



danseretningen



- **Generalforsamling**
- **Danseaktiviteter**

L A N D S F O R E N I N G E N
DANSK SENIOR DANS



Nr. 1 - Januar 2015
Årets Gang - Årgang 30



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



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



Kasserer
Erling Møller Kristensen
 Munkeparken 68, 6240 Løgumkloster
 Tlf. 74 74 38 12
 E-mail: erlingdans@mail.dk



Sekretær
Margit Batz Poulsen
 Hybenvænget 11, 8362 Hørning
 Tlf. 30 52 87 58
 E-mail: margitbatz@gmail.com



Redaktør af Danseretningen
Lene Damkjær
 Måre Byvej 38, Måre, 5853 Ørbæk
 Tlf. 65 98 17 73
 E-mail: lene.damkjaer@privat.dk



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



Eva Schmidt
 Kirketorvet 23, 8370 Hadsten
 Tlf. 23 37 06 96
 E-mail: eva@gavnholt.net



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



2. suppleant
Henry Gavnholt
 Kirketorvet 23, 8370 Hadsten
 Tlf. 60 68 88 21
 E-mail: henry@gavnholt.net

Vigtige informationer

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

Telefontider: Tirsday kl. 10.00-12.00
 Torsday kl. 10.00-13.00

Kontoret er lukket i skolernes ferier og på helligdage.

Kontoret er åben – torsdag kl. 10.00-13.00
Telefon 86 91 51 20

Bankkonto 7270-1025198
Giro 24 54 823

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

Forsiden:

Landsforeningens rejse til Blekinge 2014

Danseretningen

udkommer medio januar, maj og september.

Deadline for materiale til maj-nummeret: 1. april 2015.

Sendes til

Lene Damkjær, Måre Byvej 38, Måre,
 5853 Ørbæk, tlf. 65 98 17 73

E-mail: redaktion.aaretsgang@gmail.com

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

I SENIORDANS GIVER VI PLADS TIL FEJL



Kære seniordansere.

I efteråret 2014 var der igen "Vild med dans" i TV. Med lige dele betagelse og undren fulgte jeg parrenes bedrifter på dansegulvet. Vi blev desuden præsenteret for et indblik i dansernes omfattende forberedelser. - Jeg kan nu bedre lide seniordans! Her gør vi os bestemt også umage, men der er plads til fejl. Ja, det er fejlene, der fremkalder de største grin. Især, hvis det er danselederen, som klokker i det! - Efterhånden som sæsonen skrider frem, bliver holdene nu tydeligt dygtigere. Det behøver man ikke karakterer for at se. Det glæder en gammel danseleder!

Vi glæder os til de lysere og varmere dage. Det indebærer imidlertid også, at regionerne snart skal til at holde deres generalforsamlinger. Jeg håber, at der vil være et tilstrækkeligt antal medlemmer, som vil tage et nap i bestyrelserne. Tænk, hvor megen glæde dansearrangementerne giver anledning til!

Jeg håber selvfølgelig, at det lykkes for Region Ribe at komme på fode igen. Landsforeningens bestyrelse arbejder på sagen, som det fremgår af annoncen inde i bladet. - En god nyhed kommer fra Region Nordsjælland/Roskilde/Bornholm. De har fået en hjemmeside, så nu er hele landet dækket.

Årsmødet for regionernes bestyrelser på Pejsegården afholdes den 24. - 25. januar. Vi skal her bl.a. drøfte, hvor regionernes geografiske grænser går samt definere bestyrelsernes opgaver lidt nøjere. Den almindelige danser vil ikke mærke ændringer.

Landsforeningen holder sin generalforsamling på Vojens gymnastik- og idrætsefterskole, lørdag den 18. april. Se annoncen inde i bladet. Til den tid ved vi mere om udviklingen i økonomi og medlemsantal.

Tiden er kommet, hvor jeg skal anbefale Landsforeningens danseleder-uddannelse. Både Grundkurset og Fortsætterkurset finder sted på Hotel Blicher i Ry, den 29. - 31. maj. Det giver en god personlig udvikling at være danseleder, samtidig med at det er sjovt. Og så har vi brug for nye danseledere over hele landet!

Dette nummer af Danseretningen indeholder mange gode tilbud om høj-skoleophold. Prøv det! Men vent ikke, da nogle tilbud hurtigt bliver optaget. - God fornøjelse og god danselyst!

Bo Røyen, landsformand.

Trin og fejltrin!

En novices start på Seniordans. Omtalen i kursusprogrammet fra aftenskolen lød da lovende – let motion til musik, begyndere og øvede. Der kunne da ikke ske noget ved at prøve, det var vist nok noget med ”Først den ene vej – så den anden vej – og tju, tju Skoma’rdreng” så det ville da være til at finde ud af!

Første dansedag. Omkring en snes muntre deltagere bød venligt de nye velkommen og sørgede for blåt eller rødt silkebånd, og så var holdet ellers klar til at begynde. Den dygtige leder demonstrerede de trin, der skulle bruges, det så da rimeligt tilforladeligt ud, men så skulle det prøves med partneren!

Tænk, at det kan være så svært at vende fødderne den rigtige vej, tælle 4 skridt ind og 4 skridt ud – chassé den ene vej og vugge – så langt, så godt – men så kom der musik på! Var det nu til venstre eller højre – partneren gav nogle venlige puf i den rigtige retning, og efter talrige fejltrin var tiøren lige ved at falde, så stoppede den livlige musik.

Nye danse – mon de var ligeså indviklede? – De øvede smilede genkendende til alle de variationer, lederen letfodet demonstrerede – det føg med udtryk de øvede kendte

– volapyk for novicen – ”California Twill, Lasso, Pendul, Solo, Arkade, armkrog, tip-tip, Trojka – og endnu flere.

Partneren og de andre dansere viste stor tålmodighed og fik med megen latter novicen puffet og vendt i de rigtige retninger og kom med søde bemærkninger om, at det skal nok komme, når du bliver ved at prøve!

Pause! Hurra – et langt bord med plads til alle, en ny følte sig meget velkommen og blev straks draget ind i den muntre snak, så det var rigtigt rart inden næste udfordring! Og vi skal også øve Lancier, bekendtgjorde lederen. Glædessmil over hele linien – ”Det skal du nok få lært, det er så sjovt, og vi skal danse Lancier til Nytårsfesten”! Nå, der var der mange øvedage inden, og som sprog lærer ved jeg, at selv det mest indviklede kan læres ved repetition og repetition, så det skal komme an på en prøve!

Nu, efter 6 muntre dansetorsdage, har jeg i hvert fald fået et nyt syn på Seniordans, det er utroligt morsomt, skøn musik, stor og munter hjælpsomhed, dejlig motion for både fødder og hoved, så jeg håber, efter megen øvelse at blive en god dansepartner en dag, rød eller blå!

Inger Birkemose



Det giver en glæde, når man kan få nogen til at smile



Foto: Mogens Munch

Det var bare Mega Fedt.

Disse ord faldt fra 2 seje gutter fra efterskolen, da vi sammen var nået til kaffedrikningen efter veludført dans og performance. De var blevet spurgt om, hvordan de synes, det havde været at danse med sådan nogle gamle nisser.

Alle Seniordansere fra hele regionen var onsdag aften den 5. november inviteret til Sorø Gymnastik Efterskole.

Skolen lå smukt midt i efterårsskoven. Vi blev modtaget af eleverne, der viste seniorerne rundt på skolen i gruppevis. Det medførte en vis trafik på gangene, da skolen for tiden havde 184 elever, og vores gruppe bestod af 112 tilmeldte dansere.

At være på efterskole er en livsstil, hvor hverdag, fritidsinteresser, venskaber og skole blandes sammen, var det gennemgå-

ende budskab, danserne blev præsenteret for. Dette kunne man da også tydeligt fornemme aftenen igennem.

Efter rundvisningen blev der danset med eleverne. Det var lidt af en udfordring at komme i gang, men det blev klaret med en tålmodig indsats af vores danseleder, Lisbeth Christiansen.

Vi dansede rækkedans og squaredance. Man må sige, at eleverne hurtigt lærte dansetrinene, lidt hurtigere end bedsteforældre generationen. Lige efter dansen udførte eleverne en flot performance kaldet "Show On the Move." Skolens forstander Karsten Haim fortalte, at dette var ment, som en tak og værdsættelse af dansernes besøg. Godt trætte og en oplevelse rigere vendte danserne næsen hjemad.

Venlig hilsen Jette Thelander

Dansestævne i Nykøbing Falster

Lørdag d. 25 oktober arrangerede region syd for strømmen dansestævne i Nykøbing Falster hallen.

