

LANDSFORENINGEN
DANSK SENIOR DANS



Årets Gang²⁰⁰⁹



Nr. 4 - Oktober 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
 Måre Byvej 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
Bankkonto 7270-1025198
Giro 24 54 823

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

Forsiden:

Dans på Ishøj strand.

Årets Gang

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

Deadline for materiale til
 januar-nummeret: 1. dec. 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 aktivitets-
 kalenderen, bedes I venligst skrive for hvil-
 ken region, I ønsker meddelelsen bragt.

UDEBLIVELSE AF BLAD OG MEDLEMSREGISTRERING

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

En god oplevelse fra Landsstævnet i Holbæk

Da jeg nu har danset seniordans i et stykke tid, og den aktivitet var med på programmet for Landsstævnet i Holbæk, var det en oplagt chance at komme derop. Har delta- get på landsstævnet før nemlig i Silkeborg. Da min mand og jeg syntes, det var en god oplevelse, ville vi gerne prøve igen. Stæv- net var fra torsdag den 2. juli til den 5. juli. Vi havde jo glædet os til at være sammen med en hel del seniordansere, men der var ikke mange, som ville med. Dette skyldes jo nok, at det er for dyrt og primitivt. Ja man skal jo være indstillet på at ligge på gulvet på en luftmadras.

Indkvartering foregår jo på en skole, og man deler jo bedefaciliteter og toiletforhold med mange andre. Nå det er jo prisen, når man gerne vil med. Lisbeth havde jo også lavet et fint forarbejde, og hun var på alle må- der en dejlig støtte, så vi følte os jo ikke så alene. Jeg vil også benytte denne lejlighed at sende en hilsen til de søde dansere Kir- sten og Lise fra Væggerløse, vi hyggede os godt sammen med dem. Nå nu er vi frem- me ved indmarchen, som er et af de store højdepunkter. Min mand og jeg var delta- gere i denne, det behøver man ikke, men det er jo ligesom at være til OL, når man marcherer ind på stadion. Der var jo også kongelig islæt til denne indmarch. Ja det er meget krævende at stå i flere timer, men sammenholdet fra alle deltagere er jo med til at gøre det hele festlig, selvom fødderne brænder. Ja så kom fredagen, hvor vi skul- le danse de danse, som Lisbeth og Solveig havde udvalgt. Vi fra Storkøbenhavn hav- de jo i november været så heldig, at Lisbeth

havde været i Kedelhallen og trænet med os. Vi skulle opvise på Kulturkasernen, og hvis I dansere havde forventet at se os på TV, skulle I have set, hvor lidt plads der var. Vejret var meget varmt. Efter vi havde dan- set de 4 danse, gik vi ud og bød publikum op til dans. Lisbeth havde givet os røde blå bånd, og de blå fik røde bånd. Ja vi danse- re fik alle en med ud på gulvet, så der blev dannet 2 kredse. Jeg vil også her sige tak til både Lisbeth og Solveig for deres store indsats. Det var rart, at vi ikke skulle træne og ikke som andre hold ikke kunne komme ud og se, hvad der ellers skete på stævnet. Der er jo mange tilbud at vælge imellem, og overalt i byen kan man jo se, hvem der er stævnedeltager - alle har jo den samme rygsæk på. En flot rygsæk i forhold til den i Silkeborg, men det skal da lige også siges, at vi har betalt for den.

Det var også bedre tilrettelagt denne gang, da vi nåede at spise morgenmad og kunne lave vores frokost. Alt stod på lange borde, og vi sad mange sammen på lange bænke og borde, hvis der var plads nok! Vi hav- de fået et siddeunderlag, så det var så bare om at komme ud på græsset og spise. Min mand og jeg var enige om, at vi havde fået meget ud af dette stævne, til trods for at vi ikke mødte så mange seniordansere. Der var dog et hold, som kom fra Jylland. En stor tak til Anni, som jeg har lært at kende på mine lederkurser, og som altid gæster Ke- delhallen. Et rigtigt godt initiativ.

*De kærligste dansehilsner fra
Kirsten Bauer*

Seniordanserne fra Jels, Arnum og Rødding har været på hyggetur til Jels Voldsted.



Først var det danserne fra Jels og Rødding, vi var 28 personer.

Så var det danserne fra Arnum, da var vi 24 personer.

Begge dage var det godt vejr, det var vi glade for, da vi skulle sidde ude og drikke kaffe.

Vi startede med kaffe, kage og sang, vi havde selv kaffe med, danselederne havde bagt kage.

Bagefter gik de fleste med rundt om Jels Midtsø, det foregik i et roligt tempo, så vi også havde tid til at snakke med hinanden.

Vi sluttede med en sang.

Det var to dejlige dage.

På havebesøg

Gerda og Rasmus Klausen fra Sønder Hygum er nye seniordansere, de er så glade for at være med til at danse, at de havde inviteret Rødding Seniordansere på havebesøg.

Vi drak kaffe, så dansede vi udenfor, og til sidst var vi rundt for at se deres flotte have, en rigtig dejlig dag i smukke omgivelser, der var 15 personer med.

Gerda og Rasmus Klausen havde også inviteret Arnum Seniordansere på havebesøg og dans, det var også en dejlig dag med godt humør og godt vejr, 17 personer deltog.

En stor tak til Gerda og Rasmus for deres store gæstfrihed.

