



danseretningen



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

LANDSFORENINGEN
DANSK SENIOR DANS



Nr. 1 - Januar 2016
Årets Gang - Årgang 31



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:

Frostvej i Danmark

Danseretningen

udkommer medio januar, maj
 og september.

Deadline for materiale til
 maj-nummeret: 1. april 2016.

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

Nana har en drøm!



Nanas farmor har i mange år gået til seniordans på et af mine hold. Efter skoletid er Nana ofte gået hen til sin farmor. Nogle gange er Nana i stedet gået hen til Alhuset i Kibæk, hvor vi danser hver onsdag eftermiddag. I starten lavede Nana lektier. Senere har hun været med til line dance; især er Dejlige Grækenland populær. I denne sæson har jeg også brugt Nana til at ”fylde op” i lettere danse.

Nana har sagt til sin farmor, at når hun selv bliver gammel, så vil hun bo et sted, hvor de danser seniordans!!! (Desværre har Nana brækket den ene arm til gymnastik. Så danseholdet må nu klare sig uden Nana. God bedring, Nana!)

Jeg ønsker for alle seniordansere, at de ikke falder og brækker noget på grund af mørke og glat føre. Heldigvis er dans en god forebyggelse mod brud,

idet dans styrker både knoglerne og balancervejen. Omega-3 fedtsyrer hjælper også, har jeg fået at vide.

I regionerne står generalforsamlingerne for døren. Nogle steder kniber det med kandidater til bestyrelserne. Alle (også almindelige dansere) bør være parate til at tage et nap med i bestyrelsen. Gør det for seniordansens skyld – og for din egen!

Ellers kan vi alle drømme om forår og sommer, om seniordans og om rejser og højskoleophold. Gør mere end det! Deltag i et eller flere af de mange fine tilbud, som er beskrevet inde i bladet. – Husk, at du er velkommen til at deltage i de andre regioners arrangementer.

*Godt nytår og god danselyst!
Bo Røyen, landsformand.*





En dejlig sommertur med "Let på Tå"

En stor tak skal lyde til Aase, for en rigtig dejlig tur til Spreewald, som strakte sig over 5 dage, hvor vi 35 seniordansere, fik den ene store oplevelse efter den anden. Vi kørte med Ørslev turist til Gedser og med færgen til Rostock, for derefter at køre til Lubbenau, som byen hed vi boede i.

Undervejs gjorde vi holdt og indtog en dejlig frokost i solskinsvejr. Det var et godt hotel vi boede på, værelserne var pæne, maden god, meget fin morgen buffet.

En særdeles god oplevelse var "Kahn-fart" som vi var på første dag. Her sejlede vi i specielle fladbundede både, som blev staget frem, der var en ro så skøn, vi hørte kun fuglenes kvidren, skønt og smukt landskab.

3. dag besøgte vi jagt slottet Moritzburg, som ligger i nærheden af Dresden – imponerende.

4. dag kørte vi til Berlin, hvor vi var på bus rundtur, med dansktalende guide, vi så en masse af Berlins seværdigheder, og fik for-

talt meget der både var spændende og interessant.

5. dag var det så tid til afgang mod nord igen, men da kunne vi alle se tilbage på nogle vidunderlige dage med temperatur mellem 26 og 36 g. Og desuden havde Aase taget sin musik med, så vi dansede hver aften efter middagen herligt.

Endnu en gang tak til Aase fra undertegnede og alle seniordanserne for en uforglemmelig pragtfuld tur.

Bodil Smidt Sivertensen



Sol sommer og Silkeborg

Vi var omkring 40 dansere der var taget til Silkeborg, Langsøhus. Hvor vi under Gitte Mouritsen og Birthe Bis kyndige vejledning, dansede.

Skolen havde også lavet udflugter. Og sejltur på Silkeborgsøerne hvor vi blev underholdt med harmonikamusik, og sømandssange.

Vi får det fineste frokostbord, og alt hvad vi ellers kan spise snart hele dagen. Så hvis I mangler en god oplevelse i 2016. Så skulle I tage med.



Vi der har været der kan næsten garantere for godt vejr, gode danse og meget hygge. Stort tak til Birthe og Gitte for deres indsats.

*Hilsen en meget tilfreds deltager
Bodil Andersen, Klokkevang, Asferg*

Westendorf

6. - 13. juni 2016

Halvpension - dans - udflugter til Kaprun og Krimmler vandfald, sejltur med kaffe og kage på Achensee

Pris kr. 5.195,-

Dansk Senior Dans region Aarhus arrangerer 8-dages rejse til Tyrol. En herlig rejse til den charmerende og betagende by, Westendorf. Byen ligger omkranset af høje bjerge midt i Tyrol. Vi skal på spændende udflugter. Heldagstur til Kaprun, Italien og Krimmlervandfaldene.

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 8. april 2016.

de graa busser

Runetoften 14 • 8210 Aarhus V • Telefon 86 39 43 66

Indkaldelse til

Generalforsamling i Landsforeningen

**Lørdag, den 16. april 2016, på Agroskolen,
Hammerum Hovedgade 17, Hammerum, 7400 Herning**

Generalforsamlingen starter i skolens foredragssal, kl. 13.30.

Der er frokost i skolens spisesal fra kl. 12.00.

Dagsorden

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassererens regnskab.
4. Indkomne forslag.
5. Valg af bestyrelse og af suppleanter.
På valg er Bo Røyen og Lisbeth Christiansen.
De 2 suppleanter, Gerda Jensen og Henry Gavnholt, er også på valg.
6. Valg af revisor.
7. Fastsættelse af kontingent.
8. Eventuelt.

Vedtægterne foreskriver, at alle forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden, Bo Røyen, i hænde senest 1 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 Bo Røyen, boroyen@hotmail.com eller tlf. 97 19 20 08 samt 21 20 44 06, senest den 10. april. Husk at opgive navn, by samt medlemsnummer.

Efter generalforsamling og kaffe danser vi til kl. 17.

Fra Hammerum Station til Agroskolen er der ca. 10 minutters gang.
Vi kan evt. arrangere biltransport.

Hvis du ønsker en sandwich til hjemrejsen, skal den bestilles ved tilmeldingen.
Pris for den og for en vand bliver ca. 50 kr.

Bliv danseinstruktør

– lær mere om dansens grundbegreber



Danseinstruktør Grundkursus

Hotel Pejsegården, Søndergade 112,
8740 Brædstrup.