Der var stor tilslutning i alt 137 og stemningen var høj lige fra starten. Hallen, vi dansede i, var den nye afdeling som er lys og med god ventilation.

Vores dygtige instruktører i regionen skiftedes til at instruere til kendte og for nogle mindre kendte danse. De fleste deltagere havde danset seniordans tidligere, så når vi bare lyttede til vejledningen kunne alle være med.

Dagen var delt op i formiddagsdans. Derefter en stor frokostbuffet med mange veltillavede retter lune som kolde. Derefter blev kalorierne igen omsat i dans som senere igen havde en indlagt pause til kaffe med en overdådig lagkage.

Dagen sluttede med en stille sang hvor vi hvilede fødderne.

Tak til Astrid Johansen som havde planlagt og afviklede denne dag.

Det blev en rigtig god dansedag.

Ingelise Schmidt



Glade dage i Ry



Vi var i efterårsferien på en dejlig dansefritid i Round danse på Blichers hotel i Ry. Det var de 2 meget dygtige og altid smilende instruktører Margit Batz og Gerda Jensen, som ledede os godt igennem ugen. Det var meget lærerigt, da dansene havde en vis sværhedsgrad.



Alle danse blev dog omhyggeligt gennemgået, så vi kunne følge med.

Der kom 4 dansere fra Norge, det var rart, da der ikke var mange danske dansere som deltog. Vi på holdet synes, at flere dansere skal komme til næste år. Snød ikke jer selv I ved ikke, hvad I går glip af.

Tusinde tak til de 4 fra Norge som deltog. Det vil være ærgerligt, at vi går glip af en god uge med god dans. Det er jo et stort arbejde for Margit og Gerda at tilrettelægge.

Tusinde tak for jeres indsats siger alle danserne.

*På holdets vegne
Kirsten Bauer*

Der indkaldes til

Landsforeningens Generalforsamling

*Lørdag, den 18. april 2015, på Vojens gymnastik- og idrætsefterskole,
Ungdomsskolevej 8, 6500 Vojens.*

Der er frokost i skolens spisesal fra kl. 12.00.
Generalforsamlingen begynder kl. 13.30.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassererens regnskab.
4. Indkomne forslag.
5. Valg af bestyrelse og af suppleanter.
 - a: På valg er: Eva Schmidt,
Margit Batz Poulsen og
Erling Møller Kristensen.
 - b: Valg af 2 suppleanter.
6. Valg af revisor.
7. Fastsættelse af kontingent.
8. Eventuelt.

Ifølge vedtægterne skal alle forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, være formanden, Bo Røyen, i hænde senest en måned før generalforsamlingen. Det gælder også forslag til kandidater til bestyrelsen.

Landsforeningen er vært ved frokost og kaffe. Af hensyn til traktementet beder vi om tilmelding til Erling på tlf. 7474 3812 eller på mail erlingdans@mail.dk senest den 10. april. Husk at opgive navn, by og medlemsnummer ved tilmeldingen.

Efter generalforsamling og kaffe tilbydes dans til ca. kl. 17.

Der er 10 minutters gang fra banegården til Ungdomsskolen.
Opgiv ankomst og evt. afgang ved tilmelding, da du så vil blive kørt i bil.

Hvis du ønsker sandwich til hjemrejsen, skal det bestilles ved tilmeldingen.
Sandwich og vand koster mellem 40 og 50 kr.

Danseinstruktør Grundkursus

Hotel Blicher, Kyhnsvej 2, 8680 Ry,
29. – 31. maj 2015

Grundkurset henvender sig til Danseglade personer, der gerne vil lære seniordansen fra grunden. Målet er, at man efter kurset bliver i stand til at undervise i seniordans og bringe dansegleden videre til andre.

Kursusinstruktører:

Eva Schmidt tlf. 23370696

Birte Jakobsen tlf. 54926616

Ring gerne til instruktørerne for yderligere informationer.



Danseinstruktør Fortsætterkursus

Hotel Blicher, Kyhnsvej 2, 8680 Ry,
29.- 31. maj 2015

Fortsætterkurset henvender sig til danseinstruktører, der har Grundkursus 1 og måske 2.

Der lægges vægt på instruktør-opgaven, terminologi, metodik, dansenøglen og andet.

Kursusinstruktører:

Solveig Christiansen tlf. 98546963

Rosa Skriver tlf. 98373313

Ring gerne til instruktørerne for yderligere information.



Pris for hvert kursus: Medlemmer af Landsforeningen 2450,- kr.
Kursister der ikke er medlem 3150,- kr.

Prisen er i dobbeltværelse inkl. ophold, helpension, undervisning og materiale.
Tillæg for enkeltværelse 600,- kr.

Tilmelding og betaling til begge kurser: Til kontoret i Hadsten senest 1.april 2015, der betales et depositum 300,- kr. senest en uge efter tilmelding.
Rest beløbet senest 1.maj 2015.

ISCD 2016 23. maj-28. maj

I 2016 er Østrig vært for Det Internationale Danseleder Congres



Austria



Sted: Hotel "Vila Vita Pannonia" nær Pamhagen.
Beliggende i et fantastisk naturområde.

Pris: 3 prs. i Bungalow pr. prs. ca. 800 euro

Pris: 5 prs. i Bungalow pr. prs. ca. 730 euro

Pris: enkelværelse på hotellet ca. 870 euro

Hertil kommer udgifter til Transport.

Danmark har 16 pladser der fordeles efter "først til mølle"

Tilmelding på Mail senest 1 marts 2015 til:

Margit på margitbatz@gmail.com eller sms. på tlf.: 30528758

Dansefritid på Agerskov kro

5. – 8. maj 2015



Kroen med den hyggelige atmosfære, de gode værelser og den særdeles gode mad, har vi igen valgt til vores dansefritid i år.

Dansefritid er ”danseferie” for seniordansere med nogen erfaring, valget af danse vil være med lidt større udfordringer end f.eks. et højskoleophold.

Vi er meget åbne for eventuelle ønsker der måtte være til danse, man kunne tænke sig at få gennemgået, og rigtig godt, hvis vi får ønskerne sammen med tilmeldingen.



Onsdag eftermiddag laver vi en lille udflugt til Gram Slot, som ligger ca. 16 km. fra Agerskov. Vi satser på det kan lade sig gøre i private biler. Opholdet slutter med frokost fredag middag.

Kommer man med tog til Vojens, skal det meddeles ved tilmelding, så vil kroens minibus afhente der,

Prisen i dobbeltværelse 2450,-kr.
tillæg for enkeltværelse 600,- kr.

Danseledere:

Margit B. Poulsen, Hørning
Eva Schmidt, Hadsten.

Tilmelding til Eva senest 1. marts tlf. 23370696 – mail eva@gavnholt.net
Efter tilmelding tilsendes nærmere program og girokort.

Opholdet på Agerskov vil blive gennemført ved minimum 30 deltagere.



Gardasøen

26. maj - 2. juni 2015

*Halvpension - udflugt i Dolomitterne - sejltur - vinsmagning og frokost
hos vinbonde*

Pris kr. 5.295,-

Dansk Senior Dans Region Aarhus arrangerer 8-dages rejse til Gardasøen med udflugt i Dolomitterne. Behageligt subtropisk klima, spændende vegetation med cyprer, citronlunde, oliventræer og palmer, lækker mad og vin samt små hyggelige byer. Dejlige udflugter, sejltur på søen og vinbondebesøg.

Opsamling: Østjylland

Tilmelding og program ved henvendelse til:

Gitte Mouritzen, telefon 86 23 07 60 eller Margit Batz Poulsen, telefon 30 52 87 58

Tilmelding senest den 16. marts 2015.

de graa busser

Blomstervej 58 • 8381 Tilst • Telefon 86 39 43 66

Gorzow

11. - 15. maj 2015

*Halvpension - dans - udflugter - ølsmagning - entré og guide til fæstningsanlæg
- sejltur på Odra*

Pris kr. 3.195,-

Dansk Senior Dans Region Aarhus arrangerer 5-dages rejse til det vestlige Polen Gorzow & Stettin. På denne tur besøger vi det vestlige Polen, som gennem tiderne har gennemlevet store forandringer. Området har tilhørt Tyskland og Polen på skift, og de fleste europæiske krige har sat deres aftryk. Især efter 2. Verdenskrig var området stærkt medtaget, men er nu genopbygget, og optimismen er vendt tilbage.

