



danseretningen



- Nordisk Danselederstævne 2015
- Danseoplevelser
- **Kontingent betaling**

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



Nr. 3 - September 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: Tirsdage kl. 10.00-12.00
 Torsdage 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 – Landsfor-
 eningens e-mail adresse er **ldsd@mail.dk**

Forsiden:

Glade seniordansere på Jaruplund højskole.
 Foto af Ole Præstkær.

Danseretningen

udkommer medio januar, maj
 og september.

Deadline for materiale til
 januar-nummeret: 1. december 2015.

Sendes til
 Lene Damkjær, Måre Byvej 38, Måre,
 5853 Ørbæk, tlf. 65 98 17 73
E-mail: redaktion.aaretsgang@gmail.com

Vedhæftede filer, bedes skrevet i Word,

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

Derfor smiler seniordansere mest!



Forskere har fundet ud af, at folk i 20 års alderen vurderer deres trivsel højt. Derefter går det ned ad bakke, så folk bliver stadig mere mismodige indtil 50'erne. Men senere i livet vurderer folk deres lykke stadig højere, således at mennesker mellem 82 og 85 år føler sig mest lykkelige!

Generelt set er ældre mennesker mest afslappede. De er sluppet for mange spekulationer om fremtiden. De har også opnået evnen til at imødegå livets genvordigheder med ro i sindet. De ældre finder større nydelse i aktuelle og almindelige aktiviteter.

Når folk tilmed har fundet frem til seniordansen, ja, så kan det næsten ikke blive bedre! Vel? Men at danse seniordans er nu godt for mennesker i alle aldre! Vi er nu startet på en ny sæson efter en lang og begivenhedsrig sommer. Mange har været på højskole eller på danserejse.

Andre har deltaget i forskellige sommerdanse. Vi glæder os til atter at danse en gang om ugen i de vante omgivelser og sammen med de andre dejlige seniordansere.

Endnu en gang vil jeg appellere til alle seniordansere om at trække nye dansere med ind i danselokalerne. Det er den bedste måde, hvorpå vi kan fastholde danseaktiviteterne. Jeg vil tillade mig at omskrive en udtalelse fra den amerikanske præsident John F. Kennedy: *Spørg ikke, hvad seniordansen kan gøre for dig. Spørg, hvad du kan gøre for seniordansen!*

*God danselyst!
Bo Røyen, landsformand.*

P.S. Se vejledningen om betaling af kontingent på omslagets side 2.



Nytårskur i Skærbæk Fritidscenter

4. - 8. januar 2016

Spændende oplevelser med masser af dans!

Udflugter, halvpension, adgang til svømmehal og fitnessrum (husk badetøj!)

Indkvartering i feriehus

Pris medlemmer kr. 2.995,- / Pris ikke medlemmer kr. 3.115,-

Dansk Senior Dans arrangerer 5-dages nytårskur til Skærbæk Fritidscenter. Vi skal opleve Rømø, Danmarks 10. største ø, en udflugt til Flensborg, Kielerkanalen, Ejderen og Rendsburg. Svømmehal og fitnessrummet er til gratis afbenyttelse.

Opsamling: Der bliver opsamling i busser ned gennem Jylland, samt fra Sjælland og Lolland/Falster via Fyn. Nærmere ruter vil blive tilrettelagt efter tilmelding.

Tilmelding og program ved henvendelse til DANSELEDEREN

Tilmelding senest den 12. november 2015.

de graa busser

Blomstervej 58 • 8381 Tilst • Telefon 86 39 43 66



Døderhultarmuseet
Oskarshamn



Ladywalk Syd for Strømmen

Seniordanserne Syd for Strømmen mødtes for andet år i træk til Ladywalk i Nakskov den 18. maj 2015. Sidste år i 2014 opstod en ide om at vi seniordansere burde stille op som en gruppe, dels for at slå et slag for seniordans men også for at være med til at samle penge ind til forskning af kvindesygdomme, 11 dansere meldte sig, og det blev en strålende succes med en smuk aftenetur på 7 km gennem Nakskovs gader.

Dette år var målet at fordoble antallet af seniordansere og jeg må sige det nåede vi, 34

personer stillede op i vores gruppe med højt humør og fuldstændig indhyllet i regntøj, da vejrguderne viste sig fra den mest våde side, alle gennemførte ruten på 7 km og alle er enige om at komme tilbage i maj 2016, hvor vores mål er at nå op på 68 deltagere.

Så får du/I lyst til at være med næste år, sæt allerede dagen af i jeres tanker, I vil høre nærmere næste år.

*Mange hilsener
Annette Pfeffer, Nykøbing F.*

Dansen til Gitte

Dans af: Lavet af Gitte Mouritzens dansegruppe til Gittes 80 års fødselsdag
Musik: Sidedans 1 nr 3 " Til pinse når skoven bliver rigtig grøn"
Takt: $\frac{3}{4}$
Forspil: 4 takter
Opstilling: Åben fatning i parvis properopstilling. Front mod musikken (OP), yderste fod begynder.

Takt: **INTRO**

1-2 Vente

3-4 1 trin fra hinanden til front mod hinanden – 1 trin mod hinanden til front mod musikken

A

1-2 1 pendultrin skråt frem fra hinanden - 1 pendultrin skråt frem mod hinanden

3-4 $\frac{1}{2}$ solokreds med 1 valsetrin, 2 trin og tip Λ over venstre skulder $\cap$ over højre til front NED

5-8 Som takt 1-4. Slut front mod partner og højre håndsfatning.

9-10 1 pendultrin mod hinanden og 1 pendultrin fra hinanden.

