



- **Generalforsamling**
- **Regionale aktiviteter**



Formand

Bo Røyen

Fjølsterangvej 8, 6933 Kibæk
Tlf. 97 19 20 08 / 21 20 44 06
E-mail: boroyen@hotmail.com



Næstformand

Lisbeth Christiansen

Slagelsevej 24, Skørpinge
4200 Slagelse
Tlf. 40 14 02 88
E-mail: lisbeth.christiansen@outlook.dk



Kasserer

Erling Møller Kristensen

Munkparken 68, 6240 Løgumkloster
Tlf. 74 74 38 12
E-mail: erlingdansk@mail.dk



Sekretær

Helle Milan Nielsen

Røsnæsvej 178,
4400 Kalundborg
Tlf. 24 93 00 22
E-mail: hellemlan@icloud.com



Redaktør af Danseretningen

Lene Damkjær

Måre Byvej 38, Måre, 5853 Ørbæk
Tlf. 65 98 17 73 / 21 75 17 93
E-mail: lenemaare@gmail.com



International kontakt

Margit Batz Poulsen

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



Solveig Christiansen

Herredsvejen 166, Troestrup
9500 Hobro
Tlf. 20 41 47 63
E-mail: solveig.troestrup@gmail.com



1. suppleant

Eva Schmidt

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



2. suppleant

Tove Malberg

Nordvangen 16, 7173 Vonge
Tlf. 21 76 00 13
E-mail: malberg07@gmail.com

Vigtige informationer

Landsforeningens sekretariatsadresse er:
Baneallé 8 C, 8450 Hammel

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

MobilePay 43704

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

Forsiden:

Dansere fra Tilvilde Højskole

Danseretningen

udkommer medio januar, maj og september.

Deadline for materiale til september-nummeret: 1. august 2019.

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 aktivitetskalenderen, bedes I venligst skrive for hvilken region, I ønsker meddelelsen bragt.

UDEBLIVELSE AF BLAD OG MEDLEMSREGISTRERING

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

Ensomhed er farlig, især for mænd



Mange pensionister føler sig ensomme. Overgangen fra et langt arbejdsliv til den tredje alder er nok den vanskeligste forandring i vores voksne liv. Men vi kan forkorte den fjerde alder, hvor skrøbelighed og sygdom dominerer, hvis vi holder os aktive. Det er vigtigt at udfordre kroppen fysisk for at styrke immunforsvar og helbred. Men lige så afgørende er gode sociale relationer, et positivt livssyn og daglige hjerneudfordringer.

Især mænd har en tendens til at lukke sig inde i sig selv. Det medfører let misbrug og dårlige vaner. *Derfor er det mig en gåde, hvorfor så få mænd går til seniordans.* Det kræver jo ingen særlige færdigheder at lære dansene. (Selv om det er mere udfordrende, end det ser ud!) Men frem for alt, så kommer mændene med i et dejligt socialt fællesskab – med mange kvinder!

Dansk Senior Dans er det oplagte valg for enlige. Her kommer andre enlige. I seniordans søger vi ikke individuel konkurrence og ambitioner. Vi dyrker derimod gode sociale relationer og omsorg for andre. Sammen gør vi livet længere – og sjovere!

Jeg har tidligere omtalt Landsforeningens samarbejde med sportsdanserne, folkedanserne og squaredanserne. Her kigger vi på, om der kan skabes en fæl-

les organisation for al dans i Danmark. Jeg har været skeptisk, men ikke afvisende. Nu etablerer vi 4 arbejdsgrupper, der skal drøfte: 1. Kommunikation og jura. 2. Medlemskab og demokratisk opbygning. 3. Kultur og økonomi. 4. Uddannelse og markedsføring. Disse grupper skal afgive rapport i slutningen af året. Derpå bruges 2020 til at inddrage de 4 organisationers kompetente organer.

I starten af april holdt Danmarks Sportsdanser Forbund stort 50-års jubilæum i Kjellerup. Her afholdt man også danske mesterskaber i latin, standard, hiphop og disco. Det var imponerende. Men Dansk Senior Dans var også med. Vi var 7 par, der dansede Operette Medley. Vi fik mange positive reaktioner på vores dans. Så elite og bredde er måske ikke uoverstigeligt langt fra hinanden?

Omtale af vores generalforsamling, den 13. april, kan læses inde i bladet.

Jeg ønsker alle en god sommer med masser af oplevelser og dans!

Bo Røyen, landsformand



Referat af Landsforeningens generalforsamling på Viggården, Nr. Alslev d. 13. april 2019

1. Jacob Pfeffer, Nykøbing Falster, blev valgt til dirigent.
2. **Formandens beretning,**
Se referatet her i bladet.
3. **Regnskab 2018.**
Kassereren, Erling Møller Kristensen, fremlagde regnskabet. Det viste et underskud på kr.149.795. Budgettet havde forudset et underskud på kr. 117.000. Især havde salget af den ny CD med Les Lanciers svigtet.
4. Ingen indkomne forslag.
5. **Valg.**
Lisbeth Christiansen og Bo Røyen blev genvalgt til bestyrelsen.
Gerda Jensen havde ønsket at afgå som suppleant. Bestyrelsen indstillede Eva Schmidt som 1. suppleant. Tove Malberg, Vonge ved Vejle blev indstillet som 2. suppleant. Begge blev valgt.
6. **Valg af revisor.**
Bestyrelsen indstillede Revisionsfirmaet BGJ-revision, som blev genvalgt.
7. **Fastsættelse af kontingent.**
Bestyrelsen foreslog en kontingentforhøjelse på 20 kr. pr. person. Efter nogen debat blev forslaget vedtaget. Herefter er kontingentet kr. 160 pr. år pr. enkeltperson og kr. 240 kr. for samlevende par, gældende fra 2020.
8. **Eventuelt.**
Gerda Jensen takkede for tiden i bestyrelsen siden 1997. Bo overrakte blomster til Gerda og vin til Jacob Pfeffer. Margit B. fortalte om seniordansernes opvisning (Operette Medley) ved Sportsdansernes 50-års jubilæum i Kjellerup, den 13. april. Eva S. agiterede for køb af vores CD med Lanciers. Carrie C. foreslog, at man forærede nyuddannede danseledere et dobbeltsyet dansebånd med navn på. Lisbeth C. fortalte om højskoleopholdene samt om en rejse til Bremen.