Kirsten og Margit

Lad os høre noget mere om dans

”Forleden fik jeg fat i julinummeret fra sidste år af ”Årets Gang”.

Det var åbenbart ikke blevet læst grundigt i første omgang, for artiklen om Kørestolskongressen var ny for mig. Der stod en del om dans, bl.a.:

Om Engelsk vals: ”På første taktdel bliver man stående på sin hæl (det laveste punkt), derefter (2) kommer man op på fodballen og på optællingen 3 vil man være på toppen af stigningen, og sænker sig derefter igen ned på hælen.”

Ved at læse det, blev jeg klar over, hvor meget jeg savner, at der ikke skrives mere om dans i vores blad. I håb om, at andre vil

følge efter, vil jeg komme med mine tanker om ”Parkreds”:

”Meningen med ”Parkreds” må være, at hvis man så det fra oven, ville de to dansendes arme danne en cirkel. Parrets opmærksomhed er inden for cirklen. Man behøver ikke at se hinanden i øjnene, men man ser ikke ud på de andre”.

Der er mange emner indenfor Seniordans, som det kunne være spændende at høre medlemmernes mening om. Udover dansens teknik vil jeg kun nævne de hensyn, vi må tage både til andre og os selv, fordi mange af os jo har skrøbeligheder. Mange går sikkert med tanker og ideer, som de gerne vil have frem.”

Niels Verner Skak-Nielsen

Højskoleuge i Silkeborg

Jeg føler trang til at sige tak til Højskolen, lærerne samt vore to dejlige danseinstruktører Alice og Åse - samt de glade dansere.

Vi havde en dejlig uge.

Jeg havde store forventninger inden, og de blev mere end opfyldt.

Vi har danset, sunget, hørt gode foredrag og udflugter.

Gåture var der også mange, der gerne deltog i.

Arrangementet var fint. Vi spredte os godt i alder fra 59 til 88 år.

Der var 4 fra Norge - ellers danskere.

Jeg har glade timer og minder i oplevelsespakken – er brugt og træt.

Søvn fik vi ikke meget af – (tredie halvleg) – selvforskyldt.

Jeg skal af sted næste år.

*Store varme hilsener fra
Karen Risom, Lihme*



Byglandsfjord

10 års-jubilæumstur til Norge Kristi Himmelfartsdag

34 dansere satte hinanden stævne i terminalen hos Color Line og tog med ”super speed” til Norge, hvor vi blev modtaget på kajen af Anne Lise Schaldemose og guidet i bus til Revsnæs Hotel ved Byglandsfjord. Vi møder altid en særlig gæstfrihed hos norske dansere, der gerne rejser langt for at være sammen med os, så vi blev en stor flok på 104 dansere.

Vi fik værelser anvist og gik til middagen, hvor værten (i bunad) hilste og gav hånd til alle og bød velkommen. Om aftenen dans, derefter hygge i baren, hvor sangstemmerne blev godt smurt akkompagneret af Lis.

Næste dag blev vi delt i 2 hold, så efter mor-

genbuffet kørte det ene hold til Haakon’s Atelier og stavkirke. Det var en smuk tur derop. Haakon Torsland er uddannet i Paris. Hans vævede billedtæpper er flotte og mange. Den lille stavkirke var han selvbygger til. Det andet hold dansede. Middag og dans og hygge.

Næste dag skulle vi med BJOREN, den eneste vedfyrede båd, der er i Norge. Det var en ualmindelig smuk sejltur på Bygglandsfjorden. NRK reporter S. Skomedal var guide om bord. Det andet hold kørte i bus til et glaspusteri, hvor der også var salg af smykker. Begge hold mødtes så deroppe ved 3 gamle norske bygninger, der nu var museum. Vor vært, der var guide på bussen stil-



lede nu kæmpegyrder med kødsovs, ris og salat frem. Det var bare hyggeligt at sidde der på medbragte taburetter og spise. Drikkevarer var der også medbragt. Vel hjemme igen festmiddag og dans.

Næste dag kørte vi efter frokost til Kristiansand, nordmændene til toget og danskerne til færgen. Vore danske ledere Lis Madsen og Aase Henningsen gjorde sammen med Anne Lise Schaldemose og Inger Vashuus deres til det blev så vellykket en tur.

En Hirtshalsdanser

En oplevelsesrig sommer

Nu er sensommeren over os med begyndende opstart af en ny dansesæson hjemme i regionerne.

Jeg har stor lyst til at fortælle lidt om, hvad jeg oplever gennem seniordansen i Brønderslev.

For ca. tre år siden hørte jeg tilfældigt om seniordansen. Min mand ville straks prøve, men jeg var ikke lige parat men valgte dog at gå med næste gang.

Det må jeg nok sige blev et vendepunkt i min tredje alder. Jeg blev straks fuldstændig bidt af det. Det skyldes nok ikke mindst den dejlige varme modtagelse vi fik af en smilende instruktør og en stor flok glade dansere.

Vi følte os straks meget velkomne i kredsen.

Sommeren har for mig gennem seniordansen været fyldt med rigtig gode og glade oplevelser.

Jeg har deltaget to gange i dansefratid henholdsvis i Aabybro og Slettestrand, været på Silkeborg højskole, hvor dansen selvfølgelig havde første prioritet, men ellers også program med foredrag, udflugter og en masse sang fra højskolesangbogen.

Jeg kan stærkt anbefale sådan et ophold, man bliver ”høj” af det.