11-12 Pladsbytning med 2 valsetrin

13-16 Som takt 9-12. Slut i Tohåndsfatning.

17-20 1 valsetrin sidelæns OP (side-samle-side) – Åben fatning og vuggetrin OP (næsten et krydsvugge). Tohåndsfatning.

21-24 Som takt 17-20, nu NED

25-32 Parkreds med 4 valsetrin. Slut i åben fatning, front OP.

B

1-8 Arkade over og hjem, 4 valsetrin

9-12 Solokreds med 2 valsetrin. Slut front mod partner

13-16 Tamara over, 2 valsetrin

17-20 Solokreds med 2 valsetrin. Slut front mod partner

21-24 Tamara hjem, 2 valsetrin. Slut i tohåndsfatning

25-28 1 valsetrin sidelæns OP (side-samle-side) og krydsvuggetrin i tohåndsfatning.

29-30 1 valsetrin sidelæns NED (side-samle-side). Drej på stedet på indvendig fod til front OP

31-32 2 tramp på stedet.

TAMARA: Pladsbytning: $\cap$ lægger venstre hånd på ryggen, Λ fatter denne med sin højre hånd. - $\cap$ højre og Λ venstre hånd fattes i pandehøjde. Slip de løftede hænder - skift plads med 2 valsetrin til igen front mod partner - nu lægger Λ venstre hånd på ryggen og $\cap$ fatter denne - igen fattes de andre hænder og slippes igen - pladsbytning med 2 valsetrin til front mod partner.



Nordisk Seniordanseledertræf 2015

Den 2. august meget tidlig om morgenen mødtes 15 danske danseledere i Københavns lufthavn for at drage til Östersund i Sverige til Nordisk træf.

I Östersund mødte vi ca. 130 danseledere fra Norge, Sverige og Finland. Stor gensynsglæde.

Hvert land medbragte 4 nye danse, som vi arbejdede med at få lært de 5 dage træffet varede. Der blev dog også tid til udflugt til Jämtli, dans om aftenen til "Sweedz", et meget velspillende orkester, hyggeligt samvær og meget andet.

Den 7. august var træffet slut, vi tog hjem gode oplevelser rigere. Det er altid dejligt at mødes med nordiske kolleger.

Seniordansere vil i løbet af vinteren få glæde af de nye danse.

Lene



Seniordans Savalen i Norge



Landsforeningen Dansk Seniordans havde arrangeret en tur til Savalen i Norge fra den 7. til den 11. juni. Vi var 3 seniordansere fra Læsø som deltog i denne tur, som var yderst vellykket.

Vi rejste med færgen fra Læsø kl. 6.00 søndag morgen, tog toget til Hirtshals hvor vi mødte de øvrige deltagere. Kl. 12.45 var der afgang med Speed 2 til Larvik, hvortil vi kom 16.50, her ventede Savalens bus for at køre os ca. 500 km nordpå. Vi ankom til Savalen hotel ca. 23.50 til kaffe og snitter, en lang men dejlig dag.

Hver formiddag dansede vi under Margit og Gerdas ledelse, de er bare dygtige. Om eftermiddagen var der udflugter en tur til en sæterhytte, hvor der serveredes kaffe og vafler, en bådtur, en bustur til Tynset og et besøg i julenissens hus.

Savalen hotel er stort og flot og vi fik en masse god mad alle dage. Torsdag var det hjemrejse. Både på sejlturen op og hjem fik vi Buffet, vi manglede ikke noget.

En stor tak til Margit og Gerda for en fin tur.

*De 3 på Læsø
Else Møller*



Sommerdans i Sønderjylland



Seniordansere under ledelse af Anny Duevang dansede i 30 graders varme til Gademusikfestival i Uldum den 4. juli 2015.

Gran Canaria

Seniordans på Øen med det evige forår

Den 28. november 2015 drager 32 dansere fra Region Århus til Gran Canaria for at deltage i den årlig tilbagevendende International Gymnastikfestival – BLUME Festival, som i år afvikles fra den 28. november indtil den 5. december 2015.

BLUME festival har også i år taget seniordans på programmet, hvor danserne ved deltagelse i workshops vil kunne opleve danseglæden sammen med seniordansere fra en række andre lande.

Danseledere ved regionen – Eva Schmidt og Margit Batz – tilknyttes BLUME festivalen som workshops instruktører og vil derudover stå som kontaktpersoner for seniordanserne under opholdet.

Det har ikke været en betingelse at deltage som aktiv seniordanser, idet man har kunnet tage med på turen som et ferieophold og blot nyde de mange tilbud, som øen Gran Canaria tilbyder:

- Sol, strand og hav i vintertid. Vandreture. Afslapning. Udflugter.
- Besøg i landsbyer og markeder på øen.
- Shopping.

Turen afvikles i samarbejde med Randers SeniorGym og ledes af gymnastikinstruktør Jane Sørensen, som gennem flere år har deltaget i festivalen, dels med egne opvisningshold fra Danmark, dels stået for gymnastik workshop.

I år rejser 13 gymnaster med for alene at tage del i de mange Workshops tilbud, som



BLUME festival tilbyder, fx:

- Vand gymnastik.
- Boule/petenque / Qigong / Yoga.
- Dans & Folclore.
- Pilates / Zumba.
- Vandreture.
- Sprogkursus.

Flyturen arrangeres gennem Star Tour med ud - og hjemrejse over Ålborg.

BLUME festival foregår over hele øen, men en stor del af aktiviteterne er koncentreret omkring Playa del Ingles / Maspalomas, hvor seniordanserne indlogeres på festivalhotellet Beverly Park, som ligger ca. 100 meter fra Atlanterhavskysten og i tæt nærhed til restauranter og shoppingcentre.