Referat: Helle og Bo

Kort referat af formandens beretning

Region Syd for Strømmen stod for det praktiske ved denne generalforsamling, som var nr. 33 i Landsforeningens historie. Formanden, Bo Røyen, takkede Birte Jakobsen for arrangementet, der havde trukket 86 deltagere til.

Bo Røyen fortalte at foreningen ved udgangen af 2018 havde 2588 medlemmer, hvilket er næsten det samme som året før. Det er fortsat nødvendigt, at danselederne opfordrer eller presser danserne til at være medlem af Landsforeningen. For der er ganske mange, som enten ikke kan holde til at danse mere eller som glemmer at betale. Nogle dansehold stopper, men nye opstår heldigvis.

Suppleringskurset i 2018 for danseledere måtte aflyses. Nu lancerer bestyrelsen en ny model. Til november tilbydes opfølgningskurser, som er uden overnatning. De afvikles til november i Slagelse, Randers og Kolding. De nærmere detaljer vil fremgå af bladet. - Der er en fin interesse for at blive uddannet som danseleder. Det sker i august, således som det er annonceret i Danseretningen.

Landsforeningens økonomi er stærkt presset. I 2018 blev kontingentet forhøjet med kr. 20 pr. medlem. Bestyrelsen foreslår en lignende forhøjelse med virkning fra 2020. Derimod har regionerne nogle flotte regnskaber. Deres samlede formue er på ikke mindre end kr. 401.000!

Bo Røyen bød velkommen til to nye regionsformænd. Det er Helle Milan Nielsen



fra Kalundborg, der afløser Gudmund Madsen i Region Vestsjælland/Storstrømmen. I Region Ringkøbing afløser Inger Mortensen, Holstebro, Bo Røyen. Gudmund blev takket af Bo for mange års solidt arbejde.

I 2018 fik regionerne et beach-flag og en roll-up. Det har vist sig, at flaget er noget bøvlet at have med at gøre. Derimod fungerer rullegardinet fint. - I 2018 gennemførte Landsforeningen et kursus i alle regioner i at lægge musikken på pc. Mange danseledere vil dog helst beholde det gamle system. Men nu er vejen vist!

Både Landsforeningen og regionerne har fine hjemmesider. - Vores blad, Danseretningen, giver anledning til stor samhørighed på danseholdene. Så det agter bestyrelsen at beholde. Det har vist sig, at den nuvæ-



rende måde at sende bladet ud på ikke kan gøres billigere. Ca. 1 måned efter udgivelsen lægges bladet på vores hjemmeside.

Samarbejdet med Dansk Idrætsforbund, Danmarks Sportsdanserforbund, Folkedans Danmark og Traditionel Squaredans sker nu i nogle arbejdsgrupper. Repræsentanter fra Landsforeningen er med i 4 af dem. I slutningen af 2019 skal resultatet samles og i 2020 sendes videre til behandling i de kompetente organer.

I maj er der Internationalt Træf i Norge, hvor en ny CD udgives. Kurser i dansene herfra vil ske til september. - I 2020 holder vi vores nationale arrangement for dansele-



dere. Det sker i juni i Aalborg. I 2021 er det Danmarks tur til at afholde nordisk danselederstævne. Forberedelserne er gået i gang!

Vores nye kontor i Hammel fungerer fint. Der er også lige plads til at holde bestyrelsesmøde.

Bo takkede Kaj Lyngsø for hans store indsats på kontoret. Ligeledes takkede han alle de mange danseledere, som er Landsforeningens ryggrad. Regionernes bestyrelser og Landsforeningens bestyrelse fik en stor tak for det gode og tillidsfulde samarbejde. – Og så kunne Bo oplyse, at Landsforeningens generalforsamling i 2020 finder sted i Region Vendsyssel.

Referent: Bo

Ny forening under LDSD



Endnu en ny forening under Landsforeningen Dansk Senior Dans har set dagens lys. Seniordansen i Nykøbing Falster og Væggerløse var i 14 år et af mange tilbud i foreningen Aktiv Fritid.

Jeg har været frivillig, ulønnet aktivitetsleder og danseleder 5 timer om ugen.

Ved Foreningernes Dag, en lørdag i september 2018, hvor alle foreninger kunne reklamere for deres aktiviteter, repræsenterede Seniordansen endnu en gang Aktiv Fritid.

Vi havde, som ved tidligere lejligheder allieret os med Nørre Alslev seniordanserne, så vi var en større gruppe, der kunne rekla-

mere for dansen. Landsforeningens flotte roll-up plakat med teksten: "Prøv det – du bliver glad" var stillet op.

DET fik bægeret til at flyde over for Aktiv Fritids formand! Astrid skulle ikke bede nogle fra en anden forening om at deltage hos Aktiv Fritid, og vi måtte ikke reklamere for seniordans, kun for Aktiv Fritid. Slutte- ligt stod der i et langt brev fyldt med anklager, der var bygget på uvidenhed og misforståelser: "Du kan ikke være aktivitetsleder i Aktiv Fritid og samtidig sidde i bestyrelsen for en konkurrerende forening". Altså trak jeg mig fra Aktiv Fritid, – vi måtte danne vores egen forening.

Der var fuld opbakning fra danserne

Som en overgangsordning kom vi under Nørre Alslevs vinger, så dansen kunne fortsætte uændret, – tak for det. Tak også for god hjælp fra Maja Møller Davidsen og Vibeke Vestergaard fra Seniordans Randers. Heldigvis var det relativt nemt at få dannet en bestyrelse til vores forening, og den 13.12.2018 havde vi stiftende generalforsamling i "Seniordans Nykøbing F. Væggerløse". Vi er 57 medlemmer, selvfølgelig, lige som i Randers og Nørre Alslev, er alle medlemmer i LDSD.

Vi er to danseledere, der underviser lige meget, Annette Pfeffer, kursus 1 i august 2018, men allerede meget dygtig, og undertegnede.

Astrid Johansen, danseleder og formand i Seniordans Nykøbing F. Væggerløse, sekretær i Seniordans syd for Strømmen.

Hørsholm Seniordanserforening fejrer 25 års jubilæum

D. 3 marts 2019 kunne Hørsholm Seniordanserforening fejre 25 års jubilæum. Det skete ved en jubilæumsfest på Karlebo Kro med middag, underholdning og dans med deltagelse af 45 dansere.