Opsamling: Østjylland

Tilmelding og program ved henvendelse til:

Birthe Bisgaard Jensen, telefon 86 29 16 21, mobil 60 92 64 66

Tilmelding senest den 13. marts 2015.

de graa busser

Blomstervej 58 • 8381 Tilst • Telefon 86 39 43 66

Savalen

Opplevelser &
eventyr i fjellregionen



“Seniordans Savalen i Norge” sommeren 2015

Landsforeningen Dansk Seniordans arrangerer denne tur til Savalen i Norge søndag den 7. juni til torsdag den 11. juni 2015.



Landsforeningen Dansk Seniordans arrangerer denne tur til Norge på et lækkert Hotel i Nærheden af Tynset .

Rejsen starter fra Hirtshals søndag d 7. juni. kl 12,45- med catamaran til Larvik, hvor der står en bus og venter på at køre os til Savalen. Tilbage i Hirtshals igen Torsdag 11. juni kl 21,15.

Du får fuld pension, adgang til spa og svømmehal, bar med levende musik hver aften fra kl 21,00. Dans hver formiddag samt eftermiddag og aften efter behov i mellem diverse arrangementer.

Pris samlet for hele turen 3920 nkr. (ca.3600 kr)
Der vil være tilbud (egen betaling) om blandt andet en ”Sætertur” en ”bådtur” på

Savalen sø, og bustur til nærmeste by med lidt sightseeing.

Et dejligt område med vandringsstier i skoven samt ved Søen, og måske et besøg i ”Julenissens Hus” , som ligger bare 500 m fra Hotellet.

Tilmelding senest 1. marts på mail eller sms til margitbatz@gmail.com

Margit Batz Poulsen tlf: 30528758

Ps. Vi vil gerne være behjælpelig med at arrangere rejsen til og fra Hirtshals, med samkørsel, tog eller bus.

BOOKING: 62 47 17 17
www.savalen.no



Landsforeningens danseaktiviteter 2015

Højskoler

Silkeborg Højskole	7. juni – 13. juni
Rønde Højskole	1. aug. – 7. aug.
Brenderup Højskole	14. juni – 20. juni
Marielyst Højskole	31. maj – 13. juni
Marielyst Højskole	9. aug. – 15. aug.
Hadsten Højskole	27. juli – 2. aug.
Vrå Højskole	14. juni – 20. juni
Emmaus Galleri	26. juli – 31. juli
Jaruplund Højskole	22. juni – 28. juni

Dansefritider

Agerskov Kro	5. maj – 8. maj
--------------	-----------------

Kurser

Grundkursus	29. maj – 31. maj
Fortsætterkursus	29. maj – 31. maj
Suppleringskursus	21. nov. – 22. nov.

Nordisk Danselederstævne i Sverige	2. aug. – 7. aug.
------------------------------------	-------------------

Rejser

Savalen i Norge	7. juni – 11. juni
-----------------	--------------------



Seniordans

på Hadsten Højskole 27. juli - 2. august 2015



Oplev dansegelæde, fællesskab og god musik.

Aase Henningsen og Else Marie Pedersen er danseledere denne uge. Kom alene eller med en dansepartner. Sværhedsgraden tilpasses, så alle kan være med. Uanset alder og form får du sved på panden og smil på læben. Udover dans er der ægte højskolestemning med morgensamling, sang, debataften, sangaften samt spændende foredrag og udflugter.

Du kan bl.a. opleve disse udflugter, foredrag og aktiviteter:

- Udflugt til østjysk økologisk vingård. Vi skal se vinmarkerne, høre om produktionen og smage på vinen.
- "Senior Stand-Up", ved musiker og sygeplejerske Jørgen Skammeritz
- En aften med Højskolesangbogen, ved formanden for Højskolesangbogsudvalget Ole Brunsbjerg
- Stor festaften

Tag en ven med på højskole: I samme uge tilbyder vi også kurserne: "Engelsk til rejsebrug og daglig tale", "Spansk for begyndere og let øvede", "Maleri for kreative seniorer" og "iPad for seniorer".

Ugens danseinstruktører: Aase Henningsen og Else Marie Pedersen

Pris: Kr. 4.196,- for indkvartering på delt dobbeltværelse.

Tillæg for eneværelse: kr. 666,- Tillæg for vær. med bad/toilet: kr. 336,-
Leje af linned og håndklæder: kr. 50,-

Rabat: Når i er mindst fire, der tilmelder jer sammen, giver vi kr. 500 i grupperabat pr. deltager. Medlemmer af Landsforeningen Dansk Seniordans eller Ældre Sagen kan få fratrukket kr. 250 i rabat - send kopi af medlemskort.
Rabatterne kan ikke kombineres.

Tlf. 8698 0199 - www.hadstenhojskole.dk - info@hadstenhojskole.dk

Hadsten
Højskole

siden 1876

Hvad er Round – Dance !

Det spørgsmål er jeg ofte blevet stillet.

Kort fortalt er Round-Dance pardans, som Standard- og Latindans er det.

Men Round er koreograferet til en bestemt musik og variationerne skal danses i den rækkefølge, som dansebeskrivelsen (cue-sheet) foreskriver, og dansen bliver cuet (d.v.s. man bliver guidet gennem hele dansen).

Hvorimod man i standard og latin lærer grundtrin og variationer, men man bestemmer selv rækkefølgen af variationerne.

Round bruges typisk af Square dansere, som jo danser i kvadriller, men når de danser Round, foregår det, som navnet siger, rundt i salen og man får lov at beholde sin egen partner.

Begge disse danseformer er Amerikanske, Square bliver called, Round bliver cuet begge dele foregår på engelsk.

I Seniordans har vi faktisk en del Rounds, som er lettere øvedanse, nogle af dem er originale.

Originale Round danse bliver udgivet på engelsk og med mange forkortelser, som kræver en del øvelse for at kunne læse. De danse vi har i Seniordanse materialet, er skrevet på dansk og på den facon, som vi kender vores beskrivelser, men der er faktisk et krav om, at bliver en Round udgivet og den er original, skal den også skrives, som man gør i Round, derfor er der somme tider to beskrivelser.

I Seniordans har vi også en del danse, som har Round karakter, derfor kun skrevet på dansk.

Når de kun er skrevet på dansk, er det fordi dansen er koreograferet til Seniordans, og næsten altid med et partnerskift indbygget, som jo er kendetegnende for os. Musikken kan godt være nogle af de samme melodier, som bliver brugt til Round danse.

Apropos musik! Så er den musik, som bruges til Round meget tiltalende for dansere, fordi det er som i Standard- og Latindans også vals, tango, cha,cha-cha, rumba o.s.v.

Håber dette har været til lidt hjælp, hvis man har været i tvivl. Og når danserne spør' måske lidt lettere at forklare.

Eva Schmidt

Suppleringskursus igen i 2015

Der arrangeres Suppleringskursus for alle aktive instruktører i 2015. Datoen er sat til den 21.-22. november, og stedet bliver igen Højskolen Brenderup på Fyn. Kurset gennemføres ved minimum 20 – max. 30 deltagere, og alt angående indhold, pris og tilmelding kommer i næste blad.

På danse- musik- og uddannelsesudvalgets vegne
Hilsen Lisbeth

Godt nytår



Redaktøren ønsker alle seniordansere et rigtig godt 2015 med masser af gode og hyggelige dansetimer.
Hilsen Lene



Ny Hjemmeside

Region Nordsjælland/Roskilde/Bornholm har nu fået en hjemmeside:

www.norobo-dans.dk



SENIORDANS PÅ HØJSKOLE

I samarbejde „Landsforeningen Dansk Senior Dans“

22/06 - 28/06 2015



Et højskolekursus med seniordansen i centrum

Instruktører i seniordans: Lene Damkjær og Margit Albertus.

Ture til Gottorp Slot, Slesvig Domkirke og den sydslesvigske vestkyst

Udførligt program: www.jaruplund.de eller tlf: 0049 4630 969140

e-mail: kontoret@jaruplund.de



JARUPLUND HØJSKOLE

DEN DANSKE HØJSKOLE SYD FOR GRÆNSEN

www.jaruplund.de • 0049 4630-969 140 • kontoret@jaruplund.de

SENIORDANS

- med instruktørerne Karen Margrethe Pedersen og Birte Stisen

lørdag den 1. august til fredag den 7. august 2015



Oplev glædens øjeblikke i seniordansen med motion, fællesskab og godt humør

**TILMELDING PÅ [WWW. RONDEHOJSKOLE.DK](http://WWW.RONDEHOJSKOLE.DK)
ELLER VED AT RINGE PÅ TLF.: 8637 1955**

RøndeHøjskole



Skolevej 2 • 8410 Rønde • tlf. 8637 1955 • post@rhe.dk • www.rondehojskole.dk



7.-13. juni 2015

LØVSPRING & SOMMERDANS

Silkeborg Højskole og Dansk Seniordans inviterer til højskoleoplevelser og seniordans, sang og musik, foredrag og udflugter - kort sagt: en sommeruge med dans, fællesskab og livsglæde i Det midtjyske Søhøjland.

