes I venligst gemme og sende i RTF format.

Når I sender meddelelser til aktivitetskalenderen, bedes I venligst skrive for hvilken region, I ønsker meddelelsen bragt.

UDEBLIVELSE AF BLAD OG MEDLEMSREGISTRERING

ring venligst til
 Landsforeningens sekretariat,
 tlf. 86 91 51 20

Landsforeningen Dansk Senior Dans

Årsberetning 2009

Som altid begynder vi året med at samle repræsentanter fra de *13 regioner til årsmøde*. I 2008 blev det holdt i Fåborg med deltagelse af 3 fra hver region. Her er der mulighed for at drøfte, hvad der sker ude i de forskellige landsdele. Vi udveksler erfaring og ideer til nye tiltag i foreningen. Regionerne får lejlighed til at snakke med hinanden, og hovedbestyrelsen får indblik i, hvad der rører sig i dansekredsene.

Generalforsamlingen blev holdt i Vildbjerg, der ligger mellem Holstebro og Herning. Det er et sted, vi er blevet meget glade for at bruge, det ligger nær ved banen, og der er mulighed for at overnatte.

Vi ser nu, at når vi flytter generalforsamlingen rundt i landet, kommer de lokale dansere for at høre nyt fra foreningen, og det finder jeg meget positivt.

Når dansen slutter i foråret, tages der fat på alle sommeraktiviteterne. *Højskoleophold, dansefritider og rejser*. Og vi har stor opbakning til de ting. At tilbringe en uge på højskole er en oplevelse for livet. Det samspil, der er mellem sang, foredrag, dans og udflugter, er en herlig kombination – jeg kan anbefale alle, der endnu ikke har oplevet det, - at melde sig til et højskoleophold. – Men for en danseleder er det en balancegang. Højskolerne er åbne for alle, - også de, der aldrig før har danset seniordans. Derfor skal dansen ofte tilpasses en meget varieret gruppe, så alle får en god oplevelse med sig hjem. Dansefritider er for seniordansere. Der kan vi i annoncen skrive, om

der lægges vægt på lette danse, eller danse af større sværhedsgrad. Så kan den enkelte vurdere hjemmefra, om det er en udfordring, man vil tage op. Ring til danselederne og hør nærmere, hvis I er i tvivl.

Danseleder uddannelsen, der består af 3 grundkurser og diverse suppleringskurser, holder vi dels på højskoler og de senere år på Vildbjerg sportscenter. Her må vi appellere til jer alle om at holde øjne og ører åben for at finde egnede emner til ny danseledere. Det er virkelig ved at være et problem. Det er meget nedslående, når vi bliver bedt om at finde en danseleder til at overtage et hold, at skulle sige, at vi ingen har til at hjælpe med dansen. Et nyt tilbud til danseledere, der har de 3 grundkurser, er et *suppleringskursus*, der holdes i Ry ved Silkeborg. Solveig og Lisbeth er blevet opfordret til at lave et fortsætterkursus, der skal komme efter kursus 3. Der er en annonce i aprilbladet, hvor I kan læse mere om det.

Unesco har valgt d. 29. april til *dansens dag* – det har den været i flere år, men det er først de senere år, det rigtig er gået op for seniordanserne, at det gælder også os. I 2008 blev dagen fejret enkelte steder i landet, men i år er der blevet danset rigtig meget. På tværs af mange danseformer – eller seniordans, hvor flere dansegrupper går sammen om at synliggøre glæden ved at danse.

Der er blevet tradition for, at vi hvert 3. år har *landsledertræf* – i 2008 var det Nordsjælland, Roskilde, Bornholmsregionen, der var vært. Vi havde 3 herlige dage i Hil-

lerød på Grundtvigs Højskolen. Vi siger en stor tak til regionen for et godt tilrettelagt dansesamvær.

Her indviede vi vores nye CD nr. 16. Igen en rigtig god Cd med 18 dejlige danse til ny-indspillet musik. Dansene bruges flittigt, vi møder dem ofte både til stævner og fester. Også udlandet, især Norge og Tyskland, har vist interesse og købt mange af de CDer, vi har fået fremstillet.

Siddedans nr. 2 er nu til salg for brug på plejehjem og andre steder, hvor der er aktiviteter for ældre, der ikke kan danse gående. Det er vanskeligt at forestille sig, hvor meget arbejde, der går forud med at lave dansebeskrivelser, finde musik og få den indspillet. En stor tak til udvalget, der har arbejdet med den. Vi håber, den vil blive ligeså populær som *Siddedans 1*, - den har vi solgt rigtig mange af både i Danmark og i udlandet, - særlig i de nordiske lande.

"Årets gang" vores medlemsblad, der er bindeleddet mellem medlemmerne og hovedbestyrelsen. 4 gange årligt dumper det ind gennem brevsprækken, forudsat - kontingentet er betalt, der er meldt flytning og at postvæsenet vil. Der sker stadigvæk fejl ved leveringen, men ring til kontoret, så prøver vi at finde fejlen, og i alle tilfælde får I et blad med posten dagen efter. Bett Krøjgaard, vores redaktør er altid glad for artikler og billeder – deadline ses i bladet side 2.

Kontoret i Hadsten er stedet, hvor vi har samlet de administrative opgaver. Forsendelse af bestilte materialer og blade – bogholderiet og registrering af medlemmer. Vi siger en stor tak til Kirsten og Kai, fordi de varetager foreningens interesser på bedste vis. Ligeledes en stor tak til danselederne, der sender girokort og penge for deres med-

lemmer, når der skal betales kontingent. Det er en stor lettelse for registreringen.

Af *fremtidige aktiviteter* kan nævnes det nordiske danseledertræf, der er i Danmark i aug. 2009. Vi havde allerede i nov. 2007 det første møde med repræsentanter fra de nordiske lande. Det skal holdes i Vildbjerg, og arbejdsgruppen har travlt med at planlægge aktiviteter for vore gæster i den uge de er her.

Maj 2010 er der International danseleder kongres i Frankrig. Der har Danmark fået 30 pladser, og der er stadig mulighed for at melde sig til det.

Vi har indledt et samarbejde med Susanne Mose, der er en dygtig leder af linedance i Danmark, om fremstilling af en ny CD med musik og dansebeskrivelser til linedance. Det er en danseform, der er meget fremme i tiden. Og som der så viselig bliver sagt, de bliver jo også ældre, men vil gerne fortsætte med at danse.

Vi er allerede begyndt at samle danse til den næste CD nr. 17. Dertil har vi efterlyst gode danse, der trænger til ny musik. Vi har utrolig mange fine danse, hvor musikken kun findes på kassettebånd, nu har vi mulighed for at få lavet ny indspilning af dem.

Først i juni bliver der et lille kursus for instruktører i rollatordans. Solveig Christiansen har lavet aftale med den hollandske instruktør Ondine de Hullu, som kommer til Danmark med et kursus i kørestolsdans. I forlængelse af det, bliver der så en smagsprøve på, hvad rollatordans er.

Til slut vil jeg gerne takke alle for stor opbakning og medleven i foreningens aktiviteter. Tak til kolleger i bestyrelsen og alle vore samarbejdspartnere, der hver især er med til at give Dansk Senior Dans vind i sejlene.

S.B.



Som I kan se af fotoet, har vor fane fået broderet vor dansekreds på begge sider. Som det fremgår af fotoet, er det en meget enkelt og tydelig broderi, som i høj grad fanger opmærksomheden.

Danseskoene er lagt på hylden:

En tirsdag i april var seniordanserne fra Hadsund på udflugt til Støvring Højskole som afslutning på vinterens 26 lektioner i dans under ledelse af ægteparret Ester og Harry Johansen.

Højskolens nye forstander har ændret skolens kurs, efter den megen skrivi i presen om skolens økonomi, siger Aksel Kristiansen, og oplyser videre, at forstanderen fortalte i et spændende foredrag om dagligdage og problemerne for eleverne, der kæmpede mod overvægt og hvor vigtig det var, at livsstilen i hverdagen blev ændret til

sunde madvaner og motion. Efter kaffen og kagen fik de 34 deltagere en sidste dans inden sommerferien.

20 år med seniordans:

Ester Johansen, Hadsund kan i år fejre 20 års jubilæum som underviser i seniordans, heraf i Hadsund siden 1992.

Ester, der får hjælp af sin mand Harry, har i vinter undervist ikke færre end 60 ivrige dansere på to ugentlige hold, der understreger parrets popularitet og undervisningsevner.