Men seniordansen i Hørsholm har mere end 25 år på bagen. I efteråret 1987 startede danseleder Rita Bitsch et af de første dansehold på Sjælland under FOF Hørsholm med 12 dansere. Tilslutningen udviklede sig støt og efter et par år var der 3 dansehold. Samtidig udvidedes aktiviteterne sig hurtigt ud over de sædvanlige dansetimer til træf med andre dansegrupper, hvor vi mødtes på skift hos hinanden.

De første af disse træf var med danserne i Sæby i årene i 90 – 93. Senere kom en lang række danseture over hele landet fra Skagen til Bornholm med ophold på højskoler, kroer, ferielejligheder m. v. samt bus-ture med udveksling med dansegrupper i Hørsholms venskabsbyer, Leksand i Sverige og Lillehammer i Norge, samt med dansegrupper i Lübeck og Ludwigslust. Og endelig en række charterturer sydpå – til Portugal, Mallorca, Tenerife og Madeira. Kravet til hotellerne var, at der skulle være et danselokale til rådighed. For selvfølgelig skulle der dances hver aften efter dagens oplevelser.

Med de mange aktiviteter fandt vi ud af, at det ville være hensigtsmæs-



sigt med en bestyrelse i ryggen. Og vi dannede derfor i 1994 Hørsholm Seniordanserforening efter drøftelser med Hørsholm Kommune. Vi har en ordning, der svarer til aftenskolernes – med bl.a. tilskud til danseundervisning og danselokaler til rådighed.

I relation til vores jubilæum har vi holdt en reception, hvor Hørsholm Kommunes Social- og Seniorudvalg mødte op og overrakte foreningen en jubilæumsgave på kr. 5.000,-. Det er godt at vide, at også seniordans er en værdsat aktivitet i kommunens ældrepolitik.

I vores forening har vi nu to dansehold. Danseleder er Jytte Mølgaard, som trådte til i 2009 ved Ritas sygdom og som nu i 10 år har ledet dansen til stor glæde for alle.

Med erindringen om de utallige gode oplevelser, som Rita og jeg gennem 30 år har haft omkring seniordansen, vil jeg rette en tak til de mange ildsjæle, som siden midten af 1980'erne har medvirket til at starte og sprede seniordansen over hele Danmark og som medvirker til at holde den i live.

Poul Henning Bitsch



Bremerhaven - Altes Land

4. - 6. september 2019

*Halvpension - dans - havnerundfart ved Bremerhaven - entré og rundvisning
"Deutsche Auswandererhaus og "Plantage-Expressen" i Altes Land.*

Pris kr. 2.600,-

Landsforeningen Dansk Senior Dans arrangerer 3-dages rejse til Bremerhaven. En dejlig tur med masser af oplevelser og selvfølgelig dans! Vi skal bo på Hotel Grasberger Hof, ikke langt fra Bremen.

Opsamling: Høje Tåstrup, Slagelse og Nyborg Station samt Fredericia Banegård

Tilmelding og program ved henvendelse til:

Lisbeth Christiansen Telefon 40 14 02 88 Mail: lisbeth.christiansen@outlook.dk
Eva Schmidt Telefon 23 37 06 96 Mail: eva@gavnholt.net

Tilmelding senest den 1. juli 2019.

de graa busser

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

25 års Jubilæum i Ullerslev 20. september

Seniordansen i Ullerslev har 25 års jubilæum.

Vi fejrer jubilæet fredag den 20. september i Kultursalen i Ullerslev, Skolevej 2, Ullerslev kl. 13.00-17.00.

Det bliver en eftermiddag med dans af forskellige former. Kaffe kan købes.

Birthe og Erik Krøjgaard startede med stor succes seniordansen i Skellerup, men flyttede efter et par gange til Ullerslev. I dag danser vi i Ullerslevhallen tirsdag kl. 10.00-12.00.

Vi håber at nogle har lyst til at fejre dagen med os.

Grethe og Ulla



Gymnastik og danseopvisning

Vinterens aktiviteter er sluttet og på behørig vis, blev det markeret med en opvisning.

Gymnastikgruppen "Sirenerne" og Støvring Seniordansere stod for denne aften i fællesskab. Sirenerne gav en flot opvisning, hvor hele kroppen blev rørt i udfordrende formationer og til spændende musik. Støvring Seniordansere viste 3 danse, bl.a. til musik af Kim Larsen og en dejlig valsemelodi.

Derefter blev der spillet til fælles dans for publikum, gymnaster og dansere. Den medbragte kaffe blev fundet frem og det flotte kagebord vakte stor glæde.

Aftenen sluttede med fællessang, hvor Else Schmidt og Else Christensen gjorde det så festligt med glade toner fra henholdsvis harmonika - og violin.

Denne fælles opvisningsaften har været en tradition gennem mange år og netop i år fejrede vi 15 års jubilæum.

En festlig aften, som vi slet ikke kan undvære.

Rosa Skriver





Generalforsamling i Skave Multihus

Region Ringkøbing afholdte generalforsamling i Skave Multihus den 18. marts 2019.

På generalforsamlingen måtte vi desværre sige farvel til vores formand Bo Royen, der efter eget ønske valgte at stoppe i Region Ringkøbing efter 11 år som formand, men du ville fortsætte i Landsbestyrelsen.

Vi forstår godt du vil have mere tid til dig selv og din familie.

Vi siger dig tak Bo, for de år vi har arbejdet sammen i bestyrelsen, og tak for den tillid

du har vist os, og troet på ,vi godt kunne klare de opgaver du gav os.

Bo der er sådan en ro omkring din person, så man kun kan føle sig godt tilpas i dit selskab og vi har nydt hver eneste bestyrelsesmøde.

Vi i bestyrelsen, ja hele Region Ringkøbing, siger dig tak for det store arbejde du har gjort for Regionen.

Vi ønsker dig held og lykke i fremtiden

*Med venlig hilsen
Inger Mortensen, Region Ringkøbing*



Juletur til Bremen med Seniordans

Den 12. december til den 14. december.

Tidlig op og med bussen, hvor vi blev for-
kælet med kaffe og ostemad på turen. Til
frokost fik vi en luksus platte, som vi kun-
ne nyde på vej til Tyskland. Vi fik snakket
og hygget med gamle bekendte fra tidligere
ture med Seniordans.