Ud over at deltage i planlagte workshop vil danserne få mulighed for at vise dansk seniordans i forbindelse med deltagelse i opvisninger. Da deltagerne repræsenterer flere dansekrede, er det meningen, at aktuelle dansekrede orienteres om, hvilke danse, der vil indgå i opvisningen, så danserne får lejlighed til at indøve dansene forinden afrejsen.

Under opholdet søges desuden arrangeret et dansetræf med nordmænd, som opholder sig på øen fra oktober til april. Nordmænd-

ne danser seniordans gennem ”Senior Dansen Gran Canaria”, som er tilknyttet Norsk Seniordans.

Turen er et supplement til de rejser og ophold, der i øvrigt tilbydes i regionsregi henover forår og efterår – nemlig som et kombineret danse- og ferieophold under sydens sol og sommer i vinterhalvåret, hvor der ikke alene vil blive lagt vægt på seniordansen,

men i høj grad på det sociale samvær, som et ophold på Gran Canaria indbyder til.

Vi håber selvfølgelig, at danserne rejser hjem med en dejlig oplevelse, som vil kunne skabe grundlag for, at smutturen syd på bliver et fast årligt tilbud.

Læs evt. mere www.blumegrancanaria.com
Region Århus / Bent Sørensen

Næstved Seniordansere havde arrangeret en tur til ”BAKKEN”

Den 1.juni 2015



Som en festlig afslutning på holdene i Næstved og Glumsø, havde Gudmund, med vanlig effektivitet, samlet 58 personer fra alle holdene incl. Danseledere til en tur på ”Bakken”, hvor vi skulle ind og se den nye afdeling med bygningerne fra Matador. Vi ankom i en stor dobbeltdækker bus og gik spændte ind i haven, hvor vi skulle møde vores guide.

Han kom, temmelig forsinket, han kunne ikke få snakket færdigt med det tidligere hold, men festlig og fuld af humor, det var han.

Med stor energi fortalte han os om Bakkens historie og alle de kunstnere, som havde haft deres gang i tidens løb, ikke mindst Professor Tribini, som han gik til hånd og hvorfor boderne stadig er betegnet og nummereret som ”telte”.

Efter ca. 1 times rundgang gik vi til ”Staldknægten” et rigtig godt spisested med et dejligt ”ta’selv bord” med et stort udvalg af lækre retter.(kan anbefales) Efter spisningen blev vi sluppet løs og de fleste gik tilbage til Matador Hotellet, hvor nogle fik et glimt af Obersten, Overtjeneren samt Misse og Frederik(altså før altanscenen) og familien Varnæs, andre kiggede på alle forlystelserne.

Alt i alt en rigtig dejlig dag fyldt med oplevelser. På alles vegne mener jeg at kunne sige: ”Tak for turen, vi tager gerne med en anden gang”.

Carrie



Tur til Gardasøen

Vi har været på tur med Gitte. Og hvilken tur!

Vi kørte til Gardasøen hvor der var høj sol og dejligt varmt. Vi havde et dejligt hotel men med små værelser, så Gitte måtte tage bad i håndvasken.

Vi var på mange fine turer. Med Bente og Uffe. Hvor vi blandt andet besøgte en vinbonde. Hvor vi fik smagt på vinen, og en overdådig frokost.

Og Gitte blev så gode venner med ejeren, så vi næsten ikke kunne få hende med derfra. Og et kys på kinden fik hun også, så hun blev ikke vasket i ansigtet på resten af turen.

På vores hotel var der en dejlig gårdhave, der dansede vi under Gitte og Margits ledelse. Det var så dejligt et vejr at vi alle sad og hyggede os til langt ud på aftenen.



Vi havde en god tur.
Med rigtig gode rejse kammerater.

Hilsen Eva og Bodil



Tur til København

56 dansere fra Slagelse, Sorø, Skælskør, Korsør, Næstved og Glumsø, alle medlemmer af Dansk Senior Dans, var 27. maj på Københavns Hovedbanegård.

Der blev danset i 2 hold, så danserne ikke fyldte for meget. Der skulle være plads til de rejsende, som dog gav sig tid til at kigge på og endda danse lidt med. Turister stoppede op og fotograferede.

Der blev danset fra kl. 13 til 14. Hovedbanegårdens højtaler brød ind med oplysningen en gang i mellem. F.eks. sagde danselederen, gå 4 trin mod ”toget til Roskilde afgår om 3 minutter” midten. Eller blå til venstre bag ”Intercitytog mod Århus afgår fra spor 4” rød.

De mange dejlige dansemelodier fristede de rejsende så meget, at de måtte tage et par dansetrin på vej med bagagen.

Efter dansen gik nogle i Tivoli, på Strøget, havnen eller Nationalmuseet for igen kl. 16.45 at mødes på Politigården, hvor 2 pensionerede politifolk guidede rundt i den særdeles smukke bygning i 2 timer. I Mindegården sluttede rundvisningen. Det var meget oplysende og yderst interessant, det kan godt anbefales.

De trætte og meget tilfredse dansere, spredtes og gik i små grupper til Hovedbanegården for at tage diverse tog hjemad.

Stor tak til Lisbeth Christiansen, som havde arrangeret dette medlemstilbud.

Doris Christiansen

Grundkursus og Fortsætterkursus 2015!

Heldigvis fik vi gennemført både Grund - og Fortsætterkursus på Blichers Hotel i Ry 29.-31. maj.