29. april – 1. maj 2016

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.



Danseinstruktør Fortsætterkursus

Hotel Pejsegården, Søndergade
112, 8740 Brædstrup.

29. april – 1. maj 2016

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

Der lægges vægt på instruktøropgaven, terminologi, metodik, dansenøglen og andet.



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 250,- kr.

Tilmelding og betaling til begge kurser: Til kontoret i Hadsten senest 1.marts 2016, der betales et depositum 300,- kr. senest en uge efter tilmelding.
Rest beløbet senest 1.april 2016.

Dansefritid på Agerskov kro

9. – 12. maj 2016



Onsdag eftermiddag vil vi prøve at arrangere en lille tur, til et eller andet interessant sted, ikke for langt væk. Vi satser på igen i år, at det kan lade sig gøre i private biler. Nærmere herom når programmet er lagt. Opholdet slutter med frokost fredag middag.

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

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.

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.



Suppleringskursus på Brenderup højskole

Så har der været suppleringskursus på Brenderup Højskole, hvor var det godt.

Vi fik et par lærerige timer i selskab med Peter Søvad, der fortalte og viste nogle af de lidt mærkelige ting vi evt. foretager os når vi underviser, nogen var heldigvis mest møntet på mænd, men alligevel, der var nok at tænke over.

Personligt synes jeg det var rigtig sjovt at høre og se, hvad forskellige grupper på 3 personer, kan få ud af 4 tilfældige ord, der skal laves en historie over.

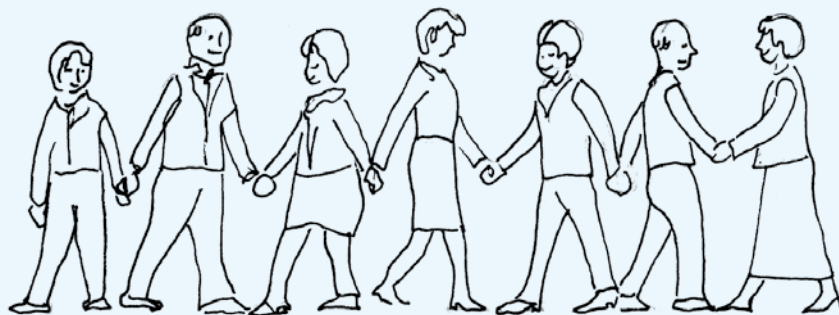
Det jeg tror de fleste havde gruet for, men også set hen til, var at undervise samtidig med det blev optaget på video. Jeg vil ikke sige det er sjovt at se sig selv bagefter, men meget lærerigt, og kommentarerne bagefter kan man så tage til sig. Det varer sikkert længe, før vi ikke tænker på om vi ser ned i gul-

vet hele tiden, eller om vi har fået forklaret dansen, så alle har forstået den.

Selve opholdet på højskolen var dejligt, værelserne er ikke luksus men pæne og rene og maden var super. Det bedste var dog atmosfæren vi følte os virkelig velkommen.

Tak til alle der havde tilrettelagt weekenden.

Daggi Jensen



Savalen

oplevelser &
eventyr i fjellheimen



Seniordans på Savalen – Norge 7. august til 12. august 2016

Endnu engang kan Landsforeningen byde på en fantastisk tur til Norge.

Hotellet er som sidst, Hotel Savalen, der ligger tæt på byen Tynset i midt Norge.

Fuld pension, adgang til spa (uden klor), svømmehal og bar med levende musik hver aften.

Vandrestier i skoven og ved Savalen sø, man kan besøge julenissens hus 300 m fra hotellet.

Hotellet arrangerer 2 x ½ dags udflugter (egenbetaling) en sætertur og en bytur med besøg på et lysstøberi.

Danseprogram:

Seniordans hver formiddag og aften
Round-dance 1 eftermiddag og 2 aftener efter seniordansen.

Danseinstruktører: Gerda Jensen og Margit Batz Poulsen

Turen starter hhv. i Billund lufthavn og i Københavns lufthavn.

Afgang 7. august midt eftermiddag, hjemkomst 12. august midt eftermiddag.

Afhentning af hotellets bus i Oslo lufthavn, 4 timers kørsel til hotellet.

Pris for hotel og bus 3620 kr.

Pris for fly mellem 900 kr. og 1100 kr.

Prisen kan først fastsættes i 2016

Tilmelding

Til margitbatz@gmail.com senest 25. maj 2016 med navn og adresse (som i pas), eller pr. post til : Margit Batz Poulsen, Hybenvænget 11, 8362 Hørning tlf. 30528758.

På gensyn på Savalen

Gerda Jensen og

Margit Batz Poulsen

BOOKING: 62 47 17 17
www.savalen.no



Landsforeningens danseaktiviteter 2016

Højskoler

Silkeborg Højskole	5. juni – 11. juni
Rønde Højskole	30. juli – 5. aug.
Brenderup Højskole	19. juni – 25. juni
Marielyst Højskole	12. juni – 25. juni
Marielyst Højskole	21. aug. – 27. aug.
Hadsten Højskole	1. aug. – 7. aug.
Vrå Højskole	18. juni – 24. juni
Emmaus Galleri	7. aug. – 12. aug.
Jaruplund Højskole	20. juni – 26. juni
Bornholm Højskole	18. aug. – 24. aug. (udsolgt)

Rejser

Savalen i Norge	7. aug. – 12. aug.
-----------------	--------------------

Kurser

Grundkursus	29. april – 1. maj
Fortsætterkursus	29. april – 1. maj

International danseleder kongress

I Østrig	23. maj – 28. maj
----------	-------------------

Dansefritid

Agerskov Kro	9. maj – 12. maj
--------------	------------------



SENIORDANS

på Vrå Højskole 18. juni - 24. juni 2016

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. Senior-dans er fælles dans, der ikke kræver, at man har en dansepartner.

Kurset arrangeres sammen med Landsforeningen for Dansk Senior Dans.

Instruktørteamet består af Else Petersen og Lis Madsen.

Læs mere om kurset på www.vraahojkskole.dk / korte kurser / seniordans eller bestil en brochure på telefon 9898 1010.

Pris 4.000,- kr. på store dobbeltværelser. Tillæg på 500,- kr. for enkeltværelse.



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



5. - 11. juni 2016

SENIORDANS



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.