H.H.R

Generalforsamling 2009



Søndag den 3. maj holdt vi i Landsforeningen Dansk Senior Dans vores årlige generalforsamling på Esbjerg Højskole. Omkring 135 medlemmer havde valgt at lægge vejen forbi Esbjerg denne dag, hvor arrangementet startede med frokost og en sang. Herefter kunne den egentlige generalforsamling tage sin begyndelse.

Som snart mange gange før sagde vores revisor Morten Bruun Jakobsen ja til at blive valgt som dirigent, og han kunne konstatere, at generalforsamlingen var indkaldt i overensstemmelse med foreningens vedtægter. Formand Solveig Baunsgaard aflagde derpå sin beretning, der straks blev taget til efterretning uden spørgsmål eller kommentarer. Selve årsberetningen kan læses andet steds i bladet. Kasserer Bo Røyen gav en grundig gennemgang af foreningens regnskab, som efterfølgende blev taget til efterretning. Punkt 4 på dagsordenen drejede sig om ind-

komne forslag, og her skulle bare et enkelt forslag behandles, nemlig bestyrelsens forslag om en tilføjelse til § 5, stk.5 i Vedtægterne for Regionerne under Landsforeningen Dansk Senior Dans, således at meningen med paragraffen blev præciseret. Det drejede sig på ingen måde om en ændring i vedtægterne, men blot om en tilføjelse, der skal tydeliggøre paragraffens indhold. Paragraffen omhandler fristen for indsendelse af forslag til behandling på regionsgeneralforsamlingerne, men i modsætning til Landsforeningens vedtægter står det ikke specifikt i regionernes vedtægter, at fristen ikke kun glæder forslag af generel art, men også forslag til kandidater til poster i bestyrelsen. Det vil sige, at man ikke på selve generalforsamlingen kan opstille kandidater. Da det har vist sig, at man på nogle regionsgeneralforsamlinger har været i tvivl om, hvordan man skulle forstå paragraffen, har bestyrelsen valgt at fremkomme med forsla-

get om at lave en tilføjelse til §5, stk. 5, så den får følgende ordlyd: ”Forslag, der ønskes behandlet på regionsgeneralforsamlingen **og forslag til kandidater til bestyrelsen**, må være formanden i hænde senest 14 dage før regionsgeneralforsamlingen. Efter nogen debat blev forslaget vedtaget med 89 stemmer for og 27 stemmer mod.

Næste punkt handlede om valg til bestyrelsen. Der var tre kandidater på valg: Birthe Krøjgaard, Birthe Mikkelsen og Anne-Mari Hartoft. Da alle tre var villig til genvalg og ingen andre havde ønsket at stille op, var alle tre automatisk genvalgt. Efterfølgende blev Gerda Jensen og Lene Damkjær valgt som suppleanter, eftersom Anne Olsson havde meddelt, at hun pga. sygdom ikke ønskede at genopstille.

Tilbage var så blot at vælge repræsentant til Dansk Sportsdanserforbunds amatør- og ordensudvalg: Anne-Mari Hartoft genvalgtes; vælge revisor: Morten Bruun Jakobsen genvalgtes.; og fastsætte kontingentet for næste år: bestyrelsens forslag om uændret kontingent i 2009 blev vedtaget uden debat.

Under Eventuelt var der bl.a. diskussion og spørgsmål vedrørende Regionspuljen, terminologi og navne på dansene, Lederposten, og DGI's landsstævne i Holbæk.

Sluttelig takkede Solveig Baunsgaard Morten for hans indsats som dirigent og de fremmødte for deres deltagelse i generalforsamlingen; dirigenten takkede for god ro og orden under generalforsamlingen og efter en sang var det tid til kaffe og dans.

Anne-Mari Hartoft

Udvalg 2009 – 2010

Forretningsudvalg:

Solveig B.
Anne-Mari
Bo Røyen.

Bladudvalg:

Birthe Krøjgaard
Anne-Mari
Solveig B.
Birthe Mikkelsen.

Danse/Musik udvalg/uddannelsesudvalg:

Solveig B.
Gerda
Solveig Chr.
Anne-Mari
Lisbeth
Aase Henningsen
Birthe Mikkelsen
Eva Schmidt.

Kørestolsdans:

Solveig Chr.
Anne-Mari

Årsmøde udvalg:

Lisbeth,
Beth
Bo
Lene.

Rejse/højskole/dansefritid:

Solveig B.
Lisbeth
Birthe Mik.
Bett Krøjgaard
Lene Damkjær.

PR udvalg:

Birthe Mikkelsen
Birthe Krøjgaard
Solveig B.
Gerda.



Indlæg til "Årets Gang"

Jeg har mødt en del kritik af den måde jeg ledede generalforsamlingen på i Brønderslev d. 28/2 2009.

Jeg vil gerne redegøre for generalforsamlingens forløb, og knytte en kommentar til de beslutninger, der senere blev truffet på landsforeningens generalforsamling i Esbjerg.

På generalforsamlingen i Brønderslev blev der foreslået en person, som ikke var tilstede. Hvilket fik nogle til at protestere om lovligheden, når den pågældende person ikke havde givet skriftligt tilsagn.

Jeg havde forinden generalforsamlingen læst loven grundigt igennem og kunne se, at loven ikke tog stilling til netop dette problem. Så der var ikke andre muligheder end at sætte spørgsmålet til afstemning. Generalforsamlingen er jo foreningens øverste myndighed.

Afstemningen fik det resultat, at der ikke var noget problem i at den pågældende kunne vælges. Jeg havde dermed ikke andre muligheder end at følge flertallets beslutning.

Jeg har så efterfølgende hørt at netop dette spørgsmål førte til en diskussion og beslutning på Landsforeningens generalforsamling i Esbjerg.

En beslutning om at alle forslag skal være bestyrelsen i hænde 14 dage før en generalforsamling også forslag til bestyrelse.

Det kan man da ikke.

Det fratager medlemmerne retten til at stille forslag til bestyrelsesvalg på selve generalforsamlingen.

Hvad så hvis der ikke kommer nogen forslag?

Så er der kun tilbage at holde en ekstraordinær generalforsamling.

Ellers må den siddende bestyrelse til at finde nogle emner. Det er vist det man kalder selvsupplerende.

Det står i skærende kontrast til at generalforsamlingen er foreningens øverste myndighed.

Jeg foreslår at denne beslutning ændres på næste generalforsamling så der kommer til at stå;

FORSLAG TIL BESTYRELSE SKAL LEDSAGES AF SKRIFTLIGT TILSAGN HVIS IKKE PERSONEN ER TILSTEDE.

Så enkelt kan det gøres.

*Venlig hilsen
Peter Jacobsen, Sæby.
bpjacobsen@privat.dk*

DANSENS DAGE i Sorø fik et fantastisk forløb



D. 29. april gik jeg om morgenen i æteren på P4 fra Næstved, hvor studieværten ”danske” i kørestol, og jeg fik lejlighed til at fortælle om denne særlige danseform.

Derefter direkte til Sorø Rådhus, hvor borgmesteren førte LANDSBYKVADRILLEN fra Slaglille-Bjernede ind i foyeren, hvor der i en særforestilling for personalet blev danset Les Lanciers og en omgang ballerock (det lokale kælenavn for siddedans).

D. 1. maj var der dans fra kl. 12 til kl. 22 i Sorø Kultur- og Fritidscenter. Mange for-

skellige dansearter fik lejlighed til at give opvisning eller invitere til kom-og-prøv, og der var premiere på LDSD's sidste tiltag, nemlig rollatordans.

Vi havde den glæde, at Aase Henningsen kom helt fra Brønderslev for at være med. TV2 var til stede og optog et indslag med kørestolsdans og rollatordans.

Lisbeth Christiansen var som sædvanlig en stor støtte for os, og sammen med nogle af vores egne instruktører, fik hun hen over hele dagen demonstreret seniordans, så alle fik en fin oplevelse af dansens mange muligheder.

Aftenen sluttede med, at Lisbeth instruerede publikum og gæster i Lille Figaro, og så blev der danset til candle light.

På vegne af Sorø Handicap Forening vil jeg gerne takke alle, der var med til at gøre denne dag festlig - ikke mindst seniordanserne, som i de fine blå bluser gjorde flot PR for vores dejlige dans.

Jette Panse

Dans uden duft og kemi

Det er vist almindelig kendt, at nogle mennesker ikke kan tåle duft af parfume, men det er mindre kendt, at der findes en lignende overfølsomhed, der dog rækker langt videre.