Jeg vil også gerne nævne instruktørkursus, som er spændende og lærerigt uanset hvad man vil bruge det til, mulighederne er der. Ja – måske bare til at udfordre dig selv.

Det er også vigtigt at vise interesse og deltage i de gode arrangementer vi har hjemme i kredsene f.eks. dansedage, én dags højskoledage, stævner, udflugter og ture i både ind- og udland.

En stor tak til alle som laver et stort og oplevelsesrigt arbejde indenfor seniordansen.

*Stor dansehilsen
Else Bak*

Dans dig glad

Højskolen Marielyst

– folkehøjskole for den 3. alder



Højskolekurser og masser af seniordans.

På Højskolen Marielyst fra den 26. april til den 9. maj 2010.

Danseinstruktør er Lisbeth Christiansen med hjælp fra Mette Grønnegaard, forstander.

Ud over dans byder de 14 dage blandt meget andet på kurser om:

Klassisk tegning i teori og praksis

Løvspring om naturen netop nu

En heldagsudflugt er også en del af kursusopholdet.

*Tilmelding fra d. 1.11.09 – rekvirer kursusprogram på tlf. 5413 6361
eller se www.hojskolensmarielyst.dk*

Dansefritid Slettestrand



Fra 10/8 – 14/8 2009 var Else Cholewa og Rita Simick for 10. gang danseledere på en dansefritid, de første år på Tranum Strand, de senere på Rønnes Hotel, Slettestrand.

Det er let at mærke, at de to arbejder godt sammen, det giver en god ånd og er til stor glæde for de dansere, der deltager. Denne dansefritid udmærker sig delta-germæssigt ved at være et rigtig godt miks af bornholmere, sjællændere, sønderjyder, midtjyder, vendelboere osv. – år efter år med mange gengangere, men også med nytilkomne. Ikke mindst på førstedagen er det rigtig dejligt at møde de kendte ansigter og samtidig fornøje sig over, at der er nye iblandt – der bliver givet mange smil, håndtryk og knus.

Else og Rita er så fine til at give af deres viden og kunnen til både øvede og mindre øvede – ingen bliver overset – det er

nok en stor del af grunden til, at deres dansefritider hurtigt bliver udsolgt.

Som skrevet var det i år Else og Ritas 10 års jubilæum, og det gjorde naturligvis vor sidste aften ekstra festlig med sange og muntre indslag – ikke mindst de to ledes musikalske udstyrsnummer udløste megen latter og lange klapsalver. Rønnes Hotel er for gourmander – ih, hvor vi smovsede!! Der er gode senge, bad, hvor alt fungerer, sødt og hjælpsomt personale – der var lidt problemer med deres varmeinstallation, men mon ikke de blev løst?

Et par gode eftermiddagsudflugter i den skønne natur var med til at give os en dejlig uge. Tak til Else og Rita og de bedste dansehilsner til alle fra en glad deltager.

J. H.



På tur til Hankenegge

Vi var 9 dansere, der drog med Solveig og Allan Christiansen til Hankenegge i Tyskland. Vi har i vinter danset hos Solveig og var heldig at få budet til en ferie, vi nok sent glemmer. Det var så hyggeligt alt klappede, vi lærte mange nye danse og mange nye ansigter at kende.

Vi var på udflugt hver dag, havde gode danse, hyggelig samvær med sang og til sidst hygge på værelserne. Tak til Solveig, og specielt til Allan, som var praktiske gris og hyggeonkel.

*Tak fra en af de ni
Bodil Andersen*

Glæd jer seniordansere

- til 16 nye, spændende danse



Nordiske Seniordansere på Vildbjerg.

Nordiske danseledere var i august samlet i Vildbjerg. Vi mødes hver tredje år, og i år var Danmark værtsland. Hvert land medbragte fire nye seniordanse, og jeg synes de fleste var rigtig gode, brugbare og meget forskellige.

Der var Rækkedanse, Kredsdanse, Polka, Samba, Valse, Charleston, Polskatrin, en Femparsdans og Rounds.

Musikken er nyindspillet i en rigtig god kvalitet. Der vil blive holdt kurser for danseledere i disse danse rundt om i landet, så alle kan få glæde af dem.

Nogle seniordansere har spurgt om, hvor dansene kommer fra? Det er forskelligt. Nogle danseledere finder ”gamle” danse frem og gør dem seniordanseegne. Andre kreative danseledere laver koreografi til noget musik, som inspirerer dem.

Herefter skal de godkendes af et danseudvalg, danses igennem og tilpasses vor terminologi.

Det er skam en lang proces, inden de bliver godkendt som velegnede til jer dansere.

B.K.

Sydspanien i foråret

Torremolinos i 10 dage

22 april til 1 maj 2010

En spændende rejse til det sydlige Andalusien. Både romere og maurerne har sat deres tydelige arkitektoniske spor i bygninger og byer.

Cordoba var en gang Europas største by.

Byens altoverskyggende historiske bygning er La Mezquita den pragtfulde kæmpemoske som blev påbegyndt i 785 og afsluttedes i 990.

Nerjagrotten indeholder verdens længste drypsten på ca. 70 m.

Frigiliana. Der er få landsbyer der har så stejle, snævre og krogede gader og gyder.

Ronda med den berømte Punta Nuevo bro der hører til en af 1700-tallets mesterværker inden for ingeniørkunst. Her findes også verdens første tyrefægterarena "La Maestranza" bygget i 1785, den har plads til 5000 tilskuere.