Med det fælles højskoleliv som omdrejningspunkt byder vi jer op til dans. En dans, der sætter både hoved og krop i bevægelse. Vi sætter fokus på væsentlige dele af vort fælles liv gennem en uges varieret højskoleprogram og indbyder til fællesskab og livsglæde på dansegulvet, når der pustes over dansetrin og grines af fejltrin.

I såvel dansen som i sang, foredrag og samtaler lærer vi os selv, vores omverden og andre bedre at kende - og vi håber, at det bliver til gensidig inspiration og berigelse. Kom og dans med!

Danseledere: Lis Madsen og Gunna Johansen

Silkeborg Højskole

Platanvej 12
DK-8600 Silkeborg
Tel.: +45 86 82 29 33
info@silkeborghøjskole.dk
www.silkeborghøjskole.dk





Højskolen
Marielyst

– for aktive seniorer

Seniordans på Højskolen Marielyst

Kom og dans seniordans på
Danmarks smukkeste højskole

14 dage fra 31. maj – 13. juni under ledelse af
Lene Damkjær og Lisbeth Christiansen

En uge fra 9. – 15. august under ledelse af
Birthe Jakobsen og Erling Møller Kristensen

Herudover byder vi på masser af musik, spændende
foredrag og udflugter

Bestil katalog på tlf.: 54 13 63 61 eller se det på
www.hsmarielyst.dk

seniordans på Sjælland 2015



instruktører:

Eva Schmidt og Margit Jakobsen

foredrag og udflugter:

- Halvdagstur til andelslandsbyen Nyvang
- Mød politikeren Pernille Frahm i en åben snak om sit liv
- Foredrag med Henning Nørhøj, Otto Lundgaard og Hans Krarup
- Filmaften, Sangaften og solnedgangsbustur
- Lækker mad og "den blå time"
- Masser af seniordans

tid: 26. - 31. juli 2015

pris: fra 3200 kr.

sted: EMMAUS

- galleri & kursuscenter,
4690 Haslev



Emmaus
Galleri
& Kursuscenter
www.galleri-emmaus.dk
info@galleri-emmaus
T: 5443 5433



SENIORDANS OG LIVSGLÆDE

UGE 25 • 14.-20. JUNI 2015

Vi vil gerne byde jer velkomne til en uge i dansens og samværets tegn. Kom alene eller tag endelig din ven eller veninde med – alle er velkomne.

Brenderup Højskole ligger på Vestfyn, og vi nyder at være "rigtig fynsk hyggelige". I skal danse hver dag, synge, lytte til foredrag, høre koncert, udfordres på vore værksteder, nyde en udflugt i det Fynske landskab - men ikke mindst nyde livsglæden med hinanden og os, i vores have og bygninger.

Undervisere i dans:

Lisbeth Gammelgaard og Aase Petersen

Kursusvært:

Forstander Ole Dedenroth

Brenderup Højskole

Stationsvej 54

5464 Brenderup

Tlf 64442414

kontor@brenderuphojskole.dk

www.brenderuphojskole.dk



BRENDERUP HØJSKOLE

– det internationale kulturmede

Kontakt os for tilmelding,
folder og ugeprogram.

SENIORDANS

på Vrå Højskole 14. juni - 20. juni 2015

Man bliver i godt humør af at danse, og det er herligt at møde andre glade mennesker i festligt lag. Derfor får du nu chancen for at tilbringe en uge på Vrå Højskole med masser af dans og højskoleliv, foredrag og udflugter. Seniordans er fælles dans, der ikke kræver, at man har en dansepartner. Kurset arrangeres sammen med Landsforeningen for Dansk Senior Dans.

Instruktørteam Lisbeth Christiansen og Astrid Johansen

Find mere om kurset på www.vraahojkskole.dk > korte kurser > seniordans eller bestil brochure på telefon 9898 1010.

Pris 4.000,- kr. på store dobbeltværelser, indviet i 2012.

Tillæg på 500,- kr. for enkeltværelse. Alle værelser har eget bad.



Tilmelding på www.vraahojkskole.dk eller ring til os på telefon 9898 1010.

vraaHØJSKOLE

Højskolevej 1 • 9760 Vrå • Tlf. 9898 1010
vraahojkskole.dk • info@vraahojkskole.dk

"Silkeborg, Sol, Sommer & Dans"

Dansk Seniordans Region Århus arrangerer Sommerdans på 3F Langsøhus i Silkeborg

Søndag 9/8 - Torsdag 13/8 2015

Prisen for kurset er kr. 2595,- (+ enkeltværelsestillæg kr. 200,-), som dækker alt:

Dans, forplejning, morgensang hver dag, foredrag, sangaften, udflugt med sejltur på Silkeborgsøerne mv.

Danseinstruktør er: Gitte Mouritzen & Birthe Bisgaard

Program ses på: <http://www.langsohus.dk/forside/aabne-aktiviteter.aspx>

Her ses også program for et sideløbende Langsøhus Seniorkursus, hvis arrangementer du evt. kan deltage i.

Langsøhus gennemgik en stor renovering i 2013, så skolen fremstår lys, venlig og imødekommende.

Værelserne er med eget bad & toilet.

Og Køkkenet – Det fås ikke bedre!



Tilmelding sker ved personlig henvendelse til:

Gitte Mouritzen

Trige Parkvej 19, 2. tv.

8380 Trige

Tlf: 86 23 07 60

Mail: gitte.mouritzen35@gmail.com



3F Langsøhus • Vestre Ringvej 51 • 8600 Silkeborg • Tlf: 8680 4050 • www.langsohus.dk

Gode sociale relationer øger levealderen

nyheder



Gode sociale relationer øger levealderen

Gode venner og et socialt netværk har ikke kun betydning for danskernes livskvalitet, men også for hvor længe vi lever. Faktisk er chancen for at overleve længere og dermed have en lavere dødelighed 50 procent, hvis vi har gode sociale relationer. Det fremgår af bogen "Det gode seniorliv", som bl.a. Center for Sund Aldring på Københavns Universitet står bag.

Gode venner og et socialt netværk har ikke kun betydning for danskernes livskvalitet, men også for hvor længe vi lever. Faktisk er chancen for at overleve længere og dermed have en lavere dødelighed 50 procent, hvis vi har gode sociale relationer. Det fremgår af bogen "Det gode seniorliv", som bl.a. Center for Sund Aldring på Københavns Universitet står bag.

Bogen er baseret på den nyeste forskning og giver bud på, hvad der skal til, for at man kan forlænge sit aktive liv – både socialt og fysisk. Ud over gode sociale relationer er det vigtigt at have fokus på kost og motion. Ældre skal være opmærksomme på at træne styrke, for muskler i topform giver aldringen modspil.

Set i DGI's blad "Udspil"

Regionale aktiviteter for dansere

Region Århus

Generalforsamling:

Generalforsamling lørdag den 21-02-2015- kl 14,00 i Festsalen,
Hadsten Skole Hadbjergvej 12 8370 Hadsten
Regionen er vært med kaffe/brød
Dagsorden ifølge lovene. Forslag der ønskes behandlet bedes indsendt skriftligt senest 14 dage før til formanden (Maja Davidsen)

På valg er:

Gitte Mouritzen (tager mod genvalg)
Birthe Bisgaard (tager mod genvalg)
Bent Sørensen (tager ikke mod genvalg)
Af hensyn til kaffebord er tilmelding nødvendig til Maja Davidsen tlf.: nr 86467290, evt. mobil 30517335, senest den 9 februar 2015.

Højskoledag på Silkeborg Højskole:

Platanvej 12, 8600 Silkeborg
Regionen afholder Højskole/dansedag Mandag den 04/05-2015 fra kl 10,00 til kl 16,00.
Formiddagskaffe, foredrag, sangtime, Frokost, seniordans og eftermiddagskaffe.
Prisen for deltagelse for medlemmer kl 225.- og for ikke medlemmer kr 250.-
Egen transport.
Undervisere: Maja Davidsen, Gitte Mouritzen og Birthe Bisgaard.
Tilmelding (bindende) og betaling til egen danseleder. Som senest den 20 april
Tilmelder antal til Gitte Mouritzen på tlf: 86230760 (først til mølle).