Det er duft og kemikalieoverfølsomhed, som på ”dansk” kaldes MCS, fordi dens engelske navn er Multiple Chemical Sensitivity.

Prøv at ”google”, så kan man læse mere. I samarbejde med MCS Danmark inviterer vi derfor til dans uden dufte og kemi, hvor alle er velkommen på de givne betingelser.

Se under regionale aktiviteter!

Ring gerne til mig for yderligere oplysninger.

Jette Panse
tlf. 5783 4347

Rollatordans

I januar skrev Ondine de Hullu (hun er hollænder og den ene af kørestolsdansens 2 mødre) på Sorø Handicap Forening's hjemmeside, om vi ikke ville tage rollatordans på programmet. Hun foreslog, at hun kunne arrangere et instruktørkursus i Vildbjerg, når hun alligevel er i Danmark i begyndelsen af juni, men at der også var kursus i Holland i påsken, hvis vi ikke kunne vente - og det kunne vi selvfølgelig ikke.

Aase Henningsen, Irene Brandt, Jette Eisvang og jeg selv fortrød heller ikke denne tur, og vi fandt ud af, at rollatordans virkelig er et godt alternativ for folk, der tror, at der ikke er andre muligheder end sofahjørnet og strapudemaj!!!

Desuden var DANSENS DAGE jo helt perfekt til Danmarkspremieren.

I Sorø er vi så heldige, at kommunen gratis udlåner rollatorer til vores instruktører, og at man også viser interesse for at bruge



rollatordans som et tilbud om motion og bevægelse til musik.

Rollatordans kan udmærket kombineres med siddedans, lettere seniordans og kørestolsdans, som kommunen i forvejen bruger os til, så vi har nu i SHF fået udvidet vores vifte af gode muligheder i dansens verden.

Rollatordans i Vildbjerg

Kursus i rollatordans med Ondine de Hullu fra Holland som instruktør. Det var en betagende oplevelse at mærke hendes smittende begejstring for aktiviteten.

En ny og spændende form for motion og bevægelse til kendte og iørefaldende melodier.

Hendes ønske var, at kendskabet til rollatordans ville komme ud blandt alle vore brugere og personaler i ældresektoren.



Dansens dag i Horsens



I år havde Kulturudvalget i Horsens Kommune inviteret til "Dansens Dag" fredag d. 1 maj. Vi blev spurgt, om vi ville deltage, og det ville danserne gerne.

Vi var det ældste hold, der deltog.

Der var Linedance – Latin – Mavedans – Hip-hop -
Seniordans – Tromme og Salsa Dans.

Det var et fint arrangement med dans 3 steder i byen.

Efter optræden var der boller med pålæg, te/kaffe.

Det sluttede med Vickie Jo – som underviste i en show dans.

En fin eftermiddag.

Ester og Tove-Marie

Kørestolsdans

I påsken deltog vi også i en konference om kørestolsdans, og det var fantastisk interessant - men også tankevækkende at se, hvor langt andre lande er nået i forhold til, hvad vi selv kan præstere i Danmark.

I mange lande foregår kørestolsdans i regi af raskdans, og i Holland er kørestolsdansen netop overflyttet fra Handicap Idrætsforbundet til Amatør Sports Danserne.

Der blev opfordret til, at man søger kontakt og samarbejde med raskdansen, og i den forbindelse er det interessant og glædeligt, at LDSD jo allerede ER associeret medlem af Dansk Sportsdanser Forbund, så der skal ikke startes helt fra bunden, når der skal sættes ind overfor kørestolsdansens fremtid i Danmark.

Jette Panse

Højskoler og fællesskab

Ved en afslutningsfest på et kursus i år, var der en kursist, der rejste sig op og sagde tak for et godt kursus. Det var for så vidt pænt sagt. Men hun tilføjede en sætning mere: "...og tak, fordi I vil arrangere kurser for alle os ensomme".

Da måtte jeg tage til genmæle. For det første, er det en selvfølge at vi gider. Vi arrangerer kurser, fordi vi selv er engageret og optaget af det, vi tilbyder på alle vore kurser.

Men, er det "ensomme" vi henvender os til? Det kan da godt være, vi gør. Der er bare den hage ved det, at jeg aldrig har mødt de ensomme på højskolen. De ensomme kommer ingen steder! Det er jo derfor, de er ensomme!

På højskolen kommer en masse enlige. Men det er en hel anden sag. Det er netop kursernes styrke, at folk søger et fællesskab på højskolerne. Jeg tror, at mønstret er det samme i de hundredvis foreninger vi har i Danmark. Mennesker der møder op i foreninger, søger et fællesskab. Her er de ensomme også meget velkomne - men kommer ikke.

Det er klart, at der sidder en hel række mennesker, som ikke kommer nogen steder. Nogle kan af helbredsmæssige årsager ikke komme af sted. Men så er der dem, som gerne vil ud blandt andre mennesker, vil et fællesskab, men ikke rigtigt "tør" tage af sted første gang til et møde, eller et højskolekursus. Her er det blot et spørgsmål om tid og måske en tilfældighed, som gør, at man kommer af sted. Det kan være en

nabo, ven, veninde eller slægtning som siger: "Kunne du ikke tænke dig at tage med mig på højskole.

Det vil de fleste ikke sådan lige huhej. Højskole - nej jeg har sandelig gået nok i skole i min tid. Og det koster jo penge! Og værst af alt - hvem skal passe mine blomster, mens jeg er væk. Hvad med tyveknægte og andre ufredsfolk, de kan frit rende med hele mollevitten. Problemer og forhindringer er der nok af. Hvis man mangler undskyldninger, så kan man opfinde et par nye.

Det er egentligt ikke så svært. Vi mennesker begiver os ikke ud i noget, vi ikke er fortrolige med. Selvom vi inderst inde har lyst, så stritter vi alligevel imod det ukendte - det utrygge - og alligevel føler vi os, et eller andet sted, draget mod noget nyt. Alle disse argumenter er ikke noget, der kommer med alderen. Tværtimod. Unge mennesker er lige så utrygge ved det ukendte, som ældre mennesker er. Men det er nødvendigvis ikke de samme ting, man er utrygge ved.

Uanset om man er alene eller sammen med en ægtefælle eller ven, så er det en overvindelse, første gang man tilmelder sig et højskolekursus. Men når vi er kommet vel igennem de første to dage på højskolekursus, så kører det bare derudaf.

De første dage er afgørende for resten af højskoleforløbet. Hvordan finder jeg rundt? Hvad nu hvis jeg kommer for sent op? Har man faste pladser i spisesalen? Kan jeg lide den mad, der bliver serveret. Hvad med forstanderen? Ser vi overhovedet forstanderen? Hvordan er lærerne? Er der lyde om natten?



Først når alle disse, små men afgørende ting er afklaret, så kan den nye højskolekursist begynde sit højskoleophold.

Ofte viser det sig i form af en ”vækkelse” hos den enkelte. Det er store ord. Men et eller andet sker. Man deltager pludselig i diskussioner på studiekredsene og til foredragene. Selvom man hjemmefra havde besluttet ikke at blande sig, så sidder man nu, på lige fod med de andre, og giver sit besyv med!

Der bliver også arrangeret ture og udflugter i højskolens omegn, hvor der bliver fortalt og berettet om noget man kun perifert har hørt om før. Nogle gamle begreber bliver vendt og behandlet på en ny måde.

En væsentlig del af højskoleopholdet er, at man taler med sine medkursister. Og du fortæller mere og mere om dig selv. Du finder pludselig ud af, at andre har gjort sig de samme bekymringer og overvejelser før de drog af sted på højskole første gang. Man bliver overrasket over, at mennesker, man tidligere, aldrig havde troet man ville komme i kontakt med, også har haft og har et begivenhedsrigt liv, akkurat som du selv. Tænk, så forskellige livshistorier fra et lille land som Danmark og alligevel en masse fælles erfaringsgods.

Når de to uger er gået, og man er kommet hjem til sin dagligdag igen, er jeg sikker på, at man har en masse nye indtryk og oplevelser, man gerne vil fortælle sine venner og bekendte de næste mange uger.

Jeg er også sikker på, at får man først begyndt med at tage på højskole, så bliver det et fast indslag i årets rytme at modtage Højskolernes Fællesbrochure.

Velkommen til det fællesskab der hedder Danmarks højskoler. Det gælder også de ensomme.