Gibraltar, som er engelsk koloni. I mange år var grænsen mellem Spanien og Gibraltar spærret. At bevæge sig rundt på Gibraltar er lidt som at komme til England for en stund.

Granada er en af Spaniens smukkeste byer. Det er her man finder det verdensberømte Alhambra, som af Unesco er erklæret for verdenskulturarv.

Hotellet ligger i Torremolinos med 5 min. til centrum og 10 min. til Middelhavet. Det har opvarmet svømmebassin på taget.

Der skal naturligvis danses.

Pris pr. person kr. 7.850,00

tillæg for enkeltværelse kr. 950,00

I prisen er inkluderet:

fly Billund/Malaga og retur

hotel med morgenmad

bus med dansktalende guide

entrebilletter til ovenfor nævnte seværdigheder

For at prisen kan holdes så lav skal der mindst være 20 deltagere, max 30.

Sidste tilmeldingsfrist er tirsdag den 29 december 2009.

I bedes venligst rekvirere udførligt program.

Inga Kristensen tlf.: 86545678, mail: inga.kristensen@gmail.com

Tove Marie og Normann Poulsen tlf.:75657763, mail: tm-np@privat.dk



Sidste dans med vennerne



"Vores" Ulla har taget sig en glad svingom i Seniordansens tegn siden 1986 under forskellige ledere.

Spørger man Ulla, siger hun, jeg har altid elsket dans, musik og bevægelse, der er ikke noget bedre end Seniordans, det giver god motion, man får rørt arme og ben og sågar hovedet, man skal hele tiden være et lille trin foran, skulle man møde op og være

lidt sur fortager det sig hurtigt, når man møder sine dansevenner.

Her i marts måned fyldte Ulla 93 år og mente, at nu var det på tide at danse af.

Vi dine dansevenner i Næstved Seniordansere vil komme til at savne dit gode humør, glade smil og det lille "snert", når man fik dummet sig lidt i dansen.

Vi ønsker dig forsat et godt otium.

*Mange hilsner fra
Næstved Seniordansere, Gudmund*

Seniordans i Århus Festuge!

En mail fra Århus Festuge med invitation til dansegrupper og foreninger om aktiviteter foran Musikhuset kunne vi ikke stå for. Hurtigt fik vi samlet en gruppe på 16 Seniordansere, og tiden blev sat til torsdag den 3. september, eftermiddag.

Der var meldt regn hele dagen, men da vi gik på fliserne for at danse, blev det tørvejr, og det varede, til vi var færdige.

13 danse blev det til, og mange stoppede op for at nyde dans og musik, en rigtig god oplevelse for alle.

Vi synes også det var god PR for seniordansen.

Med hilsen fra Århus Regionen



Nordisk seniordanseleder kongres i Danmark 2009

Glad og spændt rejste jeg til Vildbjerg sports- og kulturcenter, hvor den store nordiske seniordanseleder kongres fandt sted i dagene 10. til 15. august 2009. En sådan kongres finder sted hvert tredje år. Deltagerantallet var begrænset til 125, heraf var 24 fra Sverige, 27 fra Norge, 1 fra Island, 46 fra Finland (herfra var der to hold, et finsk og et svensktalende), og fra Danmark var vi 26. Jeg var den eneste fra Sønderjylland, godt nok var der et par andre sønderjyder med, men de havde deres virke andre steder i landet.

En arbejdsgruppe her fra Danmark havde lagt et kæmpearbejde i at tilrettelægge hele ugens program. Alle var enige om, at de havde udført et formidabelt stykke arbejde til alles tilfredshed.

Mandag eftermiddag gik med ankomst og indkvartering. Vi boede alle sammen på Idræts- og kulturcentret, undtagen nordmændene som boede på Vildbjerg hotel. Fra 17,30 til 18,30 var der fælles middag, hvor vi fik en forsmag på, hvilken god mad vi skulle have hele ugen. Klokkeren 19 fandt åbningen sted, og derefter var der fri dans. I seniordans kommer man hurtigt til at danse med en anden partner, og med smil og åbent sind, som alle havde, fik vi en rigtig hyggelig aften, som langt fra sluttede klokken 21, som programsat.

Dagens programmer var meget koncentrerede. De startede med morgenstræk, vandgymnastik eller stavgang fra 6,15 til 7,00, derefter morgenmad fra 7,15 til 8,00. Fra 8,15 til 9,00 præsenterede hver dag et nyt land siddedans. Resten af formiddagen gik med, at Danmark og Norge viste deres

fire danse. Hertil havde hvert land 45 minutter. Lunch var der fra 12,00 til 13,00 og derefter fri til klokken 14. Så var der tid til, at Sverige og Finland viste deres danse. Eftermiddagens sidste time blev brugt til line-dance før middagen fra 18,30 til 19,30. Fra klokken 20 til 21 var der så fri dans om aftenen, som der stod i programmet. Det reelle sluttidspunkt lå alle aftenerne nu nærmere 23,00.

Som værtsland var det os, der lagde ud med at præsentere vore danse. Vi var godt nervøse for, hvordan det skulle gå, for vi havde ikke haft mulighed for at øve dem forud, men takket være vore dygtige danseinstruktører gik det uden problemer, og vi dansede de flotte nye danse til god musik med godt humør.