Forårsstævne:

Hornslet Hallen Stadionvej , den 22 marts 2015 kl 14.00 til ca 17.00.
Medlemspris , incl. Kaffebord kr 75.- ikke medlemmer kr 100.-
Bindende tilmelding til egen danseleder , samlet tilmeling fra danselederne til Birthe Bisgaard tlf. nr 86291621
Senest 8 dage før stævnet.

Regionsture.

Aarhusregionen har i 2015- 2 regionsrejser i samarbejde med de grå Busser.
1: Gardasøen 8 dage.26-05-til 02-06. Arrangør Gitte Mouritzen

2: Polen 5 dage fra 11-05 til 15-05 . Arrangør Birthe Bisgaard – Se nærmere i bladet.

Aarhusregionens Dansefrid/sommerdans på Langsøhus

Fra 09/08 til 13/08 2015.

Danseinstruktører : Gitte Mouritzen og Birthe Bisgaard – Se nærmere i bladet.

Region Fyn

Generalforsamling/forårsstævne.

Søndag den 15. marts i Ørbæk Midtpunkt
Generalforsamlingen starter kl.11.00.
Dagsorden iflg. vedtægterne.
På valg er:
Ulla Pedersen
Helene Kristensen
Lene Damkjær
Suppleanter:
Sonja Jensen
Daggi Jensen
Forslag også til bestyrelsen skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage for generalforsamlingen.
Smørrebrød kan bestilles hos danselederne.

Forårsstævne kl. 13.30-17.00

Pris incl. kaffebord 65 kr. for medlemmer af ldsd. 80 kr. for ikke medlemmer
Tilmelding og betaling til danselederne senest 6. marts.

Region Himmerland

Fastelavnsfest i Hadsund

Hadsund Kulturcenter Kirkegade 2-4, 9560 Hadsund søndag den 15. feb. 2015. kl.13.30. – 16.30
Eftermiddagen byder på Seniordans, kaffe med brød og fællessang.
Pris for medlemmer 70,-kr
Pris ikke medlemmer 80,-kr
Danseledere: Lone Rasmussen, Birthe Christiansen og Lissy Vad
Billetter kan købes hos din danseleder eller Elly Engedal tlf. 98 62 11 10, senest fredag den 6. februar 2015

Forårsstævne

Himmerlandscentrets Idrætsefterskole Jyllands-gade 10, Haverslev, 9610 Nørager.

Lørdag den 11. april 2015. kl. 11.30 – 16.00

Dagens indhold: Seniordans, lækker buffét, lotte-ri kaffe & kage.

Pris for medlemmer 175,-kr

Pris ikke medlemmer 195,-kr

Drikkevarer for egen regning.

Tilmelding til din danseleder eller Elly Engedal telefon. 98 62 11 10 senest fredag den 27. marts 2015.

Forårstur til Husum og Friedrichstadt

3 dage tirsdag den 19. - torsdag d. 21.maj. 2015.

En dejlig tur syd for grænsen, som byder på spændende seværdigheder. Vi skal se Sankt Petri som er Slesvigs Domkirke, videre til A.P. Møller skolen i Slesvig, hvor vi får en rundvisning. Derefter Husum og Roter Haubarg, som er en ty-pisk gammel herremandsgård fra det vestlige Sydslesvig.

Vi skal se smukke Friedrichstadt og på kanal-rundfart, vi slutter denne dag med at besøge Dannevirke.

Mulighed for at handle ved grænsen. Turen slut-ter med et besøg på Ejer Bavnehøj.

Vi skal bo på Hotel Hohensollern i Slesvig, hvor

der er sal til rådighed til seniordans om aftenen

Pris pr. person i dobbeltværelse 2495,-kr

Tillæg for enkeltværelse 75,- kr. pr nat

Tillæg for enkeltværelse 75,- kr. pr nat
Transport i turistbus, kaffe og rundstykker i bussen 1. dag, 2 hotelovernatninger med morgen- og aftensmad, benyttelse af hotel-lets sal, rejseleder i bussen, dansktalende guide på udflugter. Frokost alle dage. Rundvisning på A. P. Møllerskolen, adgang til Slesvig Domkirke, kanalfart i Friedrichstadt

Opsamling

Fjerritslev: Busterminalen kl. 07.00

Aalborg: Thomas Boss Gade kl.07.50

Haverslev: v/Shell kl. 08.40

Hobro: v/ busterminalen kl. 09.10

Bindende tilmelding og betaling senest fredag den 27. marts 2015 til din danseleder eller El-ly Engedal 98 62 11 10. Bank konto nr. 9217 – 1 755 782 560. Opgiv navn, adresse, telefon nr. samt opsamlingssted

Sommerdans på Spillemandsmuseet

Cimbrervej, 2 Rebild

Tirsdag den 26.maj og tirsdag den 18.august

2015. kl.19.00 – 22.00.

Pris: 55,-kr for medlemmer

Pris: 65,-kr for ikke medlemmer

Tilmelding ikke nødvendig.

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Generalforsamling

Lørdag 7. marts 2015 med efterfølgende dans

Tidspunkt: kl. 13.00 – 16.00

Sted: Møllebo, Lyngby Hovedgade 1 a,

Kgs. Lyngby

Bus fra Lyngby station stå af ved Lyngby Mølle

Dagsorden iflg. vedtægterne: Forslag der ønskes behandlet skal være formanden skriftligt i hænde senest 14 dage inden generalforsamlingen.

Formand: Lise Klint, Birkekæret 6, 2950 Ved-bæk. Tlf. 45 89 18 36

På valg er: Jytte Mølgaard og Jytte Albrechtsen, begge er villige til genvalg.

På valg: suppleant Betty Thulin som er villig til genvalg.

Pris: kr. 50.00 for kaffe og kage

Bindende tilmelding til danselederen eller Jytte Mølgaard tlf: 45 76 11 24

E-mail: molgaardjytte@gmail.com senest

d.13. februar 2015

Danselederen indbetaler til Nordea Bank senest d.17.februar 2015

Konto nr.: 2252 – 62 66 71 43 68

Husk at påfører navn ved indbetaling til banken
Generalforsamlingen er kun for medlemmer af Dansk Senior Dans.

Sommer dans i Gilleleje hallen

Onsdag d. 20. maj 2015 kl. 11.00 – 16.00.

Pris for medlemmer kr. 225,00

Pris for ikke medlemmer kr. 275,00

Sted: Gilleleje hallen, Bøgebakken 19 a, 3250 Gilleleje.

Bindende tilmelding til danselederen eller Jytte Mølgaard, tlf: 45 76 11 24.

E-mail: molgaardjytte@gmail.com senest

d. 23.april 2015.

Danselederen indbetaler til Nordea Bank senest d. 29. april 2015.

Konto nr: 2252 – 62 66 71 43 68.

Husk at påfører navn ved indbetaling til banken.

Sommerdans i Hørsholm 2015

Danseleder: Jytte Mølgaard

Dato: torsdage 9.april, 7.maj, 4.juni, 2.juli 2015

Tidspunkt: kl.11.00 – 14.00

Sted: Kokkedal kirkes Sognegård, Højmosse Vænge 2A, 2970 Hørsholm

Transport: Tæt på Kokkedal station, gode bus forbindelser.

Pris: kr. 250,00 for 4 gange

kr. 210,00 for 3 gange

kr. 75,00 for 1 gang

Medbring selv frokost og drikkevarer. I prisen er kaffe og lidt sødt.

Begrænset antal. Bindende tilmelding til Jytte Mølgaard tlf. 45 76 11 24

E-mail: molgaardjytte@gmail.com senest

10.marts, betaling senest 31.marts 2015

Indbetaling: reg.nr. 3170 – 15 40 46 20 74 eller kontant

Region Ribe

Søndagsdans

Vi afholder søndagsdans på Østerbycentret, Ribegade 169, 6700 Esbjerg.

Flg. dage i 2015: 18. januar, 8. februar, og

8. marts. Hver gang fra 14.00-16.00.

Medbring selv fortæring og service.

Ingen tilmelding. 25 kr. pr. gang.

Forskellige ledere vil undervise.

Anna-Lise tlf. 22 70 17 19

mail: anlithomsen@live.dk

Stor troldefest i Vejen

Sted: Jakobs gades alle 1, Vejen. Dato: mandag 2. marts kl. 11.00-16.00.

Vi danser til kl. 12.00. Så er der mad, så danser vi igen til kl. 15.00, hvor der er kaffe og et par sange. Alt dette får du for kun 95,00 kr..