*Flittige kursister på Grundkursus,
hvor der her bliver læst på teorien.*

Jeg siger heldigvis, for med 12 på Grundkursus og 8 på Fortsætterkursus, er det absolut minimum for at kunne gennemføre.

Både dansere og instruktører ved, at det er absolut sjovest med et hold på 16 - 24 eller flere.

Men trods lav deltagelse, havde vi et godt kursus med gode, interesserede og veloplagete kursister.

Birte Jakobsen og undertegnede, som var instruktører på grundkursus, er enige om, at det er en god flok, som nu skal ud at prøve instruktør jobbet i det virkelige liv på dansegulvet, vi ønsker held og lykke og på gensyn til næste år på Fortsætterkursus.

Her har jeg lyst til at give en opfordring til at tage et instruktørkursus, vi har det sjovt, - det er ikke mer bundet end man selv vil, - og man får et kæmpe netværk. Så et opråb til jer talenter derude, vi har brug for jer, vi skulle gerne have kursus igen næste forår, så vi holder Seniordansen i gang, uden danseledere går dansen i stå.

Eva Schmidt

CD 19



Vi er begyndt at tænke på CD 19.
Hvis du har forslag eller ønsker til danse på den nye CD 19,
sender du disse til Danseudvalget, Landsforeningen Dansk
Senior Dans, Postbox 22, Østergade 14, 8370 Hadsten.
Deadline for indsendelse af forslag er 1. april 2016.

Hilsen Danseudvalget

Suppleringskursus for aktive instruktører november 2015

21.-22. november på Brenderup
Højskole.

Der er endnu få pladser på kurset, så
hvis du ikke har fået tilmeldt dig så
skynd dig at melde dig på kontoret.
Se annoncen i "Danseretningen" Maj
2015



Ny dans i Danseretningen i januar 2016

*Glæd jer til en ny dans "Begge
Veje" af Vita Ugilt lavet til Sæby
Seniordanserforenings 25 års
jubilæum*



Inga Kristensen er fyldt 90 år den 28. maj 2015



Sandra og Malte gav en flot opvisning, og malte bød Inga op til en stille vals her på billedet.

Der er vist ikke mange rundt i vort lille land, som ikke kender Inga Kristensen. Inga har været med i Seniordansen næsten siden den kom til landet, og hun har været aktiv som danseleder indtil for ca. 3/4 år siden, hvor sygdom tvang Inga til at stoppe som leder, men heldigvis havde hun fundet en afløser, nemlig Birthe Bisgaard.

Inga fejrede sin runde dag i Odder med dansere og familie, en dejlig dag, og heldigvis har Inga det godt i øjeblikket. Vi kan også takke Inga for dejlige danse hun har koreograferet til Dansk Senior Dans, Marias Square, Ingas Vals og Sekseren, ja og måske flere.

Kære Inga vi er rigtig mange der her sender dig en venlig tanke og et stort tillykke med 90 år.



Esther Therkelsen 90 år



Ved en fejl er dette indlæg ikke kommet med i »Danseretningen« i maj 2015.

Kære Esther

Fra Region Vejle sender vi et stort tillykke med den runde fødselsdag. Der skal lyde en hjertelig tak for dit meget store arbejde indenfor seniordans, specielt i Region Vejle.

Vi håber, at du fortsat vil arbejde med seniordansen i Horsens, så vi kan mødes til de forskellige arrangementer.

Region Vejle



Tur til Samsø



Samsø er virkelig en perle. Nille havde skaffet os en meget dygtig guide, der viste os rundt i alle kroge af Samsø. Ligeledes Flinks hotel i Tranebjerg er en god oplevelse at besøge, god mad og en meget venlig betjening sørgede for at vi hyggede os og havde et par gode danse aftener. Turen hjem gik forbi Hvidsten kro videre til Mariager. Der var et par timers ophold, før turen gik videre langs Mariager fjord til Hadsund, og på nordsiden af fjorden til Bramslev bakker, for til slut at nå St. Binderup Kro hvor aftensmaden ventede os.

Bodil og Peter

SeniorHøjskolen i Nørre Nissum

SeniorHøjskolen i Nørre Nissum tilbyder ophold med højskole og seniordans i uge 3.

Den 11. – 16. januar 2016.
Pris 2.900,- kr. på dobbeltværelse.

Tillæg for eneværelse 400,- kr.

Nærmere oplysning og kursusprogram ved Gitte Mouritzen tlf. 86 23 07 60 eller Solveig Baunsgaard tlf. 97 82 01 19.

Se mere på www.seniorhoejskolen.dk



Højskoleophold med Seniordans

Alle der har været på højskole vil nok nikke genkendende til det følgende:

Selv om seniordansen er i fokus, når Dansk Seniordans tilbyder kurser i samarbejde med danske højskoler, følger der rigtig meget andet med. Hvad det er afhænger af den enkelte højskole.

Dagen på højskoler starter typisk med en morgensamling med sang og indslag af forskellig art.

Når der ikke dances, tilbyder højskolen foredrag, enten ved højskolens egne lærere, der brænder for spændende emner eller ved gode foredragsholdere udefra.

Udflugterne til lokalområdets natur, museer eller seværdigheder skal også fremhæves. Ad den vej lærer vi meget om vores lands natur og kultur.

Før i tiden var højskolemad god, solid og nærende. Det er den stadig, men nu kan vi



tilføje: Spændende. Højskolernes køkken sætter en ære i at følge med tiden, så fantasi, grønt og økologi er hverdagsord ved måltiderne.

Trods mange fællestræk, har hver højskole sit særpræg. Det gør hvert højskoleophold til et møde med nye oplevelser og nye mennesker.