Vi nåede til Bremen om eftermiddagen. Vi
fik en rundvisning og så de ældre kvarterer
af den gamle middelalderby, en gammel
Hansestad. Den blev rimeligt skånet under
krigen, så der var en masse interessant og
finurligt at se i de smalle gader og stræder.
Om aftenen nåede vi frem til Grasberger
Hof, hvor vi overnattede. Fine værelser,

sødt og venligt personale, dejlig mad og
gode værelser.

Næste morgen startede vi med et besøg på
Mercedes fabrikkerne. Vi så blandt andet
den store pressehal med avanceret robot tek-
nologi og hallen, hvor færdigsamling af de
kundespecificerede modeller foregik. Cirka
12.000 arbejdere fordelt på 3 holdskift ar-
bejdede på Mercedes fabrikken.

Produktionen klarede ca. 1700 biler i døgnet.
Efter indtagelse af frokost og Bremen på
egen hånd, fik vi endnu en oplevelse med
et besøg på Beck's Bräuerei, hvor vi efter
rundvisning fik lov til at smage produkterne.
Herefter hjem til aftensmad med efterføl-
gende dans.

Den sidste dag gik det mod Hamburg, til et
besøg i Miniatur Wunderland. Her fik vi set
en masse forskellige lokaliteter omsat til mo-
delbanestørelse.

Vi nåede også juleindkøb hos Fleggaard.
Hele turen var som altid med en god stem-
ning blandt deltagerne.



Venlig hilsen og tak Jette og Mogens

Endnu en vellykket danseweekend på Pinenhus

Region Ringkøbing afholdt for 4. år i træk januar danseweekend på Hotel Pinenhus 27.-28. januar 2019.

Vi har hver gang oplevet et ophold i dejlige rammer, lækker mad, fine værelser og professionel betjening, så det gør nok ikke noget, at det er blevet en tradition, at danseweekenden holdes på Pinenhus.

Vi ankom som sædvanlig til hotellet søndag eftermiddag, og blev hilst velkommen af Bo Røyen og fik hilst på hinanden, inden vi drak kaffe og sang et par sange, hvorefter dansen gik i gang med de 79 glade fremmødte dansere og Karen Margrethe og Inger som ledere.

I år blev der ikke tid til et lille hvil inden middagen, idet vores herre håndbold landshold skulle spille VM finalekamp mod Norge efter 7 ubesejrede kampe, hvilket Bo havde sørget for, at vi kunne se ved at udsætte middagen til kl. 19.

Nogle af os sad i TV stuen, mens andre samledes på værelserne til festligt samvær. Danmark var fra starten suveræne og vandt 31-22, så stemningen var helt i top. I halvlegen skålede vi for Danmark med en dejlig velkomstdrink.

Snakken gik da også herefter lystigt ved bordene, mens vi fik serveret en dejlig middag i Panoramastuen med udsigt til Limfjorden og Sallingsundbroen.

Godt mætte kunne vi gå til dansen igen, nu under Ingrid og Jens's ledelse, og vi fik os rørt så godt, at der også blev lidt plads til kage til aftenkaffen, hvorefter vi fortsatte med dans og hyggeligt samvær til sengetid.

Mandag morgen var der i Panoramastuen stor, flot morgenbuffet, hvorefter vi igen godt mætte kunne gå til dagens kulturelle overraskelse: PH duoen, der underholdt med en række Poul Henningsen viser og introduktion til viserne, en meget fin oplevelse.



Herefter var det tid til at tage afsked med hinanden efter endnu et dejligt weekend ophold med gode oplevelser til en meget rimelig pris.

En stor tak til Bo, der i år stod for det flotte arrangement, og til vore dygtige danseledere, I gør et stort og flot arbejde, for at vi dansere får en dejlig oplevelse præget af godt humør.

Ida Machmüller, Hammerum



Stjernerumba

Musik: Line dance i lange baner nr. 12 eller CD 16 nr. 11
Rytme: Kort-kort-lang
Takt: 4/4
Opstilling: Parvis på kredsbanen, blå ryggen til midten, rød overfor tohåndsfatning foden idr. begynder.

Takt:

- | | |
|-------|--|
| 1-2 | 1 sidetrin og 1 trin idr. og mdr. |
| 3 | 1 rumbatrin baglæns fra hinanden |
| 4 | 1 rumbatrin skråt til h. til zig-zag kreds |
| 5-6 | 1 sidetrin og 1 trin idr. og mdr. |
| 7 | 1 rumbatrin baglæns fra hinanden |
| 8 | 1 rumbatrin skråt til h. til ny partner
Tohåndsfatning |
| 9-10 | Box |
| 11-12 | Reverse box |
| 13-14 | Solo med 2 rumbatrin, blå over v. og
rød over h. skulder.
Banjofatning |
| 15-16 | Parkreds med 2 rumbatrin |

Opfølgningskurser

I november vil landsforeningen tilbyde 3 en-dags opfølgningskurser for danseledere i Slagelse, Randers og Kol-ding.

Se annonce i september nr. af Danseretningen og mød op.

2 nye Regionsformænd

Region Ringkøbing: Inger Mortensen

Region Vestsjæl./Storstrømmen: Helle Milan Nielsen

Tak for godt formandsarbejde til Bo Røyen og Gudmund

Madsen

Hjertestarter app

En god hjælp hvis man har brug for hurtig hjælp ved f.eks. stævner.

Hjertestarter app'en er udviklet af Trygfonden og kan downloades til både iPhone- og Android-telefoner.

Dels kan man ringe 1-1-2 og hvis man bruger app'en i stedet for den almindelige telefon-app sendes ens GPS-position til alarmcentralen, så de kan se, hvor man befinder sig. Dette er særligt rart, hvis man ikke kender adressen.

Derudover kan app'en bruges til at finde de nærmeste hjertestartere i området via et oversigtskort. Trykker man på en af de fundne hjertestartere kan man se adgangstidspunkter (hvis den befinder sig indedørs) og det er ofte muligt at se et billede af placeringen, så den er let at finde.

Endelig indeholder app'en en vejledning i hjertelungeredning (kaldet hjertemassage i daglig tale).

Husk at lægge app'en på stedet på telefonen, hvor den er let at finde i en presset situation.



Støvring Seniordansere – foreningsjubilæum



Støvring Seniordanseres 25 års forenings jubilæum. Der stilles op til Les Lanciers.

For 25 år siden stiftede Støvring danserne en forening og det blev markeret på festlig vis.