De følgende dage var skåret over samme læst, bortset fra, at de på første dagen viste danse nu blev repeteret. En undtagelse var dog torsdagen, hvor vi fra 9,30 til 18,00 var på bustur i det smukke Midtvestjylland godt guidet af Birthe, som fortalte om alt det, vi så. Frokosten var helt i top og på Nørre Vosborg fik vi Danmarks bedste lagkage, sagde de alle. På grund af min diabetes kunne jeg ikke være med til at bedømme den.

Til den frie dans om aftenen skiftedes de forskellige lande til at stå for det sociale samvær, og på denne aften, efter busturen var det Finlands tur. Det gjorde de fint med godt humør, og vi havde en fin aften, selv om de fleste af os havde bøvvl med det finske sprog, men vi sang da med, så godt vi kunne, på deres sange.

Ud over de sædvanlige aktiviteter om

fredagen, blev også siddedansene og seniordansene, som var blevet præsenteret, optaget på DVD, så vi efterfølgende har noget at støtte os til, når vi hjemme skal instruere i alt det nye vi har lært.

Efter festmiddagen fredag klokken 18, hvor vi fik alle tiders menu, var der igen fri dans, foruden at vi blev underholdt af Vildbjerg Gospelkor og en gruppe folkedansere fra Horsens. Det var underholdning i høj

klasse. Det var en fin aften, hvor ikke engang klokken 23 kunne holdes som afslutning.

Om lørdagen, efter morgenmaden op ad formiddagen, var det så tid for afrejse. Selvfølgelig var det vemodigt at skulle skilles fra en masse dejlige mennesker, man havde haft det godt med i en uge, men jeg er glad og lykkelig for, at jeg kunne være med til denne oplevelsesrige uge.

Else Saxburger

Turen til Tranum strand



Mandag d. 24 aug. mødtes 52 dansere fra region Århus til dans og festlig samvær. Vi kom i biler fra nær og fjern. Der var gensynsglæde og snak, så et værelse, kaffe, dans middag og dans. En aftentur til havet for at se solen gå ned.

Solen gemte sig, men stemning var der. Vi sang en aftensang og en var modig og var i vandet.

Dagen efter en bustur bl.a. til Løkken og Børglum kloster, hvor vi spiste den madpakke, vi selv havde smurt om morgenen,

så en guidet tur i klostret. Så hjem til middag, dans og sang.

Onsdag: efter morgenmad, samling med sang og fortælling ”Nattergalen” læst af Karen Margrethe. Dans, frokost, og dans igen. Festmiddag med underholdning og solosang af Gitte. Igen en ferie vi vil huske, og som vi kan takke danselederne Birthe, Gitte, Gunhild og Karen Margrethe for.

En hilsen til alle deltagerne fra Anna og Knud Aagesen, Hadsten

10 års jubilum med 100 norske seniordansere

I 10 år har der været et godt samarbejde mellem norske og danske seniordansere. Det samarbejde har betydet at dansere fra de 2 lande er mødtes flere gange hvert år. Norske seniordansere var indkvarteret på hotel Søparken i Aabybro i 3 dage, hvor der blev danset og udflugter til City Syds indkøbscenter i Aalborg.

Det var Inger Vasshus fra Sandness i Norge, der tog initiativ til den første fælles dansedag. Siden er det blevet til mange fælles dansedage skiftevis i Norge og i Danmark. Seniordansen i Norge er forholdsvis ny, begyndte i 1995 og i Danmark i 1986. I 1999 var der 30 dansere fra Norge, der tog til Hjørring for at lære af danskerne.

Året efter var der 20 danske seniordansere på besøg på Norges nationaldag den 17. maj, og siden er samarbejdet etableret.

Dansedagene blev ledet af bl. andet danske danseledere Aase Henningsen og Lis Madsen.

Sidste dag brugte danske seniordansere hele dagen til at fejre jubilæet.

Som underholdning var der en flot opvisning af 5 kørestols linedansere "Dancing on Wheels" fra Aalborg. Senere af 16 folkedansere fra Åbybro som var i flotte dragter. Thora og Vagn Hansen gav også en flot opvisning.

En stor oplevelsesrig dag og dagen blev afsluttet med festmiddag på hotellet.

Med venlig hilsen
Aase Petersen, Skolevej 14,
9490 Pandrup, tlf. 9824 7840 og 6177 7840

Her har I en sang, som blev sunget i Vildbjerg. Jeg er sikker på, at I kan få glæde af den i jeres dansekredse.



Melodi: Livstræet

1. Årene er ingen hindring
for at gå til seniordans.

Til og med gir' dansen lindring,
skærper hver en svækket sans.

Det er målet for seniordansen:
Sjov og hygge for røde og blå.
Emsomheden forsvinder i kredsen,
når man har dansesko på.

2. Dansetrin i alle takter:

Tango, vals og charleston.

Sikke svære trin vi magter,
når vi følges hånd i hånd.

Der er masser af seniordanse,
vi skal lære som røde og blå.

Vi står klar, når musikken begynder,
og vi har dansesko på.

3. Vi, som er den tredje alder,
vi har brug for sund motion.

Lis'så snart musikken kalder,
er vi klar til en lektion.

Når vi mødes i seniordansen,
blir' vi rørt både røde og blå.

Blodet ruller og pulsen den stiger,
når vi får dansesko på.

4. Seniordans blir' sjov og latter,
når vi mister retningssans,

eller parvis ikke fatter
hvor vi er i denne dans!