Højskolerne har en lang historie bag sig, og ombygning, tilbygning og nybygning præger mange af dem. De fleste tilbyder i dag værelser med eget bad/toilet, hvilket er en fordel for vores aldersgruppe.

Frem for alt er højskolerne trofaste bærere af en af de danske traditioner: fællessangen. Hvor den forsømmes mange steder, lever den i dag i bedste velgående i højskolen. Både gamle og nye sange bliver brugt ved daglige arrangementer.

De danske højskoler er enestående kulturbærende oplevelsescentre. Når de så samtidig tilbyder seniordans, er der kun et at sige: Brug dem!

I januar nummeret af "Danseretningen" kommer der annoncer for alle højskoleophold i 2016.

Steen

Regionale aktiviteter for dansere

Århus Regionen

Efterårsstævner:

Hornslet Hallen Stadionvej 8543 i Hornslet.
Søndag den 25 oktober 2015 kl. 14.00 til kl 17.00.

Kr. 75,- for medlemmer, kr. 100,- for ikke medlemmer.

Hadstenhallen Hadbjergvej 12.
8370 Hadsten.

Lørdag den 14 november 2015 kl. 14.00 til 17.00+

Kr. 75,- for medlemmer og kr. 100,- for ikke medlemmer.

I begge tilfælde:

Tilmelding og betaling til egen danseleder senest 1 uge før.

Danselederen sender samlet tilmelding til Maja Davidsen tlf: 86 46 72 90.

Mail: davidsenmaja@hotmail.com

Danseweekend i Låsby.

Låsby kro den 18/19 oktober. Tag kontakt til Gitte Mouritzen.

Tlf: 86230760 eller

mail: gitte.mouritzen35@gmail.com.

I henhold til flere pladser.

Nytårsfest. 2016

Sted: Cafe Sløjfen Ewald Tangs Alle 45 Hadsten Nemt at komme til med både tog og bus.
Tidspunkt:

Søndag den 17. Januar 2016 kl. 17,00 til kl 22,00 Kom gerne festklædte (hatte og andet nytårspynt).

Medlemspris kr 295-(ikke medlemmer kr 325,-)

Bindende tilmelding og betaling til danselederne senest 14 december.

Danseleder tilmelder deltagerne til Maja Davidsen Langå tlf.: 86467290.

Mail: davidsenmaja@hotmail.com (senest den 16. december 2015)

Der er middag, Kaffe, underholdning og Dans, drikkevarer købes på stedet. Salen giver et begrænset antal deltagere, så vi må benytte "først til mølle princippet".

Region Fyn

"Weekend" tur

Søndag den 25. oktober til mandag den 26. oktober på Kryb i Ly Kro, Kolding Landevej 160, Taulov.

Søndag:

Kl. 15.00 Kaffe/the og kringle

Kl. 19.00 2 retters middag

aftenkaffe/the

Og selvfølgelig seniordans

Mandag:

Morgenbuffet

Pris: 550 kr. for medlemmer

600 kr. for ikke medlemmer

Tillæg for enkeltværelse 200 kr.

Tilmelding til Lene Damkjær 65 98 17 73 eller mail: lene.damkjaer@privat.dk.

Senest 17. september.

Betaling på regionens bankkonto:
6864-0001073108.

Nytårsbal Midtfyns Fritidscenter

Søvej 34, Ringe, fredag den 15. januar 2016

Kl. 17.30-23.00

Velkomstdrink

3 retters menu

Kaffe og småkager

Lanciers og seniordans

Pris: 275 kr. for medlemmer

325 kr. for ikke medlemmer

Tilmelding og betaling til danselederne senest 4. december 2015

Generalforsamling/forårsstævne

13. marts i Ørbæk Midtpunkt.

Se "danseretningen" i januar 2016



Region Himmerland

Efterårsstævne

i Aarestrup Forsamlingshus
søndag den 8. november 2015.
Haverslevvej 95, Aarestrup 9520 Skørping.
Kl. 13.30 – 16.30.
Dagens indhold:
Seniordans, kaffe med snitter og lagkage
- lotteri.
Pris: Medlemmer 90,-kr
Pris: Ikke medlemmer 110,-kr
Tilmelding til din danseleder eller Elly Engedal Tlf. 98 62 11 10.
Senest fredag den 23. oktober 2015.

Nytårsbal

på Kimbrækroen Markedsvej 8, 9600 Års
Mandag den 4. januar 2016
Fra kl. 11.30 - 16.30
Der serveres buffet, kaffe og kage.
Pris: medlemmer 250,-kr
Pris: ikke medlemmer 290,-kr
Drikkevarer for egen regning.
Mød op, få en festlig begyndelse på det nye år!
Tlf. 98 62 11 10. senest den 30. november 2015



Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Advents dans

Dato: 14. november 2015
Tidspunkt: kl. 11.00 – 16.00
Sted: Møllebo, Lyngby Hovedgade 1 A,
Kgs. Lyngby.
Pris: kr. 75,00.
Beløbet dækker smørrebrød, kaffe og kage.
Vin/øl/vand kan købes
Bindende tilmelding til danselederen eller
Jytte Mølgaard tlf: 45 76 11 24
E-mail: molgaardjytte@gmail.com senest
d. 23. oktober
Danselederen indbetaler til Nordea bank se-
nest d. 28. oktober
Konto reg. Nr. 2252 - 62 66 71 43 68
Husk at påfører navn
Arrangementet er kun for regionens medlem-
mer af Landsforeningen.
Begrænset plads, så først til mølle princippet.