Bestyrelsen havde lavet et flot forarbejde før denne tur kunne gennemføres. Men alle anstrengelserne blev belønnet, da turen til Hotel Viking i Sæby blev en stor succes. Foreningen søgte om hjælp til transporten gennem vores pengeinstitut, som gav penge til en bus. Alle danserne kunne sætte sig til rette i bussen og nyde turen i hinandens

selskab. Opholdet blev et par skønne dage, med gåture langs stranden, dejlige værelser med havudsigt og lækker mad under hele opholdet. Der blev virkelig kræset for os, alle nød den fine servering der blev krydret med et par festlige sange. Der blev naturligvis også danset, både eftermiddag og aften. Aftenen indledtes med dansen Les Lanciers, som blev danset af en kvadrille som opvisning. Derefter gik dansen lystig, hvor vi formåede at trække et par gæster fra hotellet ind i vores dansekreds – de kunne ikke modstå fristelsen af den livlige musik og glade dansere.

Nu er sæsonen slut, men Dansens dag markeres med dans på byens torv, sidst i april. En sommer tur venter på os i maj, hvor kaffekurven pakkes og vi sætter hinanden stævne i skoven ved Skørping. En guide fortæller om sanatoriet og dagen slutter med mad på restaurant Viande i Skørping. Foreningen ser frem til endnu flere jubilæer og hyggelige sammenkomster i fremtiden.

Rosa Skriver





KURSUS, STÆVNE eller TRÆF?

Det kan have stor økonomisk betydning for danseledere, om de arrangementer Landsforeningen tilbyder kaldes for KURSUS, STÆVNE eller TRÆF.

Jeg har tidligere på årsmøder, ved Landsforeningens generalforsamling og nu ved sidste årsmøde på Agerskov Kro forsøgt at slå til lyd for dette uden større held. Jeg blev opfordret til at skrive et indlæg til bladet.

De fleste seniordanseledere leder dans for en forening. Det kan være egen danseforening, eller man leder for f.eks. en gymnastikforening under DGI eller DIF, Ældre Sagen, Aktiv Fritid eller Firmaidræt. Nogle steder tilbydes dansen i aftenskoleregi. Uanset hvordan dansen er organiseret kan/bør foreningen eller organisationen have en kursuskonto.

Fra denne konto kan danseledere søge om penge til kursus og/eller videreuddannelse samt transport til samme.

Mange kommuner er åbne over for delvis eller hel dækning af foreningernes udgifter til uddannelse/videreuddannelse af frivillige ledere. Ofte ser man, hvis man selv

søger på mulighederne i sin kommune, at det kun gælder ledere for børn og unge under 25 år. Men det kan sagtens tænkes, at man også er villig til at støtte frivillige ledere for seniorer. Man ved godt ude i kommunerne, hvor vigtigt det er, at folk i den tredje alder bliver ved med at være fysisk aktive, og at der er kvalificerede ledere til at stå for det. Lolland Kommune dækker 100%, Guldborgsund 50%.

DGI har i samarbejde med 15 - 20 såkaldte visionskommuner landet over søsat projekt "Bevæg dig for Livet" (25-50-75). I al sin korthed går det ud på, at man vil arbejde for, at der i 2025 er 50 %, der er aktive i en forening, og at 75 % af kommunens borgere er fysisk aktive.

I Guldborgsund Kommune er der afsat 500.000 kr. årligt fra 2019 til 2023.

Klik ind på din kommune og se, om den skulle være med i "Bevæg dig for livet". Her er måske midler at hente.

I Guldborgsund Kommune har vi Kulturrelt Samråd. De har "egne" midler, som kan søges.

Endelig har vi i Guldborgsund et Frivilligcenter, hvor man er behjælpelig med at

finde rundt i alle de steder, der kan hentes penge, herunder §§ 18 og 79 i ”Lov om social service”.

Det er tænkeligt, at man har noget lignende rundt i landet. Det kan være en jungle at finde ud af, - eller ind i. Men slib macheten og kæmp!

En ting er helt sikker: Hvis man ikke søger, får man ingenting!

I 2020 skal vi mødes i Aalborg og lære nye danse efter CD 20, dvs. på Landsleder-KURSUS, jvf. definitionen i Den Danske Ordbog. Kun hvis det hedder kursus, som det er, - og ikke træf, har vi mulighed for at få hel eller delvis dækning af vores udgifter i Lolland - og Guldborgsund Kommuner.

KURSUS: (kortere) undervisningsforløb inden for et afgrænset emne kan være en del af en længere uddannelse eller et selvstændigt forløb (fx et aftenskole- eller efteruddannelseskursus).

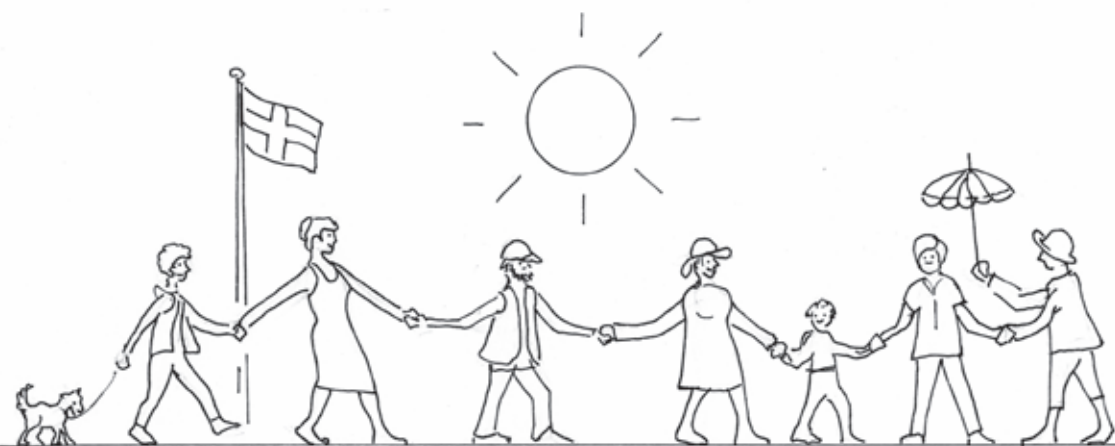
STÆVNE: Arrangement hvor mange mennesker, ofte fra forskellige egne, mødes for at overvære eller deltage i fx sportskonkurrencer, øvelser eller opvisninger.