Hver dag bydes der op til dans. En dans, der sætter både hoved og krop i bevægelse. Vi retter fokus på væsentlige dele af vort fælles liv og historie gennem en uges varieret højskoleprogram og indbyder til en svingom, der sætter gang i kredsløbet, livsglæden og lattermusklerne.

I såvel dans som i sang og gennem foredrag og samtaler lærer vi os selv, vores historie og vores omverden bedre at kende – og vi håber, at det bliver til gensidig inspiration og berigelse.

Danseinstruktør:

Aase Petersen (Pandrup) og Annie Christensen (Børkop).



KOM OG DANS MED!



Silkeborg Højskole
Platanvej 12
8600 Silkeborg
Tel: 86 82 29 33
info@silkeborghøjskole.dk
www.silkeborghøjskole.dk



Seniordans

på Hadsten Højskole 1. - 7. august 2016



Oplev danseglyde, fællesskab og god musik.

Margit Albertus og Lene Damkjær 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 MOMU - Det nye Moesgaard Museum
- Tur til Hvidsten Kro, m. fortælling om Hvidstengruppen og kaffe og kage
- "P.H. - en vise om Danmark", ved musiker Poul Andersen
- Musikaften
- 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: Margit Albertus og Lene Damkjær

Pris: Kr. 4.296,- for indkvartering på delt dobbeltværelse.

Tillæg for eneværelse: kr. 686,- Tillæg for vær. med bad/toilet: kr. 346,-

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

SENIORDANS PÅ HØJSKOLE

I samarbejde „Landsforeningen Dansk Senior Dans“

20/06 - 26/06 2016



Et højskolekursus med seniordansen i centrum.

Instruktører i seniordans: Inge-lis Seidel (Korsør) og Lisbeth Christiansen (Slagelse).

Tur til slottet Glücksburg og til marsken ude vestpå, hvor vi skal besøge Hallig Hooge.

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 OG LIVSGLÆDE UGE 25 • 19.-25. JUNI 2016

Vi vil gerne byde jer velkomne til en dejlig uge i dansens og samværets tegn. Kom alene eller sammen med din ven eller veninde – alle er velkomne her på vestfy.

Kom og nyd en uge med dans, sang, kreativitet og foredrag. Vælg mellem blomsterbinding, akvarelmaling, krolf - og som noget helt nyt: Motorsavskunst. Udflugten går til Kongernes Jelling og I skal fejre St. Hans aften i selskab med FONTANA koret. Nyd alle indtrykkene i hinandens gode selskab og lad det hele synke ind i vores smukke have og bygninger.

Danseinstruktørerne i år er: Margit Jakobsen og Margit Batz Poulsen. Kursusleder og foredragsholder er forstander Ole Dedenroth.

Brenderup Højskole

Stationsvej 54

5464 Brenderup

Tlf 64442414

kontor@brenderuphojskole.dk

www.brenderuphojskole.dk



Se ugeprogram og brochure på vores hjemmeside. Tilmeld dig der, eller ved at ringe til os.

Regler for tilmelding til kurser og større arrangementer

Tilmeldingsfrist:

Rettidig tilmelding er senest 1 måned før arrangementets start.
Betaling af depositum er en betingelse for rettidig tilmelding.

Depositum:

Depositum på kr. 300,- betales til kontoret samtidig med tilmeldingen. Beløbet refunderes kun, hvis arrangementet aflyses.

Restbetaling:

Senest 1 måned før arrangementets start skal restbeløbet være kontoret i hænde.

Afbud:

Restbetalingen refunderes ved afbud tidligere end 1 måned før arrangementets start. Ved senere afbud refunderes restbetalingen med fradrag af de omkostninger, som Landsforeningen skal afholde.

Bankkonto:

Landsforeningens bankkonto
er 7270 - 1025198



Du bliver gladere med alderen

Livet er fyldt med op- og nedture, men undersøgelser viser, at glæden følger en slags u-kurve gennem livet. I en undersøgelse foretaget af Gallup for New York Times, så stiger livsglæden, når du fylder 50. Undersøgelsen viser, at de 85-årige er gladere, end da de var 18 år.

Set i DGI Udspil læs mere:

vorespuls.dk/artikel/krop-forbedrer-sig-med-alderen



Godt nytår

Jeg ønsker alle senior-dansere et rigtig godt nytår, og håber på mange fine danseoplevelser i 2016, på højskoler, på rejser, på dansefritider, i dansekredsene og hvor dansere ellers mødes. Tak for mange gode indlæg i 2015.

Hilsen Lene



Ny dans

Ny dansebeskrivelse til
ny dans "Begge veje"
på side 22

CD 19

Man kan endnu nå at sende forslag til
danse på den nye CD 19.

Hvis du har forslag eller ønsker til danse, 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

SENIORDANS

- med instruktørerne Eva Schmidt og Erling Møller Kristensen
fra lørdag den 30. juli til fredag den 5. august 2016



Oplev også:

- Udflygt på Djursland
- Besøg i Den Gamle By i Århus
- Den nye bydel på havnen i Århus
- Herregårdsmuseet Gl. Estrup
- Fællessang, hyggeligt samvær og god mad

RøndeHøjskole

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

seniordans på Sjælland 2016



foredrag og udflugter:

- Heldagstur til Roskilde og København
- Foredrag med Bjarne Nielsen Brovst, Nikolaj Brandt og Henning Nørhøj
- Filmaften (Livlægens besøg), Sang-aften og solnedgangsbustur
- Lækker mad og "den blå time"
- Masser af seniordans

instruktører:

Jytte Albrechtsen & Gunna Johansen

tid: 7. - 12. august 2016

pris: fra 3200 kr.

sted: EMMAUS

- galleri & kursuscenter,
4690 Haslev



EMMAUS

HØJSKOLE
www.galleri-emmaus.dk
info@galleri-emmaus
T: 5443 5433

Seniordans på Højskolen Marielyst

Kom og dans seniordans på
Danmarks smukkeste højskole

14 dage fra 12. juni – 25. juni under ledelse af
Lene Damkjær og Eva Schmidt

En uge fra 21. – 27. august under ledelse af
Lisbeth Christiansen og Lis Larsen

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

"Silkeborg, Sol, Smil & Dans"

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

Søndag 14/8 - Fredag 20/8 2016

Prisen for kurset er kr. 3095,- (+ enkeltværelsestillæg kr. 200,-), som dækker alt:

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

Danseinstruktør er: Gitte Mouritzen & Margit Batz Poulsen

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

Tlf: 29 47 96 82 / Mail: gitte.mouritzen35@gmail.com

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

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



Vestre Ringvej 51 • 8600 Silkeborg • www.langsohus.dk

Westendorf

30. juli - 6. august 2016

Halvpension - dans - udflugter til Kaprun og Krimmler vandfald, sejltur med kaffe og kage på Achensee

Pris kr. 5.395,-

Birthe Bisgaard Jensen arrangerer 8-dages rejse til Tyrol. En herlig rejse til den charmerende og betagende by, Westendorf. Byen ligger omkranset af høje bjerge midt i Tyrol. Vi skal på spændende udflugter. Heldagstur til Kaprun, Italien og Krimmlervandfaldene.