Nytårs bal 2016

Dato: 9. januar 2016
Tidspunkt: kl. 12.00 – 16.30
Sted: Plejecentret Hegnsgården
Alleen 7
2850 Nærum
Pris for medlemmer kr. 225,00
Pris for ikke medlemmer kr. 250,00
Beløbet dækker: lokale leje, buffet, kaffe og
overraskelser. Vin/øl/vand kan købes
Bindende tilmelding til danselederen eller
Jytte Mølgaard tlf: 45 76 11 24
E-mail: molgaardjytte@gmail.com senest
d. 27. november
Danselederen indbetaler til Nordea bank
senest d. 3. december
Konto reg. Nr. 2252 - 62 66 71 43 68
Husk at påfører navn
Begrænset plads, så først til mølle princippet
Velmødt til en festlig start på et nyt år

Region Ribe

Søndagsdans i efteråret 2015

Vi holder søndagsdans på Østerbycentret, Ribegade 169, Esbjerg.

27. september kl. 13.30 – 15.30

25. oktober kl. 13.30 – 15.30

15. november kl. 13.30 – 15.30

Ingen tilmelding 25 kr. pr. gang.

Forskellige ledere underviser

Medbring selv fortæring og service.

God danselyst

Region Ringkøbing

Efterårsstævne

lørdag, den 24. oktober.

Region Ringkøbing holder efterårsstævne i Thyborøn Hallen, Kirkegårdsvej 15, 7680 Thyborøn. Vi starter med dans kl. 11.

Til frokost er der buffet med forskellige slags fisk, med tarteletter og mørbrad.

Efter frokost er der mere dans samt kaffe.

Vi slutter kl. 16.

Prisen er kr. 220 for medlemmer og kr. 240 for andre. Tilmelding senest den 17. oktober til Lene Bonde, tlf. 51 34 38 93, eller mail: lenebonde49@gmail.com.

Danseweekend i Pinenhus, Roslev, 2016.

Regionen holder igen danseweekend; denne gang i Salling.

Det foregår på Pinenhus, Pinen 3, 7870 Roslev, fra søndag den 31. januar 2016 til mandag den 1. februar. Skriv datoerne ind i din kalender! Om søndagen vil der være dans og lækker mad. Mandag formiddag byder på et kulturelt indslag.

Prisen bliver kr. 675 pr. person i dobbeltværelse. Et enkeltværelse koster kr. 1.025. For deltagere, som ikke er medlem af Landsforeningen, koster det kr. 50 ekstra. Tilmelding skal ske til din danseleder senest den 1. december. Her får du yderligere oplysninger om tidspunkter og betaling.

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

Region Storkøbenhavn

Novemberdans

lørdag den 7. november kl. 13-16.30.

Kedelhallen, Nyelandsvej 75A,

2000 Frederiksberg.

Tilmeldning til Annelise Holmbom Nielsen

telefon 43 99 49 05 senest den 30 oktober

Indbetaling kr. 140 til Danske Bank 4085

3321 149219. Husk navn på indbetalingen.

Lederne på de enkelte hold kan jo samle pengene ind og sende dem.

Velkommen til dans, sandwich, kaffe og kage.

Vi spiser fra kl. 13 til 14 derefter dans.

Januardans

søndag den 17. januar kl. 11-14.

Lyrskovsgade 4, 1758 København V.

Forplejning medbringes.

Pris kr. 40.

Generalforsamling

søndag den 21. februar kl. 11-14

Lyrskovsgade 4, 1758 København V.

Ingen entre.

De 2 arrangementer i 2016 kan dog blive ændret til andre datoer, da jeg endnu ikke kan booke lokalet. Vil gøre det så hurtigt som muligt.



Region Syd for Strømmen:

Efterårsstævne

i Nykøbing Falster hallerne, hal 3, Nørre Boulevard 4 A, 4800 Nykøbing F.

Søndag den 25. oktober kl. 10.30 til 16.30.

Pris 175 kr. for masser af dans, lækker frokostbuffet samt eftermiddagskaffe og lagkage.

For ikke medlemmer er prisen 215 kr.

Tilmelding og betaling til din danseleder eller direkte til regionen, kontonr. 0693-0002767686 (husk at skrive dit navn)

Region Sønderjylland

Efterårsstævne

i Bylderup Idrætscenter,
Slogsherredsvej 39, 6372 Bylderup-Bov
lørdag den 24. oktober 2015 kl. 13 – 16.30

Velkomst

Seniordans

Kaffe

Seniordans

Afslutning

Pris: 70 kr. pr. deltager for medlemmer og 95 kr. pr. deltager for ikke medlemmer af Landsforeningen Dansk Senior Dans (som dækker: indgang og eftermiddagskaffe med kage).

Drikkevarer skal købes.

Max 120 deltagere.

Bindende tilmelding holdvis senest den 19. oktober til:
Hans Chr. Agertoft tlf. 7464 4947 / 2420 5021

eller mail: meltoft@hotmail.com

Danseleder: Hans Chr. Agertoft med flere.

Til danselederne: Husk blå / røde bånd

Vinterfest

søndag d. 31. januar 2015 kl. 12 - 17

i Rødekro kro, Vestergade 2, 6230 Rødekro

Kl. 12.15:

Menu:

Forret: Hønsesalat med bacon og ananas
Hovedret: Oksesteg med sønderjysk
hvidkål, asier og tyttebær
Bønner, perleløg og champignons
Flødesauce og hvide kartofler

Kaffe/te 2/2 boller med smør og småkager
Der er isvand hele eftermiddagen

Lancier og Seniordans v. regionsbestyrelsen

Pris pr. deltager: (excl. drikkevarer) kr. 225 for medlemmer og kr. 250 for ikke medlemmer af Landsforeningen Dansk Senior Dans. (Vin/flaske kr. 200, øl kr. 30, sodavand kr. 25,)

Tilmelding senest 20. januar til Ane Marie Jensen mobil: 25115209 mail: amjpsc@gmail.com

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

i Dansk Senior Dans, Region Sønderjylland
ifølge vedtægterne.



søndag den 21. februar 2016 kl. 13.00 – 16.00
i Multihallen, Idrætsvej 1, 6240 Løgumkloster

Der vil være seniordans fra kl. 12.30 – 13
og igen efter generalforsamlingen.