TRÆF: Arrangement hvor (mange) mennesker mødes ofte efter aftale og motiveret af en fælles interesse el.lign.
(Den Danske Ordbog)

*Astrid Johansen, danseleder,
sekretær i Region syd for Strømmen*

Seniordans er god motion

Alle seniordansere ønskes en rigtig god sommer med megen seniordans på rejser, højskoler, dansefritider og til sommerdans.



Regionale aktiviteter for dansere

Region Aarhus

Randers:

Søndag den 2. juni fra kl. 14,00 til kl. 17,00.
Sted: Fritidscentret Vestergade 15. 8900 Randers.

Pris kr. 30.- .

Kaffe og Brød medbringes.
Danseinstruktører: Maja og Gitte
Ingen tilmelding, blot mød op.

Viby:

Søndag den 23. juni fra kl. 14,00 til kl. 17,00.
Sted: Biblioteket Skanderborgvej 170 8260 Viby.

Pris kr. 30.-.

Kaffe og brød medbringes.
Danseinstruktører: Margit mfl.
Ingen tilmelding, blot mød op.

Rønde:

Søndag den 4. august fra kl. 14,00 til kl. 17,00.
Sted: Røndehallen Skrejrupsvej 9 B 8410 Rønde.
Kaffe og brød skal købes på stedet til kr. 85- for medlemmer og kr. 110 for ikke medlemmer.
Prisen er inkl. dans.
Tilmelding til Maja Davidsen tlf: 30517335.
davidsenmaja@hotmail.com
senest den 24-7-2019.
Danseinstruktører: Dora og Helga.

Tranbjerg:

Sommer dans på følgende onsdage.
15. maj, 12. juni og 14. august.

Lokalcentret i Tranbjerg fra kl.10,00 - kl.12,00.
Kaffe købes på stedet, dansen koster kr. 10.00.
Alle er velkomne.
Danseinstruktører: Anker og Dagmar.

Region Fyn

Sommerdans

Tirsdag den 18. juni på Marienlund Hovedgård, Skibhusvej 270, Odense kl. 13.30-16.30.
Pris 30 kr. incl. kaffe og kage.
Ingen tilmelding, mød bare op.

25 års jubilæum

Ullerslev Seniordans har 25 års jubilæum 20. september se annonce andet sted i bladet.

Tur til Ærø

Søndag den 15. september 2019.
Vi mødes ved Ærøfærgen i Svendborg kl. 10.00.
Ankomst til Ærøskøbing kl. 11.20.
Vi får en guidet bustur Ærø rundt og står af ved Rise gamle skole.
Her nyder vi frokost, dans og kaffe med lagkage.
Retur til Svendborg med færgen kl. 17.35.
Pris alt incl. 250 kr. for medlemmer og 300 kr. for ikke medlemmer.
Tilmelding til Lene på tlf. 65981773 / 21751793 eller på mail lenemaare@gmail.com.
Senest 4. september. Betaling til konto nr. 6864-0001073108
Husk navn ved betaling!

Region Himmerland

Sommerdans

på Spillemandsmuseet, Cimbbrervej 2, Rebild, 9520 Skørping.

Onsdag den 22.maj 2019.

Kl.19.00 – 22.00.

Pris for medlemmer. 65,- kr.

Pris ikke medlemmer. 75,- kr.

Tilmelding ikke nødvendig, fyld bilen og mød op til dans.

Sommerdans med eller uden spisning

Onsdag den 21. august 2019 kl. 17.00.

Spisning på Rebild Hus, Rebildvej 25, 9520 Skørping.

Servering: Skinke med årstidens grøntsager og sennepscreme og jordbærtrifli.

Pris for mad 135,- kr.

KL.19.00 Seniordans på Spillemandsmuseet, Cimbbrervej 2, Rebild, 9520 Skørping.

Dans: 65,- kr. for medlemmer 75,- kr. for ikke medlemmer.

Ønskes mad på Rebild Hus er tilmelding nødvendig, senest 13. august til: Edith Frederiksen tlf. 31 15 06 78 eller mail: truevejen10@gmail.com.

Deltager man kun i dansen er tilmelding ikke nødvendig.

Efterårsstævne:

På Spillemandsmuseet, Rebildvej 25, 9520 Skørping den 2.11.2019.

Dans fra kl. 13.30 - 16.30. Servering kaffe, boller og lagkage.

Pris medlemmer 95, - kr. for medlemmer og 115, - kr. ikke medlemmer.

Tilmelding senest den 25. okt. 2019 til: Edith Frederiksen tlf. 31 15 06 78 eller mail: truevejen10@gmail.com.

Region Ribe

Der har været afholdt generalforsamling i regionen.

Nye valgte;

Kasserer Kirsten Villadsen

Suppleant Henning Larsen og Elsebeth Pedersen

Revisor Sanny Pedersen og Anny Jørgensen

Region Ringkøbing

Se også hjemmeside: ringdans.dk

Tirsdagsdans

Vi starter tirsdagsdans den 14. maj, kl. 19, i Thyborøn Hallen, Kirkegårdsvej 15, Thyborøn.

Tilmelding senest den 9. maj til Ulla Christensen, tlf. 97 83 14 67 eller 40 31 14 53. Pris 60 kr. inkl. kaffe og brød.

Tirsdagsdans

Den 4. juni kl. 19, i Mejrup Fritidscenter, Elkjærvej 26, Mejrup Kirkeby ved Holstebro.

Tilmelding senest den 30. maj til Inger Mortensen, tlf. 21 56 35 70. Pris 60 kr. inkl. kaffe og brød.

Tirsdagsdans

Den 9. juli kl. 19, i Sunds Forsamlingshus, Idrætsvej 2, Sunds.

Tilmelding senest den 4. juli til Ingrid Brahms, tlf. 97 14 20 87.

Medbring selv kaffe/the, brød og kop. Pris 40 kr.

Tirsdagsdans

Den 6. august kl. 19 i Hover
Fritids- og Kulturcenter,
Hoverdalvej 2B, 6971 Spjald.
Tilmelding senest den 1. august
til Gerda Røy, gerda.roy@mail.dk,
tlf. 97 32 13 98.
Medbring selv kaffe/the, brød og kop.
Pris 40 kr.

Tirsdagsdansene slutter ca. kl. 21.30.
Bemærk forskellige priser og vilkår.