Opsamling: Fra Randers og ned mod grænsen.

Tilmelding og program ved henvendelse til:

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

Tilmelding senest den 21. maj 2016.

de graa busser

Runetoften 14 • 8210 Aarhus V • Telefon 86 39 43 66

Aase Pedersen`s 25 års jubilæum



Den 14. september 1990 begyndte Aase Pedersen som leder af seniordans i Rødby, senere kom Maribo, Holeby og Nakskov til. Sammen med sin trofaste medhjælper Elmer blev de så fejret ved en dejlig fest i Blomsterparken Rødby den 3. september.



Vi begyndte med kaffen, derefter var der seniordans 1 times tid så vi rigtig fik appetit til den lækre buffet.



Rødby Harmonikaklub underholdt under spisingen og derefter spillede de op til dans. Det var en rigtig dejlig dag med deltagelse af 85 personer.

*Venlig hilsen på deltagernes vegne
Valborg Starzec, Nakskov
"Let på Tå"*



Guldbryllup

I august 2015 havde vores dygtige instruktør Ingrid Brams og hendes mand Jens danset sammen i 50 år.



I den anledning blev alle dansere fra holdene i Herning og Hammerum inviteret til "Gulddans". 120 tog mod invitationen, og sikken en fest vi fik! Pragtfuld mad og god vin! Der blev holdt taler, skålet, sunget og danset og ikke mindst snakket.

Vi vil hermed gerne sige tak for en dejlig aften samt tak for den gode kaffe, Jens laver til os i Herning hver uge og Ingrids dejlige hjemmebak.

*Håber I fortsat vil danse i mange år – sammen og med os.
Med venlig hilsen Danserne i Herning og Hammerum*

Begge veje

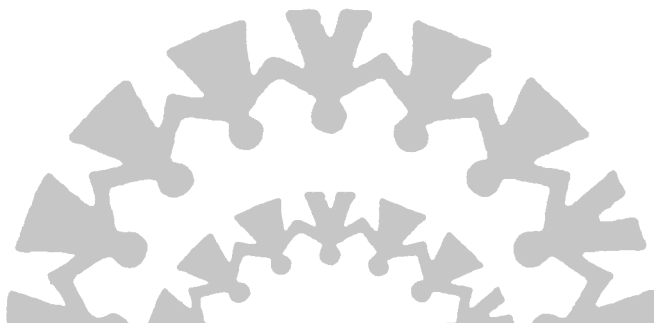
Dans af: Vita Ugilt 2015
Musik: Univasal musik f.eks. Prince Imperial Galop på Both Sides of the Atlantic, - Black Cat Quadrille/Prince Imperial Galop/George Cheroux på ONE:III – CD 14 nr 4 – CD 15 nr 12
Takt: 2/4
Forspil: Efter musikvalg
Opstilling: Sicilian Circle. (Par 1 front idr – par 2 front mdr)

Takt A1 Åben fatning med partner
1-4 Λ: Venstre hånd til hinanden og alle går mod uret rundt til front den modsatte vej, 8 trin. Λ slipper fatningen.
5-8 Π : Højre hånd til den Π fra det nye par, som kommer i møde og alle går med uret rundt og slutter foran det oprindelige modpar, 8 trin

A2
1-4 2pars kreds med uret, 8 trin
5-8 2pars kreds mod uret, 8 trin

B1
1-8 Hey for fire. Π begynder (højre skulder når man møder egen farve og venstre skulder når man møder modsat farve), 16 trin. Åben fatning.

B2
1-4 4 trin frem mod modpar og 4 trin tilbage. Slip fatningen
5-8 Højre skulder forbi modstående til nyt modpar, 8 trin,



At danse er en dejlig ting

Melodi: Den glade kobbersmed

At danse er en dejlig ting, det er vi enig' om
hvad laved' vi i grunden før at seniordansen kom,
den drager os, den tryller os omkring på lette tæer.
Den passer godt i tempo, vi kan ikke lade vær.
Kære venner kom og mød op til seniordans,
hold jer ej tilbage vær med i vores krans.
Dansen samler os, dansen holder os i sving.
Vi er klar alle mand, til at lære nye ting.

En mandag blå og tirsdag grå og du er sur og tvær,
en arbejdsdag har gjort dig træt og sløj med sit besvær.
Så ved du godt du trænger voldsomt til at hvile dig,
men se om du ej lister cyklen frem og siger "Hej".
Kære venner kom og mød op til seniordans,
hold jer ej tilbage vær med i vores krans.
Dansen samler os, dansen holder os i sving.
Vi er klar alle mand til at lære nye ting.

*Indsendt af Dora
fra Rønde*



Dagsorden for ordinær regionsgeneral-forsamling i flg. vedtægterne § 5 stk. 8

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassererens regnskab
4. Indkomne forslag
5. Valg af bestyrelse + suppleanter
6. Valg af revisorer + revisorsuppleant (alle vælges for 1 år)
7. Eventuelt

Regionale aktiviteter for dansere

Region Århus

Generalforsamling

Lørdag den 27 februar 2016. kl. 14.00 i skolens festsal, 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: Maja Davidsen (modtager genvalg)
På valg er: Bodil Andesen (modtager genvalg)
Af hensyn til kaffebord er tilmelding nødvendig til Maja Davidsen tlf: 86467290 evt. mobil 30517335.
Senest den 12 Februar 2016.

Forårsstævner:

Hornslet Hallen Stadionvej, Søndag den 28 februar 2016-fra kl 14,00 til kl 17,00
Medlemspris kr 75- incl. Kaffebord-ikke medlemmer kr 100.-
Bindende tilmelding til egen danseleder, samlet tilmelding fra Danselederne til Maja Davidsen tlf: 86467290 evt. mobil 30517335- senest 8 dage før stævnet.