Forårsstævne

på Sønderborg Idrætshøjskole lørdag den 19.
marts 2016 kl. 10.00 – 15.30

Højskoledag

på Højskolen Østersøen, Aabenraa
lørdag den 9. april 2016 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 tærter og andet.
Vand og glas på bordet, (øl og soda-
vand købes)
- 13.00 Seniordans
- 15.00 Kaffe og skærekage
- 15.30 Afslutning

Pris kr. 175 for medlemmer kr. 200 ikke med-
lemmer.

Beløbet bedes indbetalt på konto 7910
1106734

Tilmelding Mikael Skøtt 24208628, senest 31.
marts. Mail: gittehansen@rathje.dk.

Husk at oplyse navn, by og medlemsnummer
ved tilmelding!



Region Vejle

Efterårsstævne

på Vejle Idrætshøjskole
Ørnebjergvej 28, 7100 Vejle
Lørdag den 31. oktober 2015

Fra kl. 13.30 – 17.00

Pris: 65 kr. inkl. kaffe.

Ankomst og samlet afregning fra lederne fra
kl. 13.00.

Tilmelding senest 10. oktober 2015 til Annie
Christensen 60 12 54 11.

Generalforsamling.

Regionen indbyder Landsforeningens med-
lemmer til generalforsamling fredag den 4.
marts 2016.

Flere oplysninger i næste nummer.

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Efterårsstævne

Korsør Seniordansere afholder efterårsstævne
i Korsør Kulturhus, Skolegade 1, 4220 Kor-
sør, lørdag den 31. oktober 2015 kl. 10:30 –
16:00.

Pris for medlemmer af Dansk Seniordans
150,00 kr. ikke medlemmer 190,00 kr. for
morgenkaffe med brød, 3 stk. smørrebrød og
eftermiddagskaffe med kage.

Tilmelding og betaling til jeres danseledere
senest fredag den 9. oktober.

Samlet tilmelding til Inge Sørensen på E-mail:
inge1810@gmail.com, mobil 2383 4919 med
antal dansere.

Tilmeldingen er bindende, ved afbud efter den
16. oktober vil deltagergebyret ikke blive til-
bagebetalt.

Dans med eleverne på Efterskolen.

Onsdag den 4. november kl. 19.00 er senior-
dansere fra hele Regionen inviteret til Sorø
Gymnastikefterskole, Topshøjvej 50, 4180
Sorø, og i regionsbestyrelsen har vi vedtaget,
at det er et medlemsarrangement, så hvis ikke
du er medlem af Landsforeningen Dansk Se-
nior Dans (LDSD) kan du nå at blive det.

Vi får en rundvisning, danser med eleverne og slutter aftenen med kaffe ca. kl. 21.00. Skolen giver kaffe/kage sammen med eleverne, og der skal tilmeldes til Lisbeth senest den 7. oktober på tlf.: 4014 0288 eller mail: lisbchr@yahoo.dk gerne et samlet antal via din danselider og med oplysning af medlemsnummer af LDSO.

Mød talstærkt op til en festlig og gratis aften. Der er over 200 elever, så vi skal helst være mange dansere, og der aflyses ved under 40 tilmeldte dansere.

Julebal

Regionen afholder julebal i Sørbymagle Hallen, Kirkerupvej 16, Sørbymagle, 4200 Slagelse, søndag den 29. november. Kl. 10:00 -15:30 Kaffen er klar kl. 09:30.

Pris for medlemmer af Dansk Seniordans 150,00 kr. ikke medlemmer 190,00 kr. for dans, mad, kaffe med kage og ikke mindst hyggeligt samvær. (Husk kop og bestik) tilmelding og betaling senest den 18. november til jeres danseledere med oplysning af medlemsnummer af LDSO er du ikke medlem kan du nå at blive det, din instruktør hjælper dig gerne.

Samlet tilmelding til Gudmund på E-mail: gudmund@pc.dk med antal dansere. Deltagergebyret bedes indbetalt på Regionens konto i Nordea reg.0378 konto 5493 272 294. Husk navn og antal – tilmelding er bindende – ved afbud efter den 24. november vil deltagergebyret ikke blive tilbagebetalt. (Husk listerne til regionen).

Ministævne

med plads til max 50 dansere.

Region Vestsjælland inviterer for første gang til et Ministævne i den store mødesal på Biblioteket, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse lørdag den 7. november kl. 10.00 – 16.00.

Vi tilbyder danse med udfordringer, og stævnet er for medlemmer af Landsforeningen Dansk Senior Dans.

Regionen er vært ved kaffen formiddag og eftermiddag, og vi sælger øl, vand og vin.

Medbring selv frokost.

Pris pr. person 50.- kr.

Tilmelding til Lisbeth på mobil: 40 14 02 88 eller mail: lisbchr@yahoo.dk senest 20.-10.

Husk max 50 dansere – tilmeld dig hurtigst muligt og husk dit medlemsnummer ved tilmelding – hvis du ikke er medlem af LDSO, kan du nå at blive det.