Den kan udfordre, seniordansen,
stille krav til de røde og blå.
Med humør kan vi klare det hele,
når vi har dansesko på.

5. Vi har fælles interesser,
dans er godt for sjæl og krop.

Vi kan lære ny finesser,
når vi møder trofast op.

Når vi mødes i seniordansen,
og vi svinger os, røde og blå,
kan vi føle os næsten som unge,
da vi fik dansesko på.

6. Pludselig er tiden gået,
og den faldt os ikke lang.

Hvad vi ikke helt har nået,
må vi ha' den næste gang.

Tak til alle for seniordansen,
tak fra både de røde og blå!

Vi vil glæde os lige indtil vi
igen får dansesko på.

Steen Damkjær

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

Seniordanserne på Bornholm



Seniordanserne fra Eggeslevmagle SG&IF var fra den 20. til den 27. august på Bornholms Højskole. Det blev en uforglemmelig oplevelse. Alle på højskolen lige fra forstanderen til pedelmedhjælperen vidste ikke al det gode, de kunne gøre for at forsøve vort ophold.

Med smukke højskolesange og interessante foredrag. Vejret var med os på travetur i Ekkodalen og Hammershus, på ture til Svaneke og Gudhjem og ikke mindst på en udflugt til Christiansø. Dansk Seniordans stod for arrangementet, som blev ledet af Ingrid Brahms og Lisbeth Christiansen.

Der blev danset hver dag, både gamle og nye danse.

Et morsomt indslag den sidste aften var, at nogle seniordansere havde klædt sig ud som "The Ekkodal Dancers", som kom på besøg og gav en opvisning. Dette indebar at herrene havde klædt sig ud som damer med alt, hvad det indebar af yndefulde dansetrin.

Dette vakte en hel del morskab. En uge man aldrig glemmer.

*Venlig hilsen
Jette Thelander*

Regionale aktiviteter for dansere

Region Århus

Efterårsstævner:

Hornslet Hallen, Stadionvej, 8543

Hornslet

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. 86 29 16 21 senest 8 dage før.

Nytårsfest i Region Århus.

Sted : Randers Hallen (dans i Annekshallen)

Sjællandsgade 57 (P-plads fra Viborgvej). 8900 Randers

Tidspunkt:

Søndag d. 3. januar 2010,

kl. 12.00 – ca. 18.00

Pris: kr. 280.00

Dagens program:

Start kl. 12.00 med middag (herunder underholdning).

Drikkevarer købes på stedet.

Herefter dans, eftermiddagskaffe og natmad.

Mød op lidt festligt pyntet evt. med hat, fjer, blomst, sjal eller lignende.

Gode tog- og bus forbindelser.

Tilmelding fra d. 19. oktober 2009 til

Gunhild Jensen, Randers tlf. 86 43

32 68

Tilmeldingen sker efter ”først til mølle princippet”.

Beløbet skal betales til danselederne.

Tilmelding er bindende.

Hvis vi i tilfælde af dårligt vejr, må aflyse festen, ser vi os desværre ikke i stand til at tilbagebetale hele det indbetalte beløb.

Region Fyn

Højskoledag

Søndag den 1. november 09 kl. 10.00-16.00

på Vejstrup Ungdomsskole, Højsko-
levej 49, Vejstrup.

Foredrag, sang, frokost, dans og kaffe med kage.

Pris : 150 kr. for medlemmer

170 kr. for ikke medlemmer

Tilmelding og betaling til danselederne senest den 9. oktober

Nytårsbal

Fredag den 15. januar 2010 kl.

17.30-23.00

i Ryslinge forsamlingshus, Gråbjerg-
vej 16, Ryslinge.

www.Seniordansfyn.dk

Region Himmerland

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 98 62 11 10

Generalforsamling 2010.

Lørdag den 9. januar 2010 kl. 15.00

indkaldes til generalforsamling i Aktivitetscentret, Bymidten, Aars.

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Kandidater til bestyrelsen, samt forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.

På valg er:

Elly Engedal

Inger Andersen

Alle medlemmer af Dansk senior

Dans er velkommen.

Regionen er vært ved en kop kaffe

med brød, derfor gerne tilmelding til

Rosa Pedersen 32 14 77 90 eller 41

40 91 60 senest den torsdag den 4. januar 2010.

Husk at medbringe medlemsbevis.

Tidspunkt: 22. november kl. 15.00

- 17.00

Pris: for medlemmer kr. 30,00

ikke medlemmer kr. 40,00

Betaling ved indgangen.

Tilmelding til Ruth Weisdorf tlf. 45

83 05 86 efter kl. 18.00,

Senest d. 9 november

Tilmeldingen er bindende.

Kaffe/Kage kan købes i cafeteriet.

Bus fra Lyngby station nr. 161 , 165

Festligt Nytårsbal

Lørdag d. 9. januar 2010 kl. 12.00-

17.00

Frederiksborg Centret, Mildnersvej

39, Hillerød

Pris: for medlemmer kr. 300,00

ikke medlemmer kr. 350,00

Beløbet dækker:

halleløbe, buffet, kaffe, samt overraskelser

Bindende tilmelding og betaling til

danselederen senest 13. november.

Danselederen kontakter Jytte Agerbo,

tlf. 45 87 08 53

eller Ruth Weisdorf, tlf. 45 83 05 86

begge efter kl. 18.00

Danselederen indbetaler senest 20

november beløbet på konto

Nordea reg.nr. 2252 - 62 66 71 43 68

Velmødt med eller uden hat.