NYT NYT

Hallen Tilst Skolevej 13. 8381 Tilst. Stævne søndag den 13 marts 2016- fra kl 14,00 til kl. 17,00
Medlemspris kr. 75-incl. Kaffebord –ikke medlemmer kr. 100.-. Bindende tilmelding til egen dansele-

der, samlet tilmelding fra Danselederne til Maja Davidsen tlf: 86467290 evt. mobil 30517335- senest 8 dage før stævnet.

Højskoledag;

Regionen afholder Højskoledag på Silkeborg Højskole. Platanvej 12 8600 Silkeborg
Mandag den 25. April 2016 fra kl. 10.00 til 16.00.
Formiddagskaffe, foredrag, sangtime, frokost, seniordans og eftermiddagskaffe.
Pris for medlemmer kr. 225.-
ikke medlemmer kr.250.-
Undervisere: Maja Davidsen og Gitte Mouritzen
Bindende tilmelding og betaling til egen danseleder, som tilmelder til Gitte Mouritzen tlf: 86230760.
Senest 11 April 2016.

Regionstur

I samarbejde med ”De Grå Busser” har Århus Regionen arrangeret en 8 dages tur til Westendorf Tyrol fra 6-13 Juni 2016. Danseledere Gitte Mouritzen og Margit Batz Poulsen. Se nærmere i bladet.,

Region Fyn

Generalforsamling/forårsstævne.

Søndag den 13. marts i Ørbæk Midtpunkt
Generalforsamlingen starter kl. 11.00.
Dagsorden iflg. vedtægterne.

På valg er:
Gunna Johansen
Birgit Thomsen
Suppleanter:
Dagge Jensen

Inge Lise Andersen

Forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.

Smørrebrød kan bestilles hos danselederne.

Førårstævne kl. 13.30-17.00

Pris incl. kaffe, boller og lagkage 65 kr. for medlemmer af ldsd. 80 kr. for ikke medlemmer.

Tilmelding og betaling til danselederne senest 4. marts.

Region Himmerland

Søndagsdans

Hadsund Kulturcenter Kirkegade 2 -4, 9560 Hadsund den 14. februar 2016. kl. KL.13.30. – 16.30

Eftermiddagen byder på: Senior dans, kaffe med brød og fællessang

Pris for medlemmer 80,-kr

Pris ikke medlemmer 90,-kr

Billetter kan købes hos din danseleder eller Elly Engedal tlf.98 62 11 10, senest fredag den 5. februar 2016.

Generalforsamling.

Lørdag den 5. marts 2016. Kl.9.30 – 12.00

Aktivitetscentret, Bymidten 15, 9600 Aars

Ordstyrer. Rosa Pedersen

Der serveres kaffe med brød, øl og vand kan købes

På valg er Elly Engedal og Inger Andersen, begge modtager genvalg. Dagsorden ifølge vedtægterne.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden i hænde 14 dage før generalforsamlingen.

Forslag til valg af medlemmer af bestyrelsen samt valg af suppleanter kan fremsættes på generalforsamlingen.

Husk medlemsbevis. Efter generalforsamlingen er der seniordans.

Tilmelding af hensyn til forplejning til Rosa Pedersen senest 1. marts 2016 på tlf. 32 14 77 90 eller mobil 41 40 91 60

Førårstævne

Himmerlandscentrets Idrætsefterskole Jyllandsgade 10, Haverslev 9610 Nørager.

Søndag den 17. april 2016. kl. 11.30 – 16.00

Dagen indhold: Lækker buffet, seniordans, lotteri, kaffe og 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 8. april 2016.

Sommerdans

Spillemandsmuseet Cimbrervej 2, Rebild 9520

Skørping. Tirsdag den 24.maj og 23.august 2016.

Kl. 19.00 – 22.00

Pris medlemmer 55,-kr

Ikke medlemmer 65,-kr

Tilmelding ikke nødvendig

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Generalforsamling

Lørdag 5. marts 2016 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 Vedbæk.

Tlf. 45 89 18 36

På valg er: Ruth Weisdorf og Lise Klint, begge er villige til genvalg.

På valg: suppleant Anni Jacobsen og Christian H. Nielsen, begge er villige 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.10. februar 2016

Danselederen indbetaler til Nordea Bank senest d.17.februar 2016.

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. 18. maj 2016 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.20.april 2016.

Danselederen indbetaler til Nordea Bank senest d.

27. april 2016. Konto nr: 2252 – 62 66 71 43 68

Husk at påfører navn ved indbetaling til banken

Sommerdans i Hørsholm 2016

Danseleder: Jytte Mølgaard

Dato: torsdage 7.april, 12.maj, 2.juni, 7.juli 2016

Tidspunkt: kl.11.00 – 14.00

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

Transport: Tæt på Kokkedal station, gode busforbindelser.

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 2016

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

Region Ribe

Troldefest og forårsdans med spisning.

Mandag d. 4 april 2016. Sted: Troldealen på Sportshotel Vejen, Jacob Gades Alle 1. 6600 Vejen
Vi danser fra kl. 11,00 til kl. 12,00 hvorefter vi går til bords i spisesalen for at få en 2 retters menu, for medlemmer kun 225,- kr. For ikke medlemmer er prisen: 250,- kr. Drikkevarer købes i baren.

Der danses igen kl. 13,30 til kl. 15,30 så er der kaffe og lagkage. Vi slutter festen ved kl. 16,00

Tilmeld jer til danseleder inden sæsonen slutter.

Der er kun plads til 130 personer og vi har inviteret Region Vejle til festen.

Sydhavsoerne

Der er planlagt en bustur til de danske sydhavnøer med De Grå Busser i uge 33 2016.

Det bliver en 4 dages tur med udflugter og Nykøbing Falster Revyen og selvfølgelig dans om aftenen.

Arrangementet er i samarbejde med Eva Schmidt og dansere fra det midtjydske.

Når endelig program foreligger vil det blive sendt til danselederne.

Generalforsamling

Region Ribe holder ordinær generalforsamling, mandag den 4 april 2016 i Sportshotel Vejen, Jacob Gades Alle 1, 6600 Vejen.

Generalforsamlingen starter kl. 10,00

Dagsorden ifølge de lokale vedtægter.

Forslag der ønskes behandlet bedes fremsendt skriftligt senest 14 dage før generalforsamlingen, til formanden (Henry Gavnholt). Når generalforsamlingen er overstået går vi til Troldefest.