Region Vendsyssel

Dansk/norsk danseophold

på Rønnes Hotel Slette Strand, fredag-søndag 23.-25. okt. 2015.

Fredag d. 23. okt. mødes vi til frokost kl. 13,00. Herefter dans.

Kl. 18,00 serveres en 2 retters menu.

Efter middagen dans og senere aftenkaffe.

Lørdag dans om formiddagen, og efter frokost er der mulighed for udflugt rundt i Vendsyssel.

Festaften med buffet kl. 18,00 og efterfølgende dans.

Søndag afrejse efter morgenmad.

Rønnes Hotel er et dejligt hotel tæt på fin



strand ved Vesterhavet, her er "højt til loftet" og forhåbentlig fint vejr.

For danske deltagere, der kun ønsker at deltage fra fredag til lørdag efter frokost, er prisen kr. 860,- pr. person, tillæg på kr. 150,- i enkeltværelse.

For ophold fra fredag-søndag er prisen kr. 1325,- pr. person i dobbeltværelse.

Enkeltværelse kr. 1625,-

Tilmelding til Lis Larsen, tlf. 5133 6076 eller Else Pedersen, tlf. 2226 6800 senest 1.okt. 2015.

Herefter er aftalen bindende.

Nytårsfest

på Hjallerup Kro lørdag d. 6. februar 2016 kl. 11,30 til 16,30.

Dagens program: middag og derefter dans med Les Lanciers og meget andet. Senere kaffe og kranssekage.

Pris for medlemmer kr. 200,-, for ikke medlemmer er prisen kr. 225,-.

Tilmelding til Else Pedersen, tlf. 2226 6800 eller Birte Thune Andersen, tlf. 2081 1263 senest d. 1. febr. 2016.

Vinterdans

i Metropol, Hjørring fredag d. 26. februar 2016.

Se annoncen i januar-bladet.



Region Viborg

Efterårsstævne.

Den 10/10 går turen til Snedsted Hallen Øster Alle 10 7752 Snedsted.

Vi danser fra kl. 13.30 til 16.30 og prisen er for medlemmer kr. 100 for ikke medlemmer kr. 125.

Tilmelding til Doris senest d. 1/10 på tlf. 21 45 01 86.

Betaling hos din danseleder.

Nytårskur 2016

Arrangeret af Landsforeningen og De grå Busser.

Vi håber, mange fra Region Viborg vil deltage i "kuren", som er fra d. 4/1 til 8/1.

Se landsforeningens annonce her i bladet.

Regionens generalforsamling

bliver d. 13/3 2016 i Salling Hallen.

Weekendtur til Dronninglund med bus.

Fra søndag d.10/4 til mandag d. 11/4 2016.

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 – dans igen, hvis du har lyst.

Mandag.

Morgenmad – derefter afrejse.

Sandwich til hjemturen.

Pris for medlemmer kr. 1000

Pris for ikke – medlemmer kr. 1150

Tillæg for enkeltværelse kr. 180

Tilmelding senest d. 15/2 til Tove tlf.

23303626 eller tove@fiberpost.dk

Betaling til Spar Nord reg.nr. 8510 kontonr.

0007446675 senest den 22/3.

Regionale aktiviteter for ledere

Region Fyn

Kursus i danse fra Nordisk Træf

Søndag d. 31. januar 2016.

Se annonce i "Danseretningen" januar.

Region Himmerland

Kursus i danse fra Nordisk Træf

Lørdag d. 16. januar 2016 kl. 9.30 til 15.00.

I samarbejde med Region Vendsyssel afholdes kurset i Rosendalcentret i Agersted.

Vi mødes til kaffe og rundstykker. Medbring selv mad til frokost. Drikkevarer kan købes.

Senere får vi kaffe og kage.

Pris 50,- kr. + materiale.

Instruktør: Rosa Skriver.

Tilmelding til Rosa Pedersen 41 40 91 60 senest den 12. januar 2016

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Nytårskur

På Biblioteket, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse den 30. januar 2016. Regionens instruktører mødes til hyggeligt samvær og dans kl. 11:00 -16:00. Alle instruktører får tilsendt invitation pr. mail ca 1. november 2015



Region Vendsyssel

Lederpleje

fredag d. 11. september 2015

kl. 12.00 til ca. 16.30.

Region Vendsyssel inviterer alle regionens aktive danseledere til dansedag på Landboskolen, Danmarksvej 1, Brønderslev.

Vi begynder med frokost, herefter dans med Eva og Henry.

Der slutes af med kaffe og lagkage.

Alle opfordres til at invitere en danser med, så vi kan blive et rimeligt hold.

Regionen er vært ved arrangementet.

Tilmelding til Lis Larsen, tlf. 51 33 60 76 eller Else Pedersen, tlf. 22 26 68 00 senest 1. sept. 2015.

Kursus i danse fra Nordisk Træf.

Lørdag d. 16. januar 2016 kl. 9.30 til 15.00.

I samarbejde med Region Himmerland afholdes kurset i Rosendalcentret i Agersted.

Vi mødes til kaffe og rundstykker.

Medbring selv mad til frokost. Drikkevarer kan købes.

Senere får vi kaffe og kage.

Pris: 50,- kr. plus materiale.

Instruktør: Rosa Skriver.

Tilmelding til Else Pedersen, tlf. 22 26 68 00, senest d. 9. jan. 2016.



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

Lis Larsen, Hals (lislarsen4@gmail.com) Tlf. 51 33 60 76

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 (alicetjakobsen1@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

Henry Gavnholt, Hadsten (henry@gavnholt.net) Tlf. 60 68 88 21

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