*Niels Ole Frederiksen, højskolelærer
Esbjerg Højskole*

Til ovenstående kan jeg kun sige. Giv dig selv en oplevelse for livet. For seniordansere er det let at få følgeskab. Aftal med nogen fra danseholdet, at i sommer er det højskole og samvær - blandet med seniordans naturligvis.

Der er stadig ledige pladser på nogle af de højskoler, vi samarbejder med.

Oversigten ses i ”Årets Gang” fra april.

S.B.

En ildsjæl blev 70



Danseleder Karen Margrethe Pedersen, Hadsten holdt sin 70 års fødselsdag i Hadsten skoles festsal, sammen med over 100 seniordansere.

Vi fik underholdning – sang – kaffe med hjemmebagte boller og lagkage. Hvordan siger man tak?

Anna & Knud

Bornholmertur

fra 22.5.til 26.5 2009

For nogle af os var det første gang, vi var på Bornholm, så vi fik vores glade forventninger indfriet mange gange.

Vi rejste med De grå Busser med Peter Espensen som chauffør og rejseleder, Gunhild Jensen fra Randers og Birthe Bisgård fra Viby var vores danseledere og stod for meget af det praktiske som danseundervisning om aftenen på Gretha's pension, en aften med dans på havnen i Vang, her så vi solen gå langsomt ned i horisonten. Gunhild og Birthe havde lavet sange og en konkurrence til hjemturen. Birthe og Gunhild hjalp også ved servering af pølser, øl og vand.

Det var helt utroligt, hvad vi nåede at se på hele 3 dage, bl.a. Svaneke by rundtur, en frokost på røgeriet i Svaneke. Helligdoms-

klipperne, Hammer havn, Hammer knude, Hammer fyr, Opalsøen, Hammershus ruin. Kræmmerhuset med deres fine kunsthåndværk og have, en tidligere bondes sten med figurer, forbi granit stenbrud til Bolsterbjerg hos Lola med smørrebrød, hendes flotte have med legesager til de små dansepigler, de fik en tur på vippen, på gyngen og en karuseltur. Et møde med minister Troels Lund Poulsen ved Ekkodalen, en tur til Rytterknægten, omkring Østerlars rundkirke, 24 dansere sejlede til Christiansø, medens 11 andre dansere gik på Teknisk Museum. Vi boede på Gretha's pension i Sandvig, vi fik serveret den herligste mad.

Mange tak til Birthe og Gunhild for den meget fine tur til Bornholm.

En deltager fra Trige Aase Krogshede

Fra region Sønderjylland



For 2 år siden overtog jeg dansen i Arnum efter Else. Else dansede under LOF og da kommunerne blev sammenlagt, skulle dem fra Tønder kommune betale 600 kr. for at danse 12 gange a 2 timer og dem fra Haderslev 450 kr. Er man et par, er det mange penge.

Jeg fik en aftale med LOF til en rimelig pris. Så vi blev 16 dansere med mig. Vi snakkede og blev enige om at spørge Arnum idrætsforening om vi måtte danse under. Det sagde de ja til fra næste år, og vi er blevet godt modtaget.

Så er der gået et år med seniordans under Arnum idrætsforening, det har været et positivt år. Hvor der har været god tilslutning, der kom 30 dansere, det var dejligt, de har flittigt mødt op til træning.

Den 15. marts var de til gymnastikafslutning, hvor der var 26 med til opvisningen i hallen. Vi har danset på plejehjemmene i Gram og i Toftlund, hvor danserne viste de

danse som de dansede i hallen og mange andre danse. De viste den livsglæde som dansen giver, samvær, le sammen og have det rart sammen.

Den 20. marts inviterede Arnum, seniordansere fra Jels og Rødding til et danse-træf, hvor vi var 52 dansere. De hyggede sig rigtigt, da de fleste kendte hinanden og har danset sammen mange gange. I pausen drak vi kaffe og sang et par sange, så gik dansen lystigt igen. Til slut sang vi, "Nu igen er det slut på en dejlig dag".

Dansen starter igen til september, hvor det er Margit fra Jels som leder og mig som hjælper. Danserne er i alderen først i treserne og til sidst i firserne, så vi glæder os til at se dem igen. Margit har hjulpet mig siden januar, og det skal hun have tak for.

Mange hilsner og tak til hele holdet for altid god opbakning.

Kirsten og Manse.

“Linedance i lange baner”

Ny CD med musik og dansebeskrivelser til 12 Linedance bliver klar til august. Susanne Mose Nielsen er i skrivende stund i fuld gang med 12 danse, som alle bliver let tilgængelige danse i moderat tempo og med danske oversættelser til alle dansene. Materialet bliver til salg til alle, både dansere og instruktører, og fra Landsforeningen Dansk Senior-dans glæder vi os til at præsentere dansene.

Der er foreløbig afsat to datoer til præsentationen:

Dato: Søndag d. 30. august
Sted: Kantinen på Marienborg skole, Parkvej 12, 4760 Vordingborg
Tilmeldingsfrist: Inden d. 18. august.

Dato: Søndag d. 27. september
Sted: Vildbjerg Sportscenter, Sports Alle`6, 7480 Vildbjerg
Tilmeldingsfrist: Inden d. 20. september.

Tid: Kl. 13.00 – 17.00
Pris: 35.- kr. inkl. lokaler, instruktion og kaffe/ kage
Materialeprisen: 150.-kr. for C.D. og dansebeskrivelser. Behøver ikke hverken bestilles eller betales forud, kan købes på stedet.

Frokost: Kl. 12.00 – 12.45 evt. frokost.
I Vordingborg skal evt. frokost medbringes, og på Vildbjerg Sportscenter skal frokost bestilles, pris 90.- kr.

Instruktør og tilmelding: Lisbeth Christiansen, tlf. eller mail, se side 2.

Alle er velkomne, både seniordansere, linedansere og nye, kommende dansere.



Materialieliste

Paraply sort med hvid logo	kr. 50,-
Foreningsbluse, dueblå med hvid logo	kr. 50,-
Ark med små selvklæbende logo – 35 stk..	kr. 10,-
Stor logo – til bilruden eller køleskabet	kr. 5,-
Stoflogo, broderet	kr. 5,-
Emblemer, pins	kr. 45,-
Emblemer, nål	kr. 45,-
Emblemer, vedhæng med kæde	kr. 55,-
Kuglepenne m. logo - blå eller rød.	kr. 5,-
Mulepose hvid m. broderi	kr. 45,-
Siddedans CD nr. 1 med 24 melodier og beskrivelser.	kr. 250,-
Siddedans CD nr. 2 med 25 melodier og beskrivelser.	kr. 250,-
DVD eller Video, der viser dansene fra siddedans 1.	kr. 150,-
Video fra Landsstævnet 2002 med danse fra kursus 3.	kr. 50,-
PR - CD med 12 danse med beskrivelser	kr. 95,-
Cd nr. 15 med 15 dansemelodier.	kr. 175,-
Cd nr. 16 med 14 dansemelodier.	kr. 175,-

Ovenstående materialer kan bestilles på kontoret 8691 5120.

Medlemmer får varerne tilsendt portofrit.

Æresmedlem:

Ved generalforsamlingen i ”Dansekredsen i Nørre Alslev” blev Elly Håning fra Stubbekøbing udnævnt til æresmedlem grundet sit store engagement for dansekredsen.

Efter at have gået til yoga i mange år sammen med sin veninde, synes de, at de nu var blevet trætte af kun at tænke på sig selv, nu ville de have mere socialt samvær med andre. Derfor besluttede de, at de ville gå til seniordans.

Elly Håning er altid positiv og i godt humør og med stort gå på mod, til stor glæde for alle på dansehølet.

Vi ønsker Elly Håning til lykke med udnævnelsen.

Marie Dyrlov



Oplev julestemningen i Berlin

Ta' med Landsforeningen

23.11. – 26.11. eller 30.11. – 3.12.2009

Jul i Berlin er noget ganske særligt. Ingen anden tysk by har så flotte juleudsmykninger i gader og varehuse. Julemarkederne i Berlin er særdeles flotte med restauranter, elegante boder med lækkerier og gaveidéer. Helt fantastisk er **Gendarmenmarkt**, i forvejen én af Europas smukkeste pladser, men til jul noget helt specielt. Det nye og moderne Berlin på **Potsdamer Platz** byder på et eventyr af udsmykning og boder med **Glühwein** og spændende mad.



Berlin ER julebyen over alle byer.