Tilmelding til jeres danseleder senest 15. februar.

Først til mølle gælder, der er plads til 125 pers.

Der kommer et program fra danselederne.

Generalforsamling

Indkaldelse til Generalforsamling.

Repræsentanter fra bestyrelsen i Region Ribe indkalder til en ekstraordinær generalforsamling, søndag den 8. marts 2015, kl. 13.00, i Østerbycentret, Ribegade 169, Esbjerg.

Generalforsamlingen skal prøve at skabe grundlaget for en videreførelse af Region Ribe trods

beslutningen, den 20. juni 2014, om en nedlæggelse af regionen til april 2015.

Der indkaldes med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent.

2. Orientering af Henry Gavnholt fra Landsforeningens bestyrelse samt af den afgående formand for regionen, Anna-Lise Thomsen.

3. Kassererens regnskab.

4. Indkomne forslag. (Forslag skal være formanden, Anna-Lise Thomsen, i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen, jfr. § 5, stk. 5.)

5. Valg af bestyrelse og af suppleanter.

Den nuværende bestyrelse ønsker ikke genvalg.

Landsforeningen ønsker at indsætte Henry Gavnholt fra Landsforeningens bestyrelse som midlertidig formand.

Karen Marie Pedersen og Hanna Nielsen er villige til at indtræde i bestyrelsen.

(Forslag til medlemmer kan også fremsættes på selve mødet, jfr. § 5, stk. 6.)

6. Valg af revisorer og suppleant.

7. Eventuelt.

Tilmelding til Henry Gavnholt, henry@gavnholt.net eller tlf. 6068 8821, senest den 3. marts 2015.

Region Ringkøbing

Danseweekend i Varde.

Regionen afholder 2 danseweekends på Hotel Arnbjerg i Varde, dels den 22/2 til 23/2, dels den 1/3 til 2/3. Hvis du er interesseret i at deltage kan du kontakte Gerda Røy, gerda.roy@mail.dk eller tlf. 9732 1398, eller Karen Nielsen, tlf. 9746 8010, for at høre, om der er flere pladser.

Generalforsamling.

Region Ringkøbing holder ordinær generalforsamling, lørdag den 7. marts 2015, kl. 13. Den foregår i Folkedansernes Hus, Bornholmsvej 8, 7400 Herning. På valg er Bo Røyen samt de 2 suppleanter. Forslag til dagsordenen skal afleveres til formanden, Bo Røyen, boroyen@hotmail.com eller 9719 2008, senest 14 dage før generalforsamlingen. Forslag til valg af medlemmer af bestyrelsen og til suppleanter kan fremsættes på selve generalforsamlingen.

I forbindelse med generalforsamlingen er der håndmadder, kaffe, frugt og dans. Vi slutter ca. kl. 16.30. Tilmelding til Bo Røyen, boroyen@hotmail.com eller tlf. 9719 2008, eller til Gerda

Røy, gerda.roy@mail.dk eller tlf. 9732 1398 senest den 3. marts. Det sker af hensyn til traktementet, der koster kr. 50.

Forårsfest i Højmark.

Forårsfesten foregår som sædvanligt i Højmark Hallen, Adelvej 41, Højmark, denne gang lørdag den 28. marts, kl. 11 - 16. Vi starter med dans. Derefter får vi en god middag med underholdning. Til slut er der dans og kaffe. Prisen er kr. 220 for medlemmer og kr. 240 for andre. Tilmelding til Gerda Røy, gerda.roy@mail.dk eller tlf. 9732 1398, senest 20. marts. (Danselederne opfordres til at modtage tilmeldinger.)

Tirsdagsdans.

Vi starter på årets tirsdagsdanse den 12. maj, kl. 19, i Aktivitetshuset, Birkevænget 31, Astrup ved Skjern. Tilmelding senest den 6. maj til Laila Gudiksen, tlf. 9736 4258, eller til Bodil Moesgaard, tlf. 9736 4061. Pris kr. 50. – Næste gang er den 16. juni i Mejrup. - (Sommerens andre tider kan du se på vores hjemmeside.)

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

Region Storkøbenhavn

Dans i København V

Søndag den 18. januar 2015 kl. 11-14 i Lyrskovsgade 4, 1758 København V.
Forplejning medbringes. Pris kr. 40,00

Generalforsamling

Søndag den 22. februar 2015 kl. 11-14

Lyrskovsgade 4, 1758 København V

Dagsorden ifølge omdelte vedtægter.

På valg er:

Formand Kirsten Bauer

Sekretær Suzanne Hamburger

Suppleant Bjarne Lund-Skov samt

Revisor Käthe Carlsen og

Revisorsuppleant Bente Mikkelsen

Alle er villige til genvalg.

Indkomne forslag sendes til Kirsten Bauer

Nordahl Griegs Vej 66, 2860 Søborg

mail: kirstenbauer@webnetmail.dk

senest den 8. februar.

Der bydes på kaffe, håndmadde og dans.

Dans i København V

Søndag den 22. marts kl. 11-14

Lyrskovsgade 4, 1758 København V

Forplejning medbringes

Pris kr. 40,00

Region Sønderjylland

Vinterfest

Søndag d.1. februar 2015 kl. 12 - 17 i Multhallen, Idrætsvej 1, 6240 Løgumkloster kl. 12.00.

Hovedret: Marineret svinekam m/timiankartofler skysovs, salat og flütes. Dessert: Islagkage m/jordbærsovs. Kaffe/te med fastelavnsbolle.

Lancier og Seniordans v. regionsbestyrelsen

Pris pr. deltager: (excl. drikkevarer) kr. 220 for medlemmer og kr. 245 for ikke medlemmer af

Landsforeningen Dansk Senior Dans

(Vin/flaske kr. 90, øl kr. 15, vand kr. 10.)

Tilmelding senest 25. januar til Erling Møller

Kristensen tlf. 74743812/51226232 mail: erling-dans@mail.dk

Navn, by og medlemsnummer, hvis du er medlem af Landsforeningen

Betaling senest 25. januar til konto i Sydbank

7910 1106734 (husk at oplyse navn, by og medlemsnummer, hvis du er medlem af Landsforeningen)

Regionsgeneralforsamling ifølge vedtægterne i Dansk Senior Dans, Region Sønderjylland lørdag den 28. februar 2015 kl. 13.00 – 16.00 i Multhallen, Idrætsvej 1, 6240 Løgumkloster.
Dans fra 12.30-13.00

Højskoledag

på Idrætshøjskolen i Sønderborg

lørdag den 21. marts 2015 kl. 9.30 – 15.30

09.30 Rundstykker og kaffe ved ankomst.

10. 00 Rundvisning og omtale af skolen, samt sang i foredragssalen.

11.30 Seniordans

12.00 Frokost med sild, lidt pålæg, varm leverpostej og ost.

Vand og glas på bordet, (øl og sodavand købes)

13.00 Seniordans

15.00 Kaffe og skærekage

15.30 Afslutning

Pris kr. 175 for medlemmer kr. 200 ikke medlemmer.

Beløbet bedes indbetalt på konto 7910 1106734
Tilmelding Gitte Hansen 29884689, senest 5.
marts.
Mail: gittehansen@rathje.dk
Husk at oplyse navn, by og medlemsnummer ved
tilmelding.

Forårsstævne i

Harreslev Danske Skole,
lørdag den 25. april 2014 kl. 10.00 – 15.30
10.00 Rundstykker og kaffe ved ankomst.
11.00 Seniordans
12.00 Fortæring af medbragt madkurv.
Drikkevarer kan købes
Kaffe og kage ved afslutning.
Kr. 115/140 for medl./ikke medl.

Tilmelding senest 29. marts til Anders Møller
tlf. 74693742 mail: kl14@pc.dk
Betalning senest 29. marts på konto i Sydbank
7910 1106734 (husk at oplyse navn og med-
lemsnr.)
Husk også skiftesko, da vi danser i gymnastik-
salen!

Forslag, der ønskes behandlet på generalfor-
samlingen skal fremsendes skriftligt til forman-
den, Birte Jakobsen, bjakob@hotmail.dk, Linkø-
bingvej 31, 4900 Nakskov, senest den 04. marts
2015.

Regionen er vært ved en kop kaffe samt dans ef-
ter generalforsamlingen.