Region Ribe

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Søndagsdans i Engelsborghallen

Engelsborghallen, Engelsborgvej 93,

Kgs Lyngby

Søndagsdans.

I Esbjerg på Østerbycenteret, Ribegade 169.

Seniordans

Søndag d. 25 okt. 14 - 16

Søndag d. 24 jan. 14 - 16

Søndag d. 28 febr. 14 – 16

Søndag d. 21 marts 14 - 16

Pris 50.- incl. Kaffe – te og hjemmebag.

Alle er velkommen, nye som tidligere dansere.

Kate tlf. 75139642 – Rina 75470926 og Anne-Lise 75451719.

Generalforsamling og Seniordans

14 marts kl. 13,30 til 17

HOTEL Rødding, Torvet 8, Rødding
Tilmelding og betaling til jeres danseleder

Medlemmer 70 kr.

Ikke medl. 90 kr.

Ønskedanse til Inger-Margrethe

Senest 22 febr.

Region Ringkøbing

På www.ringdans.dk kan du altid holde dig orienteret om arrangementer i Region Ringkøbing.

Løvfaldsfest.

Vi holder løvfaldsfest, *lørdag den 31. oktober, på Hammerum Efterskole, Tornebuskvej 1, Hammerum.*

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 Brahms, tlf. 97 14 20 87.

Generalforsamling.

Lørdag, den 30. januar 2010, kl.

13.00, holder vi generalforsamling i Kloster Idræts- og Kulturcenter, Bandsbyvej 2. Kloster ligger i nærheden af Søndervig. Dagsorden iflg. vedtægterne. På valg er Ingrid Brahms og Gerda Røy samt de 2 suppleanter. Forslag til dagsorden eller til kandidater skal afleveres til Bo Røyen senest 14 dage før. Efter generalforsamlingen er der dans, kaffe og smørrebrød. Afslutning ca. kl. 16.00. Pris kr. 50. Tilmelding senest den 25. januar til Bo Røyen, tlf. 97 19 20 08.

Danseweekend i Viborg.

Golf Hotel Viborg, Randersvej 2, er rammen om vores danseweekend i 2010. Vi vil være gode ved os selv med kaffebord, festmiddag og seniordans. I 2009 måtte vi afholde 2 week-ends, så det gør vi igen. Det første arrangement starter søndag, den 28. februar om eftermiddagen med afrejse næste formiddag. Det andet arrangement starter søndag, den 7. marts om eftermiddagen med afrejse næste formiddag. Begge gange er der arrangeret byvandring i Viborg mandag formiddag.

Pris pr. person i dobbeltværelse er kr. 660. Et enkeltværelse koster kr. 860. Tilmelding og betaling sker via din danseleder senest den 28. januar. Henvendelse om arrangementerne kan rettes til Ingrid Brahms, tlf. 97 14 20 87, eller til Bo Røyen, tlf. 97 19 20 08.

På www.ringdans.dk kan du altid holde dig orienteret om arrangementer i Region Ringkøbing.

Region Storkøbenhavn

Novemberdans i Keddelhallen.

Lørdag d. 14 nov. fra 13 – 17

Nylandsvej 75 A

Tilmelding til Annelise Holmbom Nielsen

Tlf. 43 99 49 05 senest 9 nov.

Indbetaling 75 kr. til

Danske Bank 4085 3321 – 1492 19

Husk navn. Velkommen til dans,

Kaffe og godt samvær.

Region Syd for strømmen

Efterårsstævne i Rødbyhallen,

søndag d. 8.nov.kl. 10,30 - 16,00.

Pris 75 kr.incl.3 stk. smørrebrød, for ikke medl.95 kr. Medbring selv bestik, kaffe og kage. Drikkevarer kan købes. Tilmelding til jeres danseleder eller til Aase Pedersen tlf. 54601239. Senest d. 29. okt.

Region Sønderjylland

Efterårsstævne

i Jels Motel & Sportscenter, Ørstedvej 10, Jels, 6630 Rødding, *søndag den 1. november 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

Hellig Tre Kongers fest på Agerskov kro,

søndag den 10. januar 2010

kl. 12 – 18

Pris 215 kr. og 235 kr. for ikke medlem af Landsforeningen Dansk Senior Dans.

Tilmelding og betaling inden 1. december til Anna Jepsen, tlf. 74 62 47 66. Max. 100 deltagere.

Generalforsamling i Løgumkloster, *lørdag den 27. februar 2010, kl. 13 – 16.*

Forårsstævne i Augustenborg, *lørdag den 10. april 2010, kl. 10 – 15.*

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.

Generalforsamling.

Regionen indbyder Landsforeningens

medlemmer til generalforsamling *fre-
dag den 26.februar 2010.*
Flere oplysninger i næste nummer.

Region Vendsyssel

Juletur.