Region Storkøbenhavn

Sommerdans

Onsdag den 19. juni 2018,
kl. 13.00 – 16.00.
Andelsforeningens fælleshus
Abildgården 41,
2620 Albertslund.
Fælles frokost med medbragt mad.
Derefter er der dans.
Vi afslutter med kaffe og kage.
Pris: 50 kr. betales ved indgangen.
Tilmelding til Helga Schwedler hel-
gaschwedler@hotmail.com
mobil: 30221832 helst SMS.

”Kom godt i gang”

Søndag den 22. september oktober
2017 fra kl. 11.00 til kl. 15.00.
Frederiksberghallerne, hal 3,
Jens Jessensvej 20, Frederiksberg.
Gode transportmuligheder. S-tog og
metro til Vanløse eller til Flintholm
station, derfra bus 9 A til Jens Jes-
sensvej. Der er der ca. 8 minutters
gåtur til hallerne.
Dansledere: Margit Albertus og
Lena Saul.
Pris kr. 200,00 indbetales på konto
4085 - 3321149219.

– husk at skrive dit navn.
Prisen dækker halleje, 2 stk. smør-
rebrød, kaffe og kage, samt masser
af god dans. Tilmelding til Jette Juul
Andersen jette@andhome.dk
mobil / SMS: 30223508 eller samlet
til danselederne.
Sidste frist for tilmelding og betaling
den 1. september 2019.

”Dans med”

Gladsaxe danserne indbyder.
Torsdag den 31. oktober 2019
kl. 15.00 – 17.00.
Lena Saul indbyder alle i regionen til
at komme og være med i dansen på
Seniorcenteret Kildegården,
Kildebakkegårds Alle 165,
2860 Søborg.
Der er plads til max. 20 personer
ekstra.
Der bydes på kaffe og kage og derfor
opkræves 40 kr. ved indgangen.
Tilmelding til Lena Saul
SMS på mobil: 60 621243
Mail: lenasaul1@gmail.com



Syd for Strømmen

Madkurvsdancedag

Torsdag den 29.08: Madkurvsdancedag i Reventlowparken, Pederstrupvej 124, 4913 Horslunde kl. 10.30 til 16.00.

Pak mad- og kaffekurven, fyld bilen og tag på udflugt ud til den smukke Reventlowpark. Vi danser på et rigtig godt dansegulv i det flotte ridehus. Tilmelding og betaling, 75 kr. for medlemmer af LDS, 115 kr. for ikke medlemmer, til regionen 6520 4161202 eller til din danseleder. Husk at skrive navn og medlemsnummer.

Dansere udenfor regionen er særdeles velkomne.

Region Sønderjylland

Søndagsdans i Løjthallen

Løjt Skolegade 17, Løjt Kirkeby
Søndag, den 26. maj fra kl. 14 – 16.
Alle er velkommen, så mød bare op.
Pris kr. 25. Husk kaffekurv.
Margit tlf. 74 55 26 77.
Erling tlf. 74 74 38 12.

Seniordans på plænen ved Løgumkloster Kirke

Onsdag, den 5. Juni kl. 12.30 -13.50
ved danseledere Erling og Margit.
Fra kl. 14 - 16 Grundlovsmøde med
tale ved Generalkonsul Henrik Be-
cher Christensen.
Klosterkoret synger og Fællessang.
Der kan købes kaffe og kage for
kr. 40 samt drikkevarer.
Det er gratis at deltage.

Sommerdans i Arnum Skole

Skolevej 2, Arnum, 6510 Gram
Tirsdag, den 25. juni og tirsdag,
den 20. august, begge dage fra
kl. 14.00 – 16.30.

Pris kr. 20,00. Tag selv kaffekurv
med, tilmelding ikke nødvendig.
Hans og Margit telf. 74 55 26 77 /
6154 2312.

Dagmar Skov tlf. 2093 2436.

Sommer-/ Søndagsdans

Onsdag den 26. juni kl. 18.00 - 19.30.
Sønderstrand, 6200 Aabenraa på
pladsen foran restaurant Under Sejlet.
Danseleder B. Vølkers.

Søndag den 7. juli kl. 14.00 – 16.00.
På plænen ved Vojens Fritidscenter
Overgårdsvej 5, 6500 Vojens.
I tilfælde af regn dances indendørs.
Danseleder B. Vølkers.

Søndag den 14. juli kl. 14.00 – 16.00.
På plænen på Gustes Eng.
Brydstrupvej i Hellevad,
6230 Rødekro.
I tilfælde af regn dances i skolens
gymnastiksal.
Danseleder B. Vølkers.

Tirsdag den 6. august kl. 18.00 – 20.00.
Ved Hejlsminde Lystbådehavn,
6094 Hejls.
Danseledere Annie Christensen
og B. Vølkers

Tilmelding til dansedagene er ikke
nødvendig, mød bare op, men husk
kaffekurven.

Søndagsdans.

Sæsonstart i Hellevad skole.
Se dato i septemberblad.

Region Vejle

Sommerdans

Sommerdans i Madsbyparken,
Lumbysvej 45, 7000 Fredericia.

Søndag den 30. juni 2019

kl. 14.00 – 16.30.

Torsdag den 11. juli 2019

kl. 14.00 – 16.30.

Alle er velkomne.

Husk kaffe eller madkurv.

Tilmelding er ikke nødvendig

– mød bare op.

Efterårsstævne

på Kragelund Efterskole Skolesvin-
get 1, Kragelund, 8723 Løsning.

Lørdag den 2. november 2019.

Fra kl. 13.30 – 17.00.

Pris: 70 kr. inkl. kaffe.

Ankomst og samlet afregning fra
lederne fra kl. 13.00.

Tilmelding senest 18. oktober 2019

til Birte Stisen 20 41 54 84.

Region Vestsjælland /Storstrømmen

Torsdagsdans

Torsdagsdans på biblioteket,

Stenstuegade 3, 4200 Slagelse

d. 6. juni kl. 12.30 - 16.00.

Tag selv brød med til kaffen.

Tilmelding til Lisbeth Christiansen

på mobil: 40140288 eller på mail:

lisbeth.christiansen@outlook.dk

Senest den 31. maj.

Pris 30 kr.

Dansedag i Glumsø

Suså Seniordans, Glumsø Aktivitets-
og Medborgerhus ”Kroen”,

Storegade 2, 4171 Glumsø, afholder

dansedag fredag d. 19. juli

kl. 11.00 - 15.00.