Region Ringkøbing

Danseweekend på Pinenhus

Regionen afholder danseweekend på Hotel Pinenhus, Roslev, fra den 31/1 til den 1/2 2016. Hvis du er



interesseret i at deltage kan du kontakte Gerda Røy, gerda.roy@mail.dk eller tlf. 9732 1398 for at høre, om der er flere pladser.

Generalforsamling

Region Ringkøbing holder ordinær generalforsamling, lørdag den 5. marts 2016, kl. 13. Den foregår i Mejrup Fritidscenter, Elkjærvej 26, Mejrup Kirkeby ved Holstebro. På valg er Gerda Røy, Karen Nielsen 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 dog fremsættes på selve generalforsamlingen. Dagsorden er som angivet i § 5 regionens vedtægter.

I forbindelse med generalforsamlingen er der 2 halve franskrød med pålæg, kaffe, frugt og dans. Vi slutter ca. kl. 16.30. Tilmelding til Bo Røyen, boroyen@hotmail.com eller tlf. 9719 2008, senest den 29. februar. 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 2. april, 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 26. marts. (Dancelederne opfordres til at modtage tilmeldinger.)

Tirsdagsdans

Vi starter på årets tirsdagsdans den 11. 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. 30, men medbring selv kaffe/brød og kop! – Næste gang er den 14. 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

Søndag den 31. januar kl. 11 til kl. 14

Dans i Lyrskovsgade 4, 1758 København V.
Pris kr. 40

Forplejning til eget forbrug medbringes.

Søndag den 21. februar kl. 11 til kl. 14

Generalforsamling

Lyrskovsgade 4, 1758 København V. Dagsorden ifølge lovene. Vedtægter og dagsorden uddeles på mødet.

På valg er:

Kassierer Annelise Holmbom Nielsen

Suppleant Bjarne Lund-Skov

Suppleant Vera Gammelholm

Revisor Kåthe Carlsen

Revisorsuppleant Bente Mikkelsen.

Indkomne foreslag sendes senest 14 dage inden generalforsamlingen til Formand Kirsten Bauer, Nordahl Griegs Vej 66, 2860 Søborg eller e.mail Kirstenbauer@webnetmail.dk
Regionen byder på en let frokost. Gratis indgang.

Søndag den 13. marts kl. 11-14

Dans i Lyrskovsgade 4, 1758 København V

Pris kr. 40

Forplejning til eget forbrug medbringes.

Region Syd for Strømmen

Forårsstævne.

Lørdag den 6. februar kl. 13.00 til 17.00 i Nørre Alslev Hallen, Skolegade 3, 4840 Nørre Alslev.

Masser af dans, eftermiddagskaffe/-te og lagkage.

Medbring selv kop, tallerken og bestik. Fri vand under dansen.

Pris for medlemmer af LDS 80 kr., for ikke medlemmer 120 kr.

Tilmelding og betaling på konto nr. 0693-0002767686 eller til danseleder, senest 27.01. Husk navn og by samt medlemsnummer.

Generalforsamling

Afholdes onsdag den 9. marts kl. 14.00 på Saksenhushus, Juniorgade 35, 4990 Saksøskov.

Dagsorden ifølge vedtægterne. På valg til bestyrelsen er Birte Jakobsen og Astrid Johansen. Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamling, skal være formanden skriftligt i hænde senest 24. februar. Sendes til Birte Jakobsen, bjakob@hotmail.dk, Linskøbingvej 31, 4900 Nakskov.

Regionen er vært for kaffe og dans efter generalforsamlingen.

Højskoledag med dans.

Lørdag den 7. maj kl. 10.00 til 16.00 på Højskolen Marielyst, Botøvej 2, 4873 Væggerløse.

Formiddagskaffe og sang fra Højskolesangbogen.

Valgmuligheder både formiddag og eftermiddag mellem almindelig seniordans, danse med større udfordring eller foredrag.

Frokostbuffet, eftermiddagskaffe og fælles afslutningsdans for alle.

Pris for medlemmer af LDS 200 kr., for ikke medlemmer 240 kr.

Tilmelding og betaling direkte til Højskolen på konto nr. 2205 6750112216 eller til danseleder. Husk at skrive navn og by samt medlemsnummer.

Region Sønderjylland

Vinterfest

søndag d. 31. januar 2016 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: amjspc@gmail.com
Navn, by og medlemsnummer, hvis du er medlem af Landsforeningen
Betalning senest 25. januar til konto i Sydbank 7910 1821019 (husk at oplyse navn, by og medlemsnummer, hvis du er medlem af Landsforeningen)

Generalforsamling

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 Idrætshøjskolen,

Friheds Alle 42, Sønderborg
lørdag d. 19. marts 2016 kl. 10.00 -15.30
10.00 Rundstykker og kaffe ved ankomst.
10.30 Seniordans.
11.30 Sang fra højskolesangbogen.
12.00 Fortæring af medbragt madkurv.
Drikkevarer kan købes.
13.00 Seniordans.

15.00 Kaffe og lagkage.

15.30 Afslutning.

Pris kr. 100,00 for medlemmer og kr. 125,00 for ikke medlemmer.

Beløbet bedes indbetalt på konto 7910 1821019 senest 3. marts 2016.

Tilmelding til Gitte Hansen på mail: gittehansen@rathje.dk

eller på mobil 2988 4689, senest 3. marts 2016.

Husk at oplyse navn, by og medlemsnummer ved tilmelding og husk skiftesko.

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 sodavand købes)

13.00 Seniordans

15.00 Kaffe og æblekage

15.30 Afslutning

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

Beløbet bedes indbetalt på konto 7910 1821019

Tilmelding Mikael Skøtt 24208628 eller

Mail: mikael@kchn.dk senest 31. marts 2016

Husk at oplyse navn, by og medlemsnummer ved tilmelding!

Region Vejle

Generalforsamling.

Regionen indbyder Landsforeningens medlemmer til generalforsamling fredag den 4. marts 2016 kl. 14 på Plejecentret Stensvang, Steen Blicher Vej 51, 7182 Bredsten

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Forslag der ønskes behandlet, skal sendes til formanden senest 14 dage før.



På valg er Ingrid Therkelsen. Ingrid modtager ikke genvalg.
Efter generalforsamlingen er der kaffe og dans.
Tilmelding senest 25. februar 2016 til Annie Christensen tlf. 60 12 54 11

Forårsstævne.