Og så har Berlin en meget spændende historie, som vi skal opleve en del af.

Vi bor hos ”**Gästehaus der Polizei**”, der også er i julestemning og har flere overraskelser til os foruden den gode mad og hjemlige atmosfære.

Turen foregår i en 4-stjernet bus med god benplads og toilet. Nisserne serverer gerne for os på turen og bussen kører også med på udflugterne, så den er hos os hele tiden.

Der er en byrundtur i bussen på begge ture samt besøg i historiske kvarterer.

På tur 1 er der besøg på **Tempelhof** med rundvisning på ”**Kriminalmuseum**”. Tempelhof er kendt for ”**Luftbroen**” og ”**Rosinbomberne**” under russernes belejring af Berlin kort tid efter krigens ophør og Berlins opdeling i Zoner.



På tur 2 besøger vi det arkitektonisk smukke ”**Jüdisches Museum**”, hvor man i december har udstilling af bl.a. en blanding af den kristne jul, på tysk *Weihnacht*, og den jødiske *Chanukka*, tilsammen kaldet ”**Weihnukka**”, foruden den faste udstilling af jødernes historie gennem tiderne.

Og så skal der naturligvis danses.

Prisen pr. tur er kr. 2.325,- og inkluderer busrejse, ophold i delt dobbeltværelse samt halvpension, aftenkaffe, velkomstdrink, alle udflugter, entré til Tempelhof eller Jødiske museum. Desuden **julegave** samt en morgenhilsen hver dag og husets specialarrangement én aften. Tillæg enkeltværelse kr. 200,-.

Tilmelding og program: Birthe Mikkelsen, tlf. 86 54 54 83 eller mail: birthe.riis@mikkelsen.mail.dk

Rejse til Grevenbroich:

I Tyskland nær grænsen til Holland og Belgien ligger en by Grevenbroich, hvor seniordansere fra Fyn tog på danseferie i fem dage.

De to dage blev brugt til transport, men de resterende 3 dage var godt tilrettelagt med et smut ind i Holland til Arcen, hvor Europas største blomsterpark på 32 ha ligger. Den er især berømt for sine mange roser, der dog ikke var i blomst, men der var mange sjældne buske og træer, store vandområder med springvand, japansk have og bede med mange forskellige stauder og blomster.

Anden dagen gik turen til Bryssel, Belgien, for at stifte bekendtskab med denne by, som huser EU og Natos hovedkvarterer. Vi stoppede ved den gamle bydel med de smukke huse og flotte kirker og den store plads "Grand Place" med alle de smukt dekorede bygninger hele vejen rundt. Vi sluttede vort besøg i Bruxelles med at køre ud til byens vartegn "Atomium", som er et forstørret krystalmolekyle.

Fjerde dagens udflugt gik til en charmerende middelalderby Mondscha. Byen lå



omgivet af højdedrag og med en flod i bunden, hvor en enestående samling af gamle bindingsværkshuse var grupperet. Man bevæger sig omkring i de smalle gader på gåben og et lille "tog" kørte os rundt på de smalle veje næsten helt op til en gammel borgruin.

"Hjemme" i Grevenbroich og efter endnu en god middag, stod den igen på seniordans, ligesom alle aftenene på denne meget veltilrettelagte tur.

B.K.

10 års jubilæum

Jeg vil prøve at lave et lille indlæg til bladet om vores 10-års jubilæum her i Holsted: Torsdag den 16. april 2009 holdt vi her i Holsted en 10-års jubilæumsfest på Centralhotellet i strålende sol.

Vi var 69 glade SENIORDANSERE – enkelte som tidligere er holdt op p.g.a. sygdom, mødte frem. Det var dejligt.

Vi startede med middag kl. 12.00. Vi havde i dagens anledning hyret Gerda Kristof-

fersen til at lede dansen, hvilket hun klarede med bravour. Desværre var pladsen lidt trang, så vi blev enige om at danse i 2 hold, altså skiftede mellem vinduesrækken og resten. Det gav også et pusterum efter hver dans – det var meget varmt.

Ca. 14.30 var der kaffe med et overdådigt ta'-selv kagebord, hvorefter vi dansede videre til ca. 16.00, hvor vi sluttede med en sang.

Sonja

Herligt gensyn med 4 dansere fra Brandbu Seniordansere i Norge

Jeg blev ringet op af Karen Kirkevoll fra Brandbu Seniordansere, at hun og 3 andre dansere skulle til København i dagene 15. til 20. april. De skulle bo på Hotel Imperial. Da de også plejer at danse om onsdagen, foreslog jeg, at de kunne komme og danse på mit hold, som er Vanløse Seniordansere. Jeg havde forberedt mit hold på, at de ankom, og alle glædede sig til at få besøg. De ankom med båden kl. 9.30, og allerede kl. 11.00 var de ude i Kvarterhuset og danse, nogle virkelig seje damer som ikke havde fået sovet ret meget ombord, sengene var alt for hårde. Jeg spiste så til middag med dem om aftenen. Fredag den 17. var jeg sammen med dem i Tivoli. Karen havde jo været så smart at få indgangen til Tivoli betalt, inden hun rejste hjemmefra. Ja det er jo utroligt, at det også kan lade sig gøre. Alle mine dansere var meget begejstret for dette besøg, og jeg ved, at det var de 4 norske dansere også. Vi har talt om, at nu må vi se, at



komme derop. Det er jo rart, at vi har fået en så god kontakt, det er jo Karen's store fortjeneste. Hun er en danser med ukuelig livsvilje og sprudlende humør. Det er Karen, som står med fanen.

De kærligste dansehilsner fra Vanløse Seniordansere med leder Kirsten Bauer.

Mindeord



Anne Olsson sov ind i slutningen af maj, efter lang tids sygdom. Anne var pligtopfyldende som suppleant og nåede at blive valgt til bestyrelsen i vores region Nordsjælland/Roskilde/Bornholm.

Anne var altid villig til at udføre opgaver til gavn for regionen. Vi vil komme til at savne hende meget blandt os, og for Senior-dansen er en meget dygtig danser og instruktør gået bort. På bestyrelsens vegne

*Æret være Annes minde.
På vegne af Region Nordsjælland
Lise Klint*

Et unikt dansested i Odder

Jeg har ofte haft lyst til at skrive til "Årets Gang" om et af mine dansehold, for jeg tror, vi har det mest unikke dansested i Danmark. Vi danser i det gamle Pakhus, der har hørt til "Odder-Grisen" - toget, der kører mellem Odder og Århus.

Kort fortalt: Pakhuset er opført i 1880'erne og er udvidet/forlænget i 1898, for så i 2001 at blive ombygget til en ny anvendelse som Aktivitetshus. Der er bevaret så meget som muligt af det gl. Pakhus, - f. eks. de flotte gamle loftsbjælker, det gamle skifertag og ligeledes VORT DANSEGULV ! Det er de gamle slidte gulve, som er blevet repareret og ludbehandlet, - ja, og slidte er de, som det fremgår af billederne, så det er de helt flade sko, der er i brug her. Men der er en ganske dejlig atmosfære, - "duft" af en svunden tid, og det er godt at opleve. Der sker rigtig meget i Pakhuset - udstillinger af forskellig art, koncerter, sang, musik, foredrag, maleriudstillinger o.m.m., så de gamle lokaler er vidne til mange nye ting. Der er også blevet indrettet en Cafe, med - som det hedder: virksomhedstilpasset jobtræning for førtidspensionister o.a. Denne ca-



fe nyder vi godt af, for vi skal jo have vores kaffepause, og vi bliver altid fint serveret. Kort og godt: Vi "nyder" det gamle gulv i de særprægede omgivelser ! Mange hilsener fra "Pakhusdanserne" i Odder.

Inga

Æret være hendes minde

Vi har netop fået meddelelse om, at Anne Olsson tabte kampen mod kræften. Hun har siddet i Landsforeningens bestyrelse siden 2003 og løste de opgaver, som var til gavn for alle seniordansere.

Hun var en dygtig danser og med sit rolige gemyt gav hun glæden ved seniordansen videre til mange andre seniordansere.

*På vegne af Landsforeningen Dansk Senior Dans
Birthe Krøjgaard*

Mindeord om Bob Nathansen



Bob døde pludselig fredag den 20. marts. Han var i 10 år formand for region Storkøbenhavn og gjorde et stort og aktivt stykke arbejde for foreningen, der blomstrede op.

Bob havde hovedet fuldt af ideer, og sammen med sin kone Conny blev de ført ud i livet.