Tilmelding til Doris Christian-

sen på mobil: 21489449 eller på

mail:edorisc@gmail.com.

Tag madpakke med. Pris 30 kr.



Sommerdans i Den runde Pavillon

Brønderslev tirsdag d. 04.06.2019.
Rododendronparken – byens stolthed – står i fuldt flor. Vi danser fra kl. 11.30-16.00. Medbring madkurv og drikkevarer. Der bliver sang, musik, masser af dans og spændende lotteri. Alle er velkommen.
Pris kr. 50,-

Danseophold på Hotel Søparken

Aabybro ons/tors d. 2./3. oktober 2019.
Vi mødes på hotellet onsdag kl. 11.00 og danser indtil frokost kl. 13.00.
Herefter danser vi igen et par timer afbrudt af eftermiddagskaffe med kage. Kl. 18.30 serveres en 2 retters menu, og vi slutter dagen med lidt mere dans og aftenkaffe.
Efter morgenkaffen næste dag kan vi danse lidt igen, inden vi kører hjem.
Program fås hos din danseleder eller hos Lis Larsen, mail lislarsen4@gmail.com.
Se også hjemmesiden: vendsysselsenioridans.dk.
Pris pr. person i dobb.vær. KUN kr. 650,- incl. forplejning, tillæg for enk.vær. kr. 150,-
Tilmelding til Lis Larsen, tlf.5133 6076 senest 18. september 2019.
Herefter er tilmeldingen bindende, og I bedes straks efter tilmelding indbetale beløbet på konto 9012-1605 783 534.
Husk navn på indbetalingen!!

Nytårsfest

fredag d. 24.01.2020 på Landboskolen, Danmarksgade 1, Brønderslev.
Se annonce i september-bladet.

Dansens Dag

30. april 2019 i Jamos gl. bygninger, Elmevej 8, Glyngøre.
Festen begynder kl. 14.30 og slutter ca. kl. 20.00.
Traktementet består af flg.: Eftermiddagskaffe – Aftensmad og aftenkaffe. Det hele kun kr. 200,-. Drikkevarer kan købes. Kom og vær med til en hyggelig dansedag.
Tilmeldning og betaling til danselederen senest d. 15. april 2019.

Sommerdans

Hestestalden, Skolegade 4-8, 7700 Thisted, mandag, d.6. maj fra kl. 14.00-17.00.
Tilmeldning til Doris senest mandag d. 29. april tlf. 21450186.
Pris kr. 25.00. Medbring kaffe og kop. Brød er med i prisen.

Spøttrup Aktivitetscenter, Nørregade 18, Balling, torsdag d. 16. maj kl. 14.00-17.00.
Tilmelding til Alice senest d. 9. maj. Tlf.: 51776043
Pris kr. 25.00. Medbring kaffe og kop. Brød er med i prisen

Aktivitetscentret, Odgårdsvej 15 A, 7800 Skive, torsdag d. 6. juni kl. 13.30.
Tilmelding senest onsdag, d. 29. maj, tlf. 97526109 eller mail: nyskivehus@nyskivehus.dk
Kaffe og kage kan købes

Glyngøre Skole, Skovbakken 4, Glyngøre. Mandag d. 17. juni kl. 14.00-17.00

Tilmelding til Tove senest mandag d. 3. juni tlf.:23303626
Pris.: kr. 25,00. Medbring kaffe og kop.

KØR SELV - WEEKEND TUR

Med underholdning TIP ET HIT med Karin & Klaus (fra Klaus & Servants).

Samt seniordans på HOTEL PINENHUS i Salling.

Fra søndag d. 27. okt. 2019 til mandag d. 28. okt. 2019.

For medlemmer kr. 775,00

For ikke medlemmer kr. 875,00

Tillæg eneværelse kr. 350,00

Tilmelding og betaling senest man-

dag d. 16. september 2019.

Tilmelding: Doris, tlf. 21450186

mail: dorisstokholm@gmail.com.

Betaling: 8510-0007446675 (husk navn & adresse).



Regionale aktiviteter for ledere

Region Aarhus

Sæsonstart/kursus i cd fra ISCD 2019

Lørdag de 14 September 2019.

Sted: Fritidscentret Jernbanegade 8900 Randers.

Kl. 10.00 til ca. kl.15.00.

Foreningen er vært med 2 stk. smørrebrød til frokost. Alle medbringer selv drikkevarer, tallerken, kop og bestik.

Kursusgebyr kr. 100.—cd og dvd kan købes på stedet.

Eventuelle hjælpedansere betaler kr. 30.-

Tilmelding senest den 2. september 2019 til Maja Davidsen tlf: 30517335 davidsenmaja@hotmail.com

Instruktør: Margit Batz Poulsen.

Region Fyn

Sæsonstart/Ønskedans

Fredag den 6. september kl. 15.30 i cafeen ved Aktivcentret, Kløvervej 1, Ørbæk.

Tag en danser med. Vi danser og spiser sammen.

Tilmelding og ønskedans til Lene på tlf. 65981773/21751793,

lenemaare@gmail.com.

Senest 31. august.

Region Himmerland

Lederkursus ISD 19

Lørdag d. 31. 08. 2019 i "Bien", Dagcenter Grønningen, Brønderslev kl. 9.30-15.

Kurset afholdes i samarbejde med

Region Vendsyssel.
Vi mødes til kaffe og rundstykker.
Medbring selv mad og drikkevarer til frokost. Vi slutter med eftermiddagskaffe og evaluering.
Instruktør: Eva Schmidt.
Pris kr. 100,- + materiale.
Tilmelding senest fredag d. 23. august 2019 til Anna Gretha Christensen, tlf. 3070 7721 eller Birte Thune Andersen, tlf. 9892 5582, mobil 2081 1263.

Region Nordsjælland

**Instruktørkursus
i danse fra ISDC 2019**
Lørdag d. 5. oktober 2019
kl. 9.30 – ca. kl. 15.00.
Kursuspris kr. 100,00 betales ved indgangen.
CD og dansebeskrivelse kr. 340,00.
DVD kr. 300,00.
Instruktører Margit Batz og Lene Damkjær.
Adresse:
Aktivitetscentret Damgårdshave,
Damgårdsvej 12, 2600 Albertslund
Der er morgenmad fra kl. 9.30, medbring selv madkurv og drikkevarer til frokosten.
Tilmelding senest 27. september til
Jytte Mølgaard