Lørdag den 16. april 2016 kl. 13.30 – 17 i Rask Mølle Hallen, Skolebakken 1, Rask Mølle
Pris: 70 kr. inkl. kaffe. Ankomst og samlet afregning fra lederne fra kl. 13.00. Tilmelding senest 1. april 2016 til Birte Stisen tlf. 75 89 72 39

Højskoledag

Mandag den 2. maj 2016 på Vandel Efterskole
Grindstedvej 37, 7184 Vandel. Kl. 10 – ca. 16.00
Program: kaffe, fortælling, frokost, sang, opvisning og dans. Pris: 160 kr.
Tilmelding senest 16. april 2016 til Birte Stisen tlf. 75 89 72 39

Region Vestsjælland/ Storstrømmen

Generalforsamling

Regionen afholder generalforsamling lørdag den 27. februar 2016 kl. 09.30 på Biblioteket Stenstuegade 3, 4200 Slagelse
Dagsorden ifølge vedtægterne.

Kandidater til bestyrelsen og forslag, der ønskes behandlet, kan sendes skriftligt til formanden senest 14 dage før.

På valg er Inge-Lis Seidel, Annalise Jensen og de 2 suppleanter Henrik Kiner og Jørgen Andersen. Annalise Jensen ønsker ikke genvalg.
Regionen er vært ved morgenkaffe/the med brød.
Tak selv madkurven med til en fælles frokost. Vi beregner at danse både før og efter frokost og slutter ca. 15.00.

Forårsstævne

Regionen afholder sit forårsstævne lørdag den 30. april 2016 i Sørbymagle Hallen, Kirkerupvej, 4200 Slagelse kl. 10:00 - 16:00. Kaffen er klar kl. 09:30. Pris for medlemmer af landsforeningen 150,00 kr. (husk medlems nr. til Landsforeningen) ikke medlemmer 190,00 kr. Dette dækker mad, kaffe/the og kage (husk bestik) tilmelding til jeres danseleder senest den 17. marts. Samlet tilmelding til Gudmund Madsen på mail: gudmund@pc.dk med antal dansere. Deltagergebyret bedes indbetalt på Regionens konto i Nordea Reg.nr. 0378 konto nr. 5493 272 294, husk navn og antal. Tilmeldingen er bindende, ved afbud efter den 21. april vil deltagergebyret ikke blive tilbagebetalt.

Kom til sommerdans - alle er velkommen.

Regionen indbyder til SOMMERDANS 5 gange i løbet af sommeren 2016. Pris pr. gang 20 kr.
Vær med til at holde Seniordansen i gang og finde nye dansere.

Første gang på Rynkeby skolen, Møllevej 10, 4400 Kalundborg i Musiklokalet den 6. april kl. 13.00-16.00. Medbring selv dine drikkevarer, kage/frugt. Der er ikke mulighed for at købe noget på stedet. Tilmelding til Conny Frederiksen på mail: conny4400@gmail.com

Anden gang er den 19. april kl. 13.00-16.00 hos Næstved Seniordansere i Multihuset "SYDPOLEN", Sydbyskolen, Parkvej 109, 4700 Næstved. Kaffe/the og kage kan købes eller medbring selv. Tilmelding senest den 15. april på mail: gudmund@pc.dk eller mobil 2041 2366.

Tredje gang i Korsør, Teglværksparken 50, 4220 Korsør tirsdag den 3. maj kl. 13:00-16:00. Kaffe/the og kage skal bestilles/købes ved ankomst. Tilmelding til Inge-Lis på mail: seidel.ingelis@gmail.com eller mobil 3054 9060.

De to sidste gange på Biblioteket, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse torsdag den 19. maj og torsdag den 2. juni kl. 13:00-16:00. Regionen byder på en kop kaffe, tag selv dit brød med. Tilmelding til Lisbeth på mail: lisbchr@yahoo.dk eller mobil 4014 0288.

Region Vendsyssel

Nytårsfest på Hjøllerup Kro

lørdag d. 6. februar 2016 kl. 11,30 ti 16,30.

Dagens program: middag og derefter dans med Les Lanciers og meget andet. Senere kaffe og kransekage. Pris for medlemmer kr. 200,-, for ikke medlemmer er prisen kr. 225,-. Tilmelding til Else Pedersen, tlf. 2226 6800 eller Birte Thune Andersen, tlf. 2 081 12 63 senest d. 1. februar 2016.

Vinterdans i "Metropol" i Hjørring.

Fredag d. 26. februar 2016 kl. 10,30 til 14,30 danser vi i Metropol, Hjørrings store forretningscenter, der ligger centralt med gode parkeringsforhold. Dansesalen ligger på 1. sal ved siden af biblioteket. Der er bestilt frokost med tærter, grøn salat, kaffe/the med kringler. Drikkevarer kan købes.
Pris kr. 100,- for medlemmer og kr. 125,- for ikke medlemmer. Max. 60 deltagere. Tilmelding senest d. 20. februar 2016 til Else Pedersen, tlf. 2226 6800 eller Birte Thune Andersen, tlf. 2081 1263.

Indkaldelse til generalforsamling.

Lørdag d. 5. marts 2016 kl. 10,00 til 13,00 i "Bien" ved Dagcenter Grønningen, Passagen, Brønderslev. Dagsorden ifølge vedtægterne.
På valg er Else Pedersen, Agersted og Inger Bøgh Pedersen, Agersted.

Revisorer Peter Jacobsen, Sæby og Ivan Pedersen, Pandrup.

Forslag, der ønskes behandlet, skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen. Tilmelding p.gr.a. traktementet til Lis Larsen, tlf. 5133 6076 eller Else Pedersen, tlf. 2226 6800.

Forårsfest i Sæby Kulturhus

Rådhuspladsen, Sæby. Fredag d. 15. april 2016 kl. 11,30 til 16,30. Der er bestilt smørrebrød og efter dans er der kaffe med lagkage. Drikkevarer kan købes.

Pris kr. 100,- for medlemmer og for ikke medlemmer kr. 125,- Tilmelding til Else Pedersen, tlf. 2226 6800 senest 8. april. (Max 90 deltagere).

Sommerdans i Den Runde Pavillon

i Brønderslev. Torsdag d. 2. juni kl. 12,00 til 16,00. Rododendronparken står i fuldt flor. Ta' madkurv og drikkevarer med. Vi sørger for sang, musik og masser af dans. Alle er velkommen. Pris kr. 30,-.