Der blev arrangeret mange dejlige ture, hvor Bob kom med kaffen på cykelanhænger.

Kunne vi ikke komme til at danse, blev der lavet konkurrencer eller lege, ideer var der altid.

Sommerdansen foregik i mange år i deres dejlige have på Pilevej, hvor alle var velkommen.

Sådan kunne nævnes mange gode oplevelser, men alt får en ende, og efter 10 år syntes Bob, han havde fået lyst til nye udfordringer, og det blev egns museet i Pederstrup, og de elskede oldebørn der kom til at nyde godt af Bobs hjælpsomhed og arbejdsglæde.

Han var et godt og hjælpsomt menneske der vil blive savnet.

*Æret være Bobs minde.
Region Storkøbenhavn.*



Regionale aktiviteter for dansere

Region Århus

Søndagsdans:

Søndag d. 2. august 2009

Lunden, Vestergade 74, Silkeborg

Undervisere: Lisbeth Jensen,

Karen Jensen, Tove Østergaard

Vi danser fra kl. 14.00 – 17.00.

Medbring selv kaffe/te – brød.

Pris for deltagelse i søndagsdans er kr. 20 pr. pers.

Efterårsstævner:

Hornslet Hallen, Stadionvej,

Søndag d. 25. oktober 2009.

Hadsten Hallen, Hadbjergvej 12,

8370 Hadsten

Lørdag d. 7. november 2009.

Medlemspris kr. 65.00 –

ikke medlemmer kr. 75.00

Pris incl. kaffe og brød.

Begge dage kl. 13.30 – 17.00.

Max 250 deltagere pr. stævne

Bindende tilmelding og betaling til danselederne senest 8 dage før stævnet.

Samlet tilmelding fra danselederne til:

Birthe Bisgaard, Viby J. tlf. 86291621

Senest 8 dage før.

Højskoledag på Rønde Højskole

Skolevej 2, 8410 Rønde

Regionen afholder en dag på Rønde Højskole.

Dato: Mandag d. 5. oktober 2009 – kl. 10.00 – 16.00.

Programmet er følgende:

Formiddagskaffe, foredrag, sangtime, frokost, dans og eftermiddagskaffe.

Pris kr. 175.00 for medlemmer, kr.

190.00 for ikke medlemmer.

Tilmelding til Karen M. Pedersen,

Hadsten senest d. 25. september

2009.

Tilmeldingen foregår efter ”først

til mølle” systemet, så vent ikke for længe med at bestemme dig.

Indbetaling til danselederne.

Danseweekend på Låsby Kro

Hovedgaden 49, 8670 Låsby

15.-16. November 2009.

(Bus linie 113 fra Århus)

Danseledere: Gitte Mouritzen, Trige

og Gunhild Jensen, Randers.

Bindende tilmelding:

Senest 12. september til Gunhild Jensen, tlf. 8643 3268

Pris: Pr. person i dobb. værelse

kr. 525.00

Tillæg for enkeltværelse kr. 150.00

Betaling : Sparekassen Kronjylland

Reg., nr. 9321 – konto 0002381214.

Husk at opgive navn ved indbetaling straks efter tilmelding.

Ankomst og indkvartering fra kl.

14.00

Opholdet byder på eftermiddagskaffe

ved ankomst, festmiddag og slutter

med morgenbuffet inden afrejse, og

naturligvis masser af godt samvær og dans.

Region Fyn

Højskoledag

Søndag den 1. november 09 kl.10-16
på Vejstrup Ungdomsskole.
Yderligere oplysninger i oktober nr.
af Årets gang

Region Himmerland

Sommerdans i Rebild

Seniordans på Spillemandsmuseet,
Cimbrevvej 2, Rebild.

Tirsdag den 18. august
kl. 19.00 til 22.00

Danseledere er Rosa Pedersen og
Rosa Skriver.

Entre: 50, - kr. for medlemmer
60 kr. for ikke-medlemmer

Prisen incl. kaffe og kage.

Tilmelding er ikke nødvendig, mød
op til glad aften!

Efterårsstævne i Terndrup Hallen

Lørdag den 7. november 2009
kl. 13.30 til 16.30

Kaffe med brød, lotteri og seniordans.

Pris: Medlemmer 60, - kr.
Ikke medlemmer 70, - kr.

Køb af billetter senest den 30. okt.
hos din danseleder eller Elly Engedal
tlf. 98 62 11 10

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Sommerdans i Allerød

Lørdag d. 22 august kl. 14.00 - 17.00
Centerhallen, Lilledal, 3450 Allerød
Pris for medlemmer: kr. 30,00 pr. gang

Pris for ikke medlemmer: kr. 40,00
pr. gang
Medbring selv kaffe/the/vand og
brød

Tilmelding senest en uge før til:
Jytte Agerbo tlf. 45 87 08 53
Ruth Andersson tlf. 56 14 10 77
begge bedst efter kl. 18.00.

Tilmeldingen er bindende
Transport: Tog til Allerød, hallen lig-
ger tæt på stationen.
Bus nr 335, 376, 381, 385 til hallen

Søndagsdans i Engelsborghallen

Engelsborghallen, Engelsborgvej 93,
Kgs.Lyngby

Tidspunkt: 25 oktober
kl. 15.00 - 17.00

Pris for medlemmer: kr. 30,00
Pris for ikke medlemmer: kr. 40,00
Betaling ved indgangen.

Tilmelding til: Ruth Weisdorf tlf. 45
83 05 86 efter kl. 18.00, senest 11.
oktober. Tilmeldingen er bindende.
Kaffe/Kage kan købes i Cafeteriet
Bus 161, 165 fra Lyngby Station

Region Ribe

Søndagsdans

I Esbjerg på Østerbycenteret,
Ribegade 169.

Seniordans

Søndag d. 30 aug. 14 – 16

Søndag d. 20 sept. 14 – 16

Søndag d. 25 okt. 14 – 16

Pris 50.- incl. kaffe – te og hjemme-
bag.

Alle er velkommen, nye som tidlige-
re dansere.

Kate tlf. 75139642 - Rina 7547 0926
og Anne-Lise 75451719.

Regionen har aflyst efterårsstævnet i Darum d. 1.11 09. I stedet har vi arrangeret en højskoledag på

Esbjerg Højskole

Tidspunkt 1.11. 09 kl. 9.30 til 16

Formiddagskaffe, foredrag, sangtime, frokost (tag selv-frokostbord), dans og eftermiddagskaffe med lagkage.

Pris 255.-kr.

Tilmelding og betaling til jeres danseleder eller til Inger-Margrethe tlf. 7519 8376

Region Ringkøbing

Højskoledagen

holder vi i år på Vostrup Efterskole, Tarmvej 73, Vostrup. Skolen, som ligger vest for Tarm, har musik og dans som speciale. *Det sker torsdag den 3. september, hvor vi mødes kl. 9* til en kop kaffe. Om formiddagen er der dans og fællessang. Efter middagen er der igen dans, ligesom vi skal høre om skolen. Vi slutter kl. 16.

Pris for medlemmer er kr. 170, mens andre skal betale kr. 190.

Skolen har kun plads til 80 deltagere. Princippet ”først til mølle” gælder. Tilmelding senest den 27. august til Grethe Hermansson, tlf. 9749 0204, eller til Bo Røyen, tlf. 9719 2008.

Løvfaldsfest

Den holder vi lørdag den 31. oktober. Hammerum Efterskole, Tornebuskvej 1, Hammerum, lægger lokaler til vores efterårsfest. Vi starter kl. 13 med dans. Senere hygger vi os med 2 stk. smørrebrød, kaffe og kage – samt sang og lotteri. Der er dans igen, inden vi slutter kl. 17. Prisen er kr. 70

for medlemmer og kr. 85 for andre. Skolen kan rumme 130 deltagere. Princippet ”først til mølle” gælder. Tilmelding senest den 22. oktober til Ingrid Brahm, tlf. 9714 2087. På www.ringdans.dk kan du altid holde dig orienteret om arrangementer i Region Ringkøbing.

Region Storkøbenhavn

Septemberdans

I Lyrskovgade 4. kl. 11 – 14

Mad og drikke medbringes

Deltagerpris kr. 30.-

Region Sønderjylland :

Søndagsdans

den 20. september kl. 13 - 16

I Genner Forsamlingshus

Danseleder: Anna Jepsen m.fl.