4. Højskoledag på Højskolen Marielyst

Lørdag den 16. maj kl. 10.00 til 16.00.
Bøtøvej 2, Marielyst, 4873 Væggerløse.
Dagen starter med formiddagskaffe samt en lil-
le sangtime.
Derefter valgmuligheder mellem almindelig se-
niordans, dans med udfordring samt foredrag bå-
de formiddag og eftermiddag.
Der er frokostbuffet og eftermiddagskaffe samt
fælles afslutningsdans. Pris medlemmer 175 kr.,
ikke medlemmer 215 kr.
Bindende tilmelding med navn og by til højsko-
len tlf. 54 13 63 61, mail: kontor@hsmarielyst.dk
eller til din danseleder.

Region Syd for Strømmen

1. Nytårsfest: På hat med nytåret

Fredag den 16. januar kl. 11.30 til 17.00.
Landsbyen i Våbensted, Krårup Møllevej 1, 4930
Maribo. Pris 200 kr. der dækker stor buffet, samt
kaffe og kransekage, drikkevarer købes.
Masser af dans: Operette Medley, Feurfest, Ra-
detzky March, Vals på linje, Annen Polka og me-
get mere.

2. Eftermiddagsstævne i Sakskøbing.

Lørdag den 28. februar kl. 13.00 til 16.30.
Ellekildeskolen, Ellekildevvej 1,
4990 Sakskøbing.
Pris, der dækker dansen samt kaffe og lagkage,
Medlemmer 75 kr., ikke medlemmer 115 kr.
Medbring selv kop og tallerken.

3. Regionens generalforsamling:

Onsdag den 18. marts kl. 19.00
Kulturforsyningen, Voldgade 1, 4800 Nykøbing
Falster. Dagsorden ifølge vedtægterne. Se regio-
nens hjemmeside.
På valg til bestyrelsen er Anni Kristiansen, Bodil
Løkke og Aase Malmgren, samt suppleanterne
Anne Madsen og Otto Wold.

Region Vejle

Generalforsamling.

Regionen indbyder Landsforeningens medlem-
mer til generalforsamling fredag den 6. marts
2015 kl. 14 på Plejecentret Stensvang, Steen Bli-
cher Vej 51, 7182Bredsten
Dagsorden ifølge vedtægterne.
Forslag der ønskes behandlet, skal sendes til for-
manden senest 14 dage før.
På valg er Annie Christensen og Birte Stisen
.Begge modtager genvalg.
Efter generalforsamlingen er der kaffe og dans.
Tilmelding senest 20. februar 2015 til Annie
Christensen tlf. 60 12 54 11

Forårsstævne.

Lørdag den 18. april 2015 kl. 13.30 – 17 i Rask
Mølle Hallen, Skolebakken 1, Rask Mølle
Pris: 65 kr. inkl. kaffe.
Ankomst og samlet afregning fra lederne fra kl.
13.00.
Tilmelding senest 28. marts 2015 til Birte Stisen
tlf. 75 89 72 39

Region Vendsyssel

Vinterdans i ”Metropol” Hjørring.

Fredag den 27. februar 2015 kl. 10,30 – 14,30

Vi gentager succesen med en hyggelig danse-dag i Hjørrings store forretningscenter, der ligger centralt over for banegården, og med gode parkeringsforhold. Dansesalen ligger på 1. sal ved siden af biblioteket. Der er bestilt frokost med tærter, grøn salat, kaffe/te og kringle.

Pris: For medlemmer 100 kr. for ikke medlemmer 125 kr. Max 60 personer (først til mølle).

Tilmelding: Senest 21. feb. til Else Bak Andersen tlf. 98821383.

Indkaldelse til generalforsamling.

Lørdag den 14. marts 2015 kl. 10 – 13 på Rosendalcenteret i Agersted, Dronninglundvej 8.

Dagsorden ifølge vedtægterne.

På valg er: Else Bak Andersen, Brønderslev. Ønsker ikke genvalg.

Inger Bøgh Pedersen, Agersted.

Aase Henningsen, Brønderslev.

Suppleant: Birthe Jespersgård, Hirtshals.

Revisor: Peter Jacobsen, Sæby og Ivan Pedersen, Pandrup.

Forslag der ønskes behandlet, skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen. Tilmelding pga. traktementet til Else Bak på 98821383 eller til formand Else Pedersen på 22266800.

Forårsfest i Sæby Kulturhus,

Rådhuspladsen, 9300 Sæby.

Fredag den 10. april 2015 kl. 11,30 -16,30.

Pris: For medlemmer 100 kr. for ikke medlemmer 125 kr. inkl. Smørrebrød, kaffe med lagkage samt masser af dans. Drikkevarer kan købes.

Tilmelding: Senest 1. april til Else Pedersen tlf. 22 26 68 00. (max. 90 deltagere.)

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Generalforsamling:

Vi indbyder Landsforeningens medlemmer til generalforsamling søndag den 15. marts 2015 kl. 14.00 på Værkerne Frederiksvej 27, 4180 Sorø.

Dagsorden jfr. Vedtægterne

Kandidater til bestyrelsen, samt forslag der ønskes behandlet, skal sendes skriftlig til forman-

den senest 14 dage før på E-mail: gudmund@pc.dk.

På valg er: Lisbeth Christiansen, Conny Frederiksen og Gudmund Madsen samt suppleanter, revisorer og revisorsuppleant.

Regionen er vært ved en kop kaffe/the med kage. Efter generalforsamlingen er der dans til kl. 16:30

Vinterstævne

Fuglebjerg/Næstved Seniordansere afholder vinterstævne i Fuglebjerg Hallen, Byagervej, 4250 Fuglebjerg, søndag den 22.februar 2015 kl.

11:00 - 16:00.

Pris for medlemmer af Dansk Seniordans 140,00 kr. ikke medlemmer 160,00 kr. for dans, smørrebrød, kaffe/the med kage. (medbring venligst kop og bestik.)

Tilmelding og betaling til jeres danseleder senest fredag den 6.februar.Samlet tilmelding til Anne Theil Olsen på E-mail: annetheil@stofanet.dk telefon 2237 0694 med antal dansere. Tilmeldingen er bindende, ved afbud efter den 17.februar vil deltagergebyret ikke blive tilbagebetalt. (Husk listerne til Regionen).

Ringsteddagen

DGI har tradition for en årlig Ringsteddag i 2015 er det den 24.februar. Det er en idrætsdag med mulighed for forskellige aktiviteter f.eks. badminton, bowl, tæppecurling osv. Der er fremvisning/opvisning under titlen ”Kom og vis, hvad vi arbejder med.” Seniordansere fra hele regionen er velkommen til at deltage i det hele, og vi glæder os til at være mange til, at præsentere seniordansen. Når januar bladet udkommer, har din instruktør fået alt angående program, deltagerbetaling osv.

Forårsstævne

Regionen afholder forårsstævne i Sørbymagle Hallen, Kirkerupvej, 4200 Slagelse søndag den 19.april 2015 kl. 10:00-16:00. Invitationen kommer til din instruktør.

Forårsdans i Slagelse

Regionen indbyder til forårsdans for alle på Slagelse Bibliotek, Stenstuegade 3, den store sal, lørdag den 11.april kl. 13:30-16:30. Pris pr. person pr. gang 20 kr. der serveres kaffe/the - medbring selv brød til kaffen. Dansen ledes af Lisbeth Christiansen. Tilmelding på mob, 4014 0288 eller mail: lisbchr@yahoo.dk

Sommerdans i Slagelse

Sommerdans på Biblioteket, Stenstuegade 3, Slagelse den 6.maj (på samme måde som den 11.april) tilmelding til Lisbeth senest den 30.april.

Sommerdans i Korsør

Regionen indbyder alle danselystne til sommerdans onsdag den 24.juni kl.12:00-16:30 i Teglværksparken 50, 4220 Korsør. Dansen ledes af Inge-Lis Seidel. Se nærmere i næste nr. af bladet.

Ta' med til Politigården i København

Tirsdag d. 19.-5. og onsdag d. 27.-5. er der Seniordans "Under Uret" på Hovedbanegården kl. 13.00 – 14.00 efterfulgt af Rundvisning i Politigården kl. 17.00 – 19.00 og evt. Seniordans i "Den runde Gård". Et medlemsarrangement med tilmelding og yderligere information hos Lisbeth 4014 0288. Tilmelding og betaling til din egen danseleder, max. i alt 60 deltagere pr. gang, pris pr. person 80.- kr. inkl. entre, 2 rundvisere og vagtpersonale på Politigården. Efter den 15.-2. bliver evt. resterende pladser tilbudt ledsagere eller dansere, der ikke er medlemmer af LDSD til 110.- kr. pr. person. Tag toget, det bliver klart det nemmeste, Politigården er i kort gåafstand direkte fra Hovedbanen, og både Strøget og Tivoli er lige i nærheden til tiden mellem kl. 14 og 17.