Tredagestur til Slesvig 9 – 11 dec. 09
Begrænset antal
Førhør nærmere hos
Lis Madsen tlf. 98978815
Bodil Jacobsen tlf 98467444

Dansedag i Sæby:

Kulturhuset, Rådhuspladsen3, Sæby
Lørdag d. 7 nov. kl. 11,30 til 16
Pris 110 kr. incl. Entre, smørrebrød,
kaffe m. lagkage samt dans.
Drikkevarer kan købes.
Max. 90 delt.(først til mølle)
Tilmelding senest 1 nov. til
Bodil Jacobsen tlf. 98 46 74 44
Lis Larsen tlf. 51 33 60 76

Nytårsfest 2010

Hotel Phønix, Bredgade 17, Brøn-
derslev
*Fredag d. 15 Jan.2010 kl. 11,30 til
16.30*
Middag fra buffet med 2 retter mad
samt eftermiddagskaffe, dans og lan-
cier.
Pris for medl. 185 kr.
” 200 kr.
Max. 70 deltagere(først til mølle)
Billetter købes hos danselederne
Tilmelding er bindende efter 7-1-10
Lis Madsen tlf. 98 97 88 15
Else Bak Andersen tlf. 98 82 13 83

Nytårsfest 2010

Dronningelund Hotel, Slotsgade 78,

Dronningelund
*Fredag d. 29 jan. 2010 kl. 11,30 til
16,30*
Middag med 2 retter mad samt efter-
middagskaffe,

Dans og lancier.

Pris for medl. 185 kr.
” ikke medl. 200 kr.
Max. 70 delt.(først til mølle)
Billetter købes hos danselederne.
Tilmelding er bindende efter d. 15–1
Bodil Jacobsen tlf. 98 46 74 44
Lis Larsen tlf. 51 33 60 76

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Stævne i Hvidebækhallen

Bygaden 19 A, 4490 Jerslev
Fredag d. 23. oktober kl. 13 – 18
Dans, 3 håndmadder, kaffe, kage, le-
je af sal
Medlemmer af LDSD 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

Nytårsdans Reersø Kro

Søndag den 3 januar Kl.13.00 -18.00.
Kl.13.00 3 stk smørrebrød (drikkeva-
rer for egen regning).

Derefter dans

Kl.15.45 kaffe/te med kringle.

Derefter dans.

Kl.17.30 suppe.

Pris 190 kr. Tag selv bordpynt og nyt-
årshat med.

Vi har 60 pladser så først til mølle.

Tilmelding og indbetaling som

er bindende skal ske senest

D.11december til Jytte Sørensen Tlf.
9595 8021

Indbetaling til Danske bank regi.3515
kontonr.3515193340

(Husk at opgive navn)

[www.123hjemmeside.dk/regionvest-
sj-og-storstroemmen.dk](http://www.123hjemmeside.dk/regionvest-
sj-og-storstroemmen.dk).

Nytårsfest i Salling Hallen

Viumvej 8, Roslev

Lørdag d- 30.01. 2010 fra 12 – 16.30

Middag – kaffe og kage – dans

Opvisning i kørestoledans

Pris pr. person for medl. 235.-

-ikke medl. 250.- kr.

Medbring nytårshat.

Bindende tilmelding og betaling

Hos din danseleder senest d. 23

–01.2010

Samlet tilmelding fra danselederne til

Elly Kjølhede Nielsen, tlf. 86 63 96

85.

Betaling til Ringkøbing Landbobank

Konto 7670 – 2265093.

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 medlem-
mer 65,- kr. ikke medl. 80 ,- kr.

Bindende tilmelding og betaling se-
nest 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



Regionale aktiviteter for ledere

Århus Regionen

Ønskedanse:

Tidspunkt : Lørdag d. 16. januar 2010
kl. 9.30 – ca. 14.00

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

Deltagerne skal selv medbringe for-
tæring/drikkevarer.

Tilmelding med oplysning om de
danske, der ønskes gennemgået
senest d. 9. januar til Gitte Moutitzen,
tlf. 86 23 07 60

Pris: 70.- kr. inkl. frokost

Drikkevarer skal købes.

Tilmelding. Rosa Pedersen, Aalborg

tlf. 32 14 77 90 eller

41 40 91 60 senest mandag d. 4. jan.
2010.

Region Ringkøbing

Ledertræf i Herning.

Lørdag den 13. februar har vi leder-
træf i Dansernes Hus på Bornholms-
vej 10 i Herning. Vi starter kl. 9.30
og slutter ca. kl. 14.30. Vi skal høre
om, hvordan det går rundt omkring,
ligesom vi kan opfriske drilledan-
se. Prisen er kr. 50. Tilmelding senest
den 10. februar til Ingrid Brahms, 97
14 20 87, eller til Bo Røyen, 97 19
20 08.

Region Fyn

Kursus i danse fra Nordisk træf 09

Lørdag den 24 oktober 09 kl. 9.30
i ”Fristedet”, Nørrevænget 8, Vissen-
bjerg.

Cd og beskrivelser kan købes på kur-
set pris: 175 kr.

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

Tilmelding til Lene telf. 65981773

Region Himmerland

Danselederens dag!

Afholdes i Aktivitetshuset, Bymid-
ten, Års

Lørdag d. 9. jan. 2010 kl. 9.30 til
14.30

Repetition af CD Nordisk træf 2009
eller danse som du ønsker gennem-
gået.



Region Storkøbenhavn

Øvedag:

D.24 Okt. 2009 kl. 10 – 15

Lyrskovgade 4

Pris 30 kr.

Region Vendsyssel

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

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.

Kaffe og the er gratis

Øvrige drikkevarer kan købes

Tilmelding senest d. 1. oktober til

Kirsten Munch

tlf. 5943 5865

kirsten@ravnmunch.dk



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 (bodil22@privat.dk) 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