Pris: 20 kr. for medlemmer og 40 kr. for ikke medlemmer af Landsforeningen Dansk Senior Dans

Medbring. Kaffekurv og drikkevarer

Tilmelding senest den 11. september

til Anna Jepsen, tlf. 74 62 47 66

Max. 50 deltagere

Højskoledag

fredag den 9. oktober kl. 9.30 - 16

på Musik & Teater Højskolen,

Herrestedgade 6 - 8, 6520 Toftlund

Pris. 240 kr. pr. person for medlemmer og 260 kr. for ikke medlemmer af landsforeningen Dansk Senior Dans (beløbet dækker formiddagskaffe, frokost, eftermiddagskaffe og lærerkræfter fra højskolen).

Tilmelding senest 21. september til

Anne Marie Rasmussen, tlf. 74 56 63 36.

Betaling senest den 21. september til konto i Danske Bank: 3440 3440 84 59 40 (husk at oplyse navn(e) på indbetaler(e)).

Efterårsstævne

i Jels Motel & Sportscenter,
Ørstedvej 10, Jels, 6630 Rødding,
søndag d. 1 nov. kl. 13 - 16

Pris incl. kaffe med brød: 60 kr. for medlemmer og 80 kr. for ikke medlemmer af landsforeningen Dansk Senior Dans

Tilmelding holdvis senest 19. oktober til Margit Jacobsen, tlf. 74 55 26 77
Betaling holdvis ved ankomst.

Lancier

søndag den 22. november kl. 13 - 16
i Genner Forsamlingshus.

Pris 20 kr. for medlemmer og 40 kr. for ikke medlemmer af Landsforeningen Dansk Senior Dans.

Kaffekurv og drikkevarer medbringes

Underviser: Anna Jepsen

Tilmelding senest 13. november til

Anna Jepsen, tlf. 74 62 47 66

Max. 50 deltagere

Region Vejle

Efterårsstævne i Egtved Hallen

Lørdag den 24. oktober 2009.

Tid: kl. 13.30 – 17.

Pris: 55 kr.

Ankomst og samlet afregning fra lederne fra kl. 13.00.

Tilmelding til: Elisabeth 75 58 07 19 eller Inga 75 88 14 53 senest 9. oktober 2009.

Region Vendsyssel

Søndagsdans i Pandrup

Søndag d. 27. sept. kl. 13.30 – 16

Ungdomsborgen, Lunbakvej 3A,
Pandrup (ligger bag Biblioteket og Rådhuset).

Seniordans i lette danse (velegnet for nybegyndere).

Alle er velkommen til at være med til at eller se hvordan seniordans er).

Velkommen til at tage naboen med til en hyggelig eftermiddag sammen med andre.

Medbring selv kaffekurven.

Ingen tilmelding – bare mød op.

Evt. oplysninger hos Danseleder Aase Petersen tlf. 98247840 Entre 25 kr.

Højskoledag på Vrå Højskole

Fredag d. 9. oktober kl. 9.30 – 16

Dagens program: Formiddagskaffe og sang.

Dans, Frokost, Foredrag ved skolens forstander

Rundvisning med guide i ”Engelundssamlingen” i Kunstbygningen.

Kaffe og afslutning kl. 16.

Pris 170.- Højest 60 delt.

Tilmelding til Lis Madsen tlf.

98978815

Aase Henningsen tlf. 98821303

Efter 1. oktober er tilmeldingen bindende.

Juletur

Tredagestur til Slesvig 9.-11. dec. 09

Begrænset antal

Forhør nærmere hos Lis Madsen

tlf. 98978815, Bodil Jacobsen tlf.

98467444



Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Sommerdans på Glumsø Kro

Hver fredag kl. 10 – 11.30

Dag ikke 17. juli

Pris kr. 10,-

Instruktør: Doris Christiansen, tlf. 5764 5403

SHF Seniordans inviterer til Dans på tværs af generationer

Torsdag d. 16. juli kl. 14 – 15.30

Kultur- og Fritidscenter, ”Værkerne”,
Frederiksvej 27, Sorø.

Inviter familiens yngre generation til
en svingom.

Vi danser lette og sjove seniordanse.
Du vurderer selv, om dine ledsagere
har den rette alder til at kunne have
glæde af dansen.

Du er også velkommen uden en yngre
ledsager.

Vi byder på en kop kaffe og en sodavand.

Pris pr. deltager: kr. 20,-

Jette Panse, tlf. 5783 4347

Sommerdans i Andelslandsbyen Nyvang

Oldvejen, Holbæk

Søndag 26. juli kl. 11.30 til 12.00

Gratis adgang for dansere

Kl. 13.00 – 15.00 dans

Vi starter med at spise vores medbragte mad.

Kl. 14.00 er der kaffepause

Dansledere fra regionen. SHF Seniordans inviterer til Dans uden dufte

Mandag d. 3. august kl. 14 - 16.

Kultur- og Fritidscenter ”Værkerne”,
Frederiksvej 27, Sorø

Absolut ingen parfumer, dufte eller
anden kemi i tøj eller på kroppen.

Instruktører: Irene Brandt, Doris Christiansen, Jette Eisvang, Jette Panse.

Jette Panse, tlf. 5783 4347

SHF Seniordans

Hver torsdag kl. 13 - 15

Første gang d. 6. august

Kultur- og Fritidscenter ”Værkerne”,
Frederiksvej 27, Sorø

Man kan deltage hele sæsonen eller i enkelte dansetimer.

Instruktører: Irene Brandt,
Doris Christiansen, Jette Eisvang,
Jette Panse.

Jette Panse, tlf. 5783 4347

Byfest i Glumsø Sommerdans

Lørdag d. 29. august

Glumsø fester med boder, dans, musik, mannequinopvisning, naturvandring, grill og film i det fri med Glumsø sø som baggrund.

Alt dette foregår fra kl. 9 til 24.

Seniordans kl. 10.30 ved plejehjemmet.

Danseledere: Doris Christiansen,
Lisbeth Christiansen

Se nærmere om tid og mødested på
www.123hjemmeside.dk/regionvest-sj-og-storstroemmen.dk.

Stævne i Hvidebækhallen

Bygaden 19 A, 4490 Jerslev

Fredag d. 23. oktober kl. 13 – 18

Dans, 3 håndmadder, kaffe, kage, leje af sal.

Medlemmer af LDS 110,- kr.

Ikke medlemmer 130,- kr.

Øl, vand og vin SKAL købes i hallen

Tilmelding senest d. 12. oktober til

Jytte Sørensen, tlf. 5959 8021.

Efterårsstævne i Fuglebjerghallen

Fuglebjerg og Næstved Seniordanse-

re indbyder til fælles stævne
søndag den 15. november kl. 11.00 – 16.00.

Pris for medlemmer 125,00 kr.

Ikke medlemmer 145,00 kr.

Tilmelding senest den 30. oktober til jeres danseledere eller Meta Kirkebjerg telefon 5545 3045 og Carrie Cederbye telefon 5534 2504.

Eller mail: gudmund@pc.dk med navne på deltagere

Tilmelding er bindende.

Venlig hilsen

Meta og Gudmund

Region Viborg

Efterårsstævne i Glyngøre Hallen

Ringvej 24 Glyngøre

lørdag d. 31.10. 2009 kl. 13.30 – 16.30

Pris inkl. dans og kaffe for medlemmer 65,- kr.

ikke medl. 80,- kr.

Bindende tilmelding og betaling senest d. 21.10. 2009 til din danseleder.

Samlet tilmelding fra danselederne til Elly Kjølhede Nielsen tlf. 86 63 96 85

Betaling til Ringkøbing Landbobank, konto 7670 – 2265093

Tilmelding: Rosa Pedersen 32 14 77 90 senest 12. okt.

Der er endnu få ledige pladser til Dagali. tilm. senest d. 1.8. 2009

Regionale aktiviteter for ledere

Århus Regionen

Sæsonstart:

Tidspunkt: Lørdag d. 26. sept. 2009, kl. 9.30 – ca. 14.30.

Sted: Festsalen, Hadsten Skole, Hadbjergvej 12, 8370 Hadsten.

Kursus: Nordisk Træf, 2009.

Instruktører: Aase Henningsen, Brønderslev og Eva Schmidt, Hadsten.

Kursuspris: Kr. 60.00.

CD og dansebeskrivelser kan købes.

Vi starter dagen med kaffe/ te og rundstykker, hvor regionen er vært.

Medbring selv frokost og drikkevarer,

Tilmelding til Gitte Mouritzen, Trige

Tlf. 86 23 07 60.