Efterårsstævne i Korsør

den 31. oktober 2015 i Kulturhuset, Korsør. Nærmere om stævnet i næste nr. af Danseretningen.

Region Viborg

Weekendtur

til Munkebjerg Hotel fra søndag d. 12/4 til mandag d. 13/4 2015.

Programmet er flg.

Kl. 15.00 kaffe med kage – Dans

Kl. 18.00 middag med 2 retters menu – Dans

Kl. 21.00 kaffe med kage – Derefter mulighed for mere dans

Mandag:

Morgenmad, derefter afrejse,

Sandwich til hjemturen.

Pris for medlemmer kr. 1200

Pris for ikke-medlemmer kr.1250

Tillæg for enkeltværelse kr. 295

Tilmelding senest d. 2/3 – 2015 til Doris tf. 21

45 01 86. Betaling til Spar Nord senest d. 30/3 – 2015 Reg. nr. 8510 kontonr. 0007446675

Generalforsamling.

Søndag d. 15/3 2015 i Salling Hallen, Viumvej 8 Roslev fra kl. 13.30 til 16.30. Dagsorden iflg. vedtægterne. Forslag, der ønskes behandlet, skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.

På valg er: Anne Marie Christensen, Doris Mikkelsen og Alice Jakobsen.

Foreningen er vært ved kaffe og brød.

Tag bare danseskoene med, det kan jo være,

de skal i brug. Tilmelding senest mandag d. 9/3 2015 til Tove Pedersen tlf. 23303626 eller tovep@fiberpost.dk

Sommerdans.

Hestestalden, Skolegade 4-8 Thisted mandag d.4/5 2015 fra kl. 14.00 til 17.00. Medbring selv kaffe og kop, brød er med i prisen, som lyder på kr. 25. Tilmelding til Doris senest d. 30/4 på tlf. 21450186. Aktivitetscentret Odgårdsvej 15 A Skive tirsdag d. 19/5 fra kl. 13.30 til 16.30. Kaffe og kage kan købes. Tilmelding senest d. 16/5 på tlf. 97526109 eller nyskivehus@nyskivehus.dk Glyngøre skole Strandvej 15, mandag d. 8/6 fra kl. 14.45 til 17.45. Medbring selv kaffe og kop, brød er med i prisen, som lyder på kr. 25. Tilmelding til Tove senest d. 1/6 på tlf.23303626. Spøttrup Aktivitetscenter Nørregade 18 Balling torsdag d. 25/6 fra kl. 14.00 til 17.00. Kaffe og brød kr. 25. Tilmelding til Alice senest d. 19/6 på tlf. 51776043.

Dansens Dag.

Onsdag d. 29/4 kan du komme med til en dejlig dansedag som afholdes i Glyngøre, Elmevej 8 og det er i Jamos gamle bygninger.

Festen begynder kl. 14.30 og slutter først kl. 20. Pris for eftermiddagskaffe – aftensmad – og aftenskaffe er hamrende billigt, kun kr. 165.

Drikkevarer kan købes.

Tilmelding til Tove senest d. 19/4 på tlf. 23303626 eller på tovep@fiberpost.dk

Ferietur til Berlin.

Tag med og oplev Berlin sammen med andre glade dansere fra d. 17/8 – 21/8.

Steen har igen sammensat et godt program, som kan fås til generalforsamlingen eller ved din danseleder.

Regionale aktiviteter for ledere

Region Fyn

Øve/ønskedanse dag

Vi danser i Ullerslev Kultursal, Skolevej, Ullerslev den 20. februar kl. 14.00

Vi slutter eftermiddagen med at spise sammen pris 30 kr.

Danselederne kan tage en dygtig danser med.

Tilmelding og evt. ønsker om danse til Lene senest 13. februar på tlf. 65981773

Region Ringkøbing

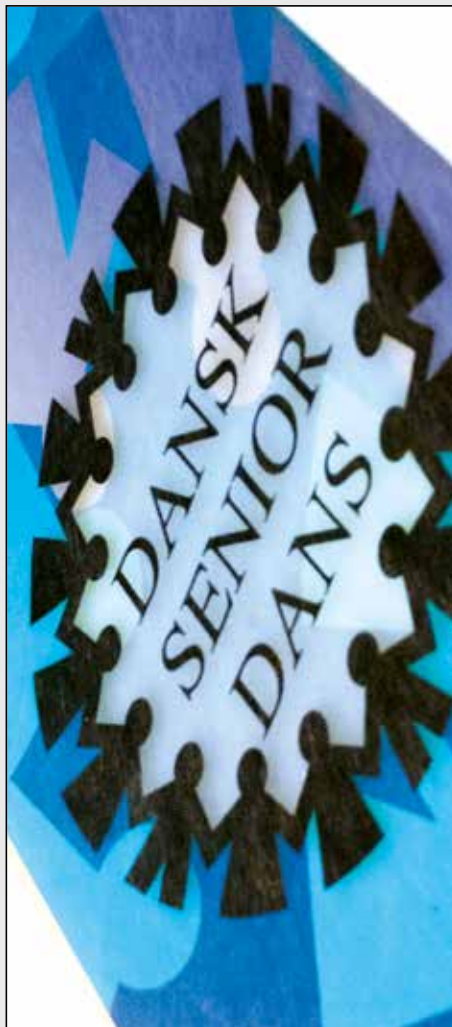
Ledertræf.

Ledertræf for regionens danseledere foregår lørdag, den 31. januar 2015. Det sker i Fjordparkens Aktivitetscenter, Holmparken 10, 6950 Ringkøbing. Vi starter kl. 9.30 med kaffe og rundstykke. Efter en snak om situationen i regionen danser vi med Margit Batz som kaptajn. Så er der frokost og lidt mere dans. Kl. 14.30 slutter vi. Hvis danselederne har et danseønske, så giv Bo besked. Danselederne opfordres til at tage en dygtig danser med. Pris kr. 50. Tilmelding til Bo Røyen, boroyen@hotmail.com eller tlf. 9719 2008, senest den 22/1.

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Nytårskur

på Biblioteket, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse den 31. januar. Regionens instruktører mødes til lidt dans og hyggeligt samvær kl. 13.00 - ca. 16.00. Invitation er udsendt til alle instruktører – husk tilmelding til Lisbeth mob. 4014 0288 eller mail lisbchr@yahoo.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: Bo Røyen Tlf. 97 19 20 08

Kontakt til regionsbestyrelserne:

Region Vendsyssel: www.vendsysselsenordans.dk

Else Pedersen, Agersted (elsep45@gmail.com) Tlf. 22 26 68 00

Region Himmerland: www.seniordanshimmerland.dk

Rosa Skriver, Støvring (rosalskriver@gmail.com) Tlf. 98 37 33 13

Region Viborg: www.seniordansregionviborg.dk

Alice Tove Jakobsen, Søby (alictjakobsen1@gmail.com) Tlf. 51 77 60 43

Region Ringkøbing: www.ringdans.dk

Bo Røyen, Kibæk (boroyen@hotmail.com) Tlf. 97 19 20 08

Region Aarhus: www.region-aarhus.dk

Maja Møller Davidsen, Langaa (davidsenmaja@hotmail.com) Tlf. 86 46 72 90

Region Vejle: www.dansk-seniordans-region-vejle.dk

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

Region Fyn: www.seniordansfyn.dk

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

Region Sønderjylland: www.seniordans-syd.dk

Erling Møller Kristensen, Løgumkloster (erlingdans@mail.dk) Tlf. 74 74 38 12

Region Ribe: www.seniordans-region-ribe.dk

Anna Lise Thomsen, Esbjerg (anlithomsen@live.dk) Tlf. 22 70 17 19

Region Vestsjæl./Storstrømmen: www.123hjemmeside.dk/regionvestsj-og-storstroemmen

Gudmund Madsen, Næstved (gudmund@pc.dk) Tlf. 20 41 23 66

Region Syd for Strømmen: www.seniordans-syd-for-stroemmen.dk

Birte Jakobsen, Nakskov (bjakob@hotmail.dk) Tlf. 28 91 08 15

Region Nordsjælland/Roskilde/Bornholm: www.norobo-dans.dk

Lise Klint, Vedbæk (klintlise@gmail.com) efter kl. 18 Tlf. 45 89 18 36

Region Storkøbenhavn: www.seniordanskbh.dk

Kirsten Bauer, Søborg (kirstenbauer@webnetmail.dk) Tlf. 39 66 75 54