Region Viborg

Generalforsamling

Søndag d.13/3 2016 i Salling Hallen, Viumvej 8 Roslev fra kl. 13.30 til 16.30. Dagorden iflg. vedtægterne. Forslag, der ønskes behandlet, skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen. Husk: du kan foreslå kandidater til bestyrelsen på generalforsamlingen.

På valg er: Tove Pedersen og Karin Vilsgaard.

Foreningen er vært ved kaffe og brød.

Medbring gyldigt medlemsbevis. Ta' bare danseskoene med.



Tilmelding senest mandag d.7/3 til Alice tlf. 51776043. Eller mail alicerjakobsen1@gmail.com

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.

Dansens Dag.

Bliver fredag d. 29/4 og igen bliver det afholdt i Glyngøre, Elmevej 8. Jamos gamle bygninger.

Festen begynder kl. 14.30 og slutter ca. kl. 20.00

Traktementet består af flg. eftermiddagskaffe – aftensmad og aftensskaffe, det hele for kun kr. 170.

Drikkevarer kan købes.

Kom og vær med til en hyggelig dansedag.

Tilmelding til Tove senest tirsdag d. 19/4 tlf.

23303626 eller mail tovep@fiberpost.dk

Sommerdans.

Hestestalden, Skolegade 4 – 8 Thisted mandag d. 2/5 fra kl. 14.00 – 17.00.

Tilmelding til Doris senest onsdag d. 27/4

tlf. 21 45 01 86.

Spøttrup Aktivitetssk. Nørregade 18 Balling torsdag d. 19/5 kl. 14.00 – 17.00.

Tilmelding til Alice senest fredag d. 13/5

tlf. 51 77 60 43.

Glyngøre skole, Strandvej 15, mandag d. 6/6 kl. 14.45 – 17.45.

Tilmelding til Tove senest onsdag d. 1/6 tlf. 23 30 36 26.

Prisen er alle tre stede kr. 25 og man medbringer selv kaffe og kop. Brød er med i prisen.

Aktivitetssk. Odgårdsvej 15 A Skive torsdag den 16/6 kl. 13.30 – 16.30.

Tilmelding senest mandag d. 13/6 tlf. 97 52 61 09 eller nyskivehus@nyskivehus.dk

Kaffe og kage kan købes.

Bustur til Nordsjælland.

Fra fredag d. 19/8 til søndag d. 21/8 2016.

Program kan du få til generalforsamlingen eller hos din danseleder.

Regionale aktiviteter for ledere

Region Fyn

Kursus i danse Nordisk Træf 2015

Søndag den 31. januar kl. 9.30 i Aktivcentret Kløvervej 1 b, Ørbæk. Pris for kurset 100 kr. Pris for CD og dansebeskrivelse 300 kr. Regionen er vært ved kaffe og rundstykker. Danselederne kan tage en dygtig danser med pris 25 kr. Smørrebrød kan købes på stedet eller bringes med. Instruktører: Lisbeth Christensen og Lene Damkjær tilmelding til Lene senest 25. januar på tlf. 65981773

Region Nordsjælland/ Roskilde/Bornholm

Undervisning i Nordiske danse Sverige 2015

Sted: Plejecentret Hegnsgården, Alleen 7, 2850 Nærum. Dato: 7. februar 2016. Tidspunkt: kl. 9.30 starter undervisningen – kl.15.30. Der er mulighed for social samvær m/kaffe og brød fra kl. 9.00.

Instruktører: Lisbeth Christiansen og Lene Damkjær. Pris: kr. 100,00 for danseledere, dækker sal leje og instruktører. Pris: kr. 50,00 Danselederne har mulighed for at udpege 1-2 øvede dansere. Medbring selv mad og drikkevarer, kaffe kan købes. Husk materiale pris for Cd og beskrivelser er kr. 300,00, som afregnes med instruktørerne på dagen. Ved tilmelding giv besked om man ønsker materialet, kun for danseledere. Bindende tilmelding d.19. januar 2016 til Jytte Mølgaard tlf. nr. 45 76 11 24 mail: molgaardjytte@gmail.com Betaling: Nordea bank konto nr.2252-6266714368 Gode transport muligheder. Motorvejen afkørsel 14 Nærum Tog fra Kbh. Skodsborg med Kystbanen, videre med bus 194 til Nærumgårdsvej. S-tog fra Kbh. til Holte videre med bus 195 til Nærumgårdsvej. Hegnsgården(gul bygning) er nabo til Nærum bibliotek.

Region Ribe

Danselederkursus.

Danse fra Nordisk Stævne 2015. Lørdag den 6. februar 2016. Kl. 9.30 – ca. 15.00. Plejecentret Stensvang, Steen Blicher Vej 51, 7182 Bredsten. Underviser: Eva Schmidt. Kurset afholdes sammen med Region Vejle. Vi kommer med kaffe og rundstykker. Medbring selv mad og drikke til resten af dagen. Tilmelding til Birte Stisen tlf. 75 89 72 39. Senest 22. januar 2016.

Medlemskort 2016

LANDSFORENINGEN
DANSK SENIOR DANS



Region Syd for Strømmen

Kursus i Nordiske danse

fra August 2015 afholdes lørdag den 16. januar kl. 10.00 til 16.00 i Kulturforsyningen, Voldgade 1, 4800 Nykøbing Falster.

Regionen er vært ved kurset og giver desuden en let frokost og eftermiddagskaffe. Medbring selv service og bestik. CD og dansebeskrivelser er til salg for 300 kr.

Instruktører: Eva Schmidt og Birte Jakobsen. Tilmelding til Birte Jakobsen, bjakob@hotmail.dk, tlf. 28910815

Region Vejle

Danselederkursus.

Danse fra Nordisk Stævne 2015. Lørdag den 6. februar 2016. Kl. 9.30 – ca. 15.00. Plejecentret Stensvang, Steen Blicher Vej 51, 7182 Bredsten.

Underviser: Eva Schmidt.

Kurset afholdes sammen med Region Ribe. Vi kommer med kaffe og rundstykker. Medbring selv mad og drikke til resten af dagen.

Tilmelding til Birte Stisen tlf. 75 89 72 39. Senest 22. 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.

Regionen er vært ved et lettere traktament til frokost og eftermiddags kaffe/the og kage. Tag selv dine drikkevarer med til hele dagen.

Tilmelding til Gudmund på mail: gudmund@pc.dk senest fredag den 22. januar 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.vendsysselfseniordans.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 (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

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