Senest d. 21. september 2009.

Region Himmerland

Kursus i samarbejde med Region Vendsyssel

Indhold: Nordisk træf 2009

Sted: Bien, Bredgade 55, Brønderslev

Tid: Lørdag d. 24. okt. kl. 10.00 – 16.00

Mad: Medbringes, samt drikkevarer

Instruktør: Åse Henningsen og Åse Petersen

Pris: 200,00 kr. incl. materialer

Tilmelding: Rosa Pedersen tlf. 32 14 77 90 senest 12. okt.

Region Fyn

Danseledermøde

Fredag d. 28. Aug. kl. 17.00.

Ørbækhallens selskabslokaler.

Regionen giver smørrebrød.

Tilmelding samt ønskedanse til Lene

Tlf. 65 98 17 73 senest 24. Aug.

Kursus i dansene fra nordisk 2009

Tid: Lørdag den 24. okt. kl. 9.30

i ”Fristedet”, Nørrevænget 8, Vissenbjerg.

Instruktør: Lene Damkjær

CD kan købes på kurset.

Regionen giver kaffe med rundstykker, tag selv mad og drikke med til resten af dagen.

Tilmelding til Lene, telf. 65 98 17 73 senest 14. oktober.

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Sæt kryds i kalenderen:

Kursusdag i danse fra Nordisk træf

I samarbejde med region Stor København arrangeres kursus v/ Anne-Mari Hartoft i danse fra Nordisk Træf.

Tidspunkt: 3. oktober kl. 10.00 - 15.00

Sted: Lyrskovsgade 4, 3 sal, Kbh.V

Pris: kr. 75,00

Betaling: Ved indgangen

Kursus materiale pris: 175,00 betales direkte til Anne-Mari

Tilmelding til: Jytte Agerbo tlf. 45 87

08 53 efter kl. 18.00, eller til

Kirsten Bauer tlf. 39 66 75 54,

senest 21. september.

Tilmeldingen er bindende

Medbring: Frokost, Drikkevarer, Bestik, Krus/Glas, Tallerken.

Kaffe kan købes for 10,00 kr. i automaten.

Grib chancen til inspiration til den nye sæson. Vi glæder os til at se jer. De to regioner.

Region Ribe

Danseledertræf:

I Gjersing Fritidscenter

Onsdag d. 26.8 kl. 10 – 15

Regionen giver kaffe og rundstykker.

Tag selv frokosten med.

Tilmelding til Kate tlf. 75139642

Danselederkursus

Lørdag d. 19.09. kl. 9.30 – 15

På Knudepunktet i Vejen.

Pris: transport for egen regning

Pris: kursus for egen regning kr. 80,-

Inga Kristensen underviser os i danse fra Det Nordiske Træf 2009, CD kan købes.

Regionen giver kaffe og rundstykker.

Tag selv mad med til resten af dagen

Tilmelding Gerda på tlf. 75364459

Region Ringkøbing

Ledertræf i Kibæk

Lørdag den 26. september holder vi ledertræf i Kibæk.

Det sker i Alhuset, Kastanie Allé 27, Kibæk.

Vi mødes til en kop kaffe kl. 9.30.

Derefter vil Solveig Christiansen undervise os i de danse, som netop er udgivet i anledning af Nordisk Træf.

Vi slutter ca. kl. 15.30.

Arrangementet foregår i samarbejde med Region Viborg.

Deltagerne betaler selv for drikkeva-

rer og materialer. Regionerne afholder udgiften til fortæring og undervisning.

Tilmelding til Bo Røyen, tlf. 9719 2008, senest den 21. september.

Region Storkøbenhavn

Øvedag:

I de nordiske danse.

Lørdag d. 3. Oktober.

Sammen med region Nordsjælland.

Se nærmere i deres annonce.

Region Sønderjylland

Kursus

Mandag den 31. august kl. 17 – 22

i Multihallen, Idrætsvej 1, Løgumkloster:

Kursus i materialet fra Nordisk Træf 2009 med Solveig Christiansen.

Pris: I år er kurset gratis for regionens danseledere incl. forplejning.

Danseledere udenfor regionen er velkomne, men her er prisen 150 kr. pr. person incl. forplejning.

Af hensyn til bestilling af mad og materialer er tilmeldingen senest 10. august til: Anne Marie Rasmussen, tlf. 74 56 63 36.

Region Vendsyssel

Kursus

Kursus i danse fra Nordisk Træf.

Lørdag d. 24. okt. kl. 10 – 16

Bien, Brønderslev.

I samarbejde med region Himmelland.

Danseledere:

Aase Henningsen og Aase Petersen.

Pris inkl. Materialer 200 kr.

Medbring selv mad og drikke.

Tilmelding senest 12. okt. til

Aase Henningsen tlf. 98821303,

Aase Petersen tlf. 98247840.

stykker smørrebrød.

Tilmelding til Birte Stisen tlf. 75 89

72 39 senest den 1. september.

Danselederkursus

Danse fra Nordisk Træf 2009.

Lørdag den 19. september 2009.

Tid: Kl. 9.30 – ca. 15.00.

Knudepunktet, Vejen.

Pris: 75 kr.

Underviser: Inga Kristensen.

Vi kommer med kaffe og rundstykker. Medbring selv mad og drikke til resten af dagen.

Tilmelding: Birte Stisen 75 89 72 39 senest 12. september 2008.

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Kursus Nordiske Danse

Lørdag d. 17. oktober kl. 10.30

Kultur- og Fritidscenter ”Værkerne”

Frederiksvej 27, Sorø.

Instruktører: Aase Henningsen og Anne-Mari Hartoft.

Priser (incl fortæring):

Regionens danseledere: kr. 50, -

Andre danseledere: kr. 150, -

Dertil kommer materialer.

Tilmelding senest d. 1. oktober til

Kirsten Munch tlf. 5943 5865 eller

kirsten@ravnmunch.dk

Region Viborg

Kursus

Kursus i Nordisk Træf 2009.

Lørdag d. 26.9.09 kl. 9,30 – 15

”Alhuset” Kastaniealle 27, Kibæk.

Regionen betaler for undervisning og fortæring, men ikke for CD.

Tilmelding iflg. annoncen for Region Ringkøbing eller Conny Andersen, tlf. 97 57 45 80.



Region Vejle

Danseledermøde

afholdes fredag den 4. september

2009 på Balle Musik – og Idrætsefterskole kl. 16.00 – 20.00.

Vi skal snakke, danse og have et par

Afsender:
**Landsforeningen
Dansk Seniordans
Østergade 14
8370 Hadsten**



LANDSFORENINGEN DANSK SENIOR DANS
POSTBOX 22, ØSTERGADE 14, 8370 HADSTEN Tlf. 86 91 51 20
Formand: Solveig Baunsgaard Tlf. 97 88 44 02

Kontakt til regionsbestyrelserne:

Region Vendsyssel:

Lisbeth Madsen, Hirtshals (lisfolke@stofanet.dk) Tlf. 98 97 88 15

Region Himmerland:

Rosa Skriver, Støvring (skriver@besked.com) Tlf. 98 37 33 13

Region Viborg:

Conny Andersen, Jebjerg (jcandersen@os.dk) Tlf. 97 57 45 80

Region Ringkøbing:

Bo Røyen (boroyen@hotmail.dk) Tlf. 97 19 20 08

Region Aarhus:

Karen Margrethe Pedersen (kmp@12mail.dk) Tlf. 86 98 01 72

Region Vejle:

Birte Stisen, Stouby (stisen_herbst@mail.tele.dk) Tlf. 75 89 72 39

Region Fyn:

Lene Damkjær, Ørbæk (lene.damkjaer@privat.dk) Tlf. 65 98 17 73

Region Sønderjylland:

Anne Marie Rasmussen, Haderslev (amras@post.tele.dk) Tlf. 74 56 63 36

Region Ribe:

Inger Margrethe Knudsen Tlf. 75 19 83 76

Region Vestsjæl./Storstrømmen:

Kirsten Munch, Holbæk (kirsten@ravnsmunch.dk) Tlf. 59 43 58 65

Region Syd for Strømmen:

Bodil Løkke, Sakskøbing Tlf. 54 70 53 97

Region Nordsjælland/Roskilde/Bornholm:

Lise Klint, Vedbæk efter kl. 18 Tlf. 45 89 18 36

Region Storkøbenhavn:

Kirsten Bauer (kirstenbauer@webnetmail.dk) Tlf. 29 84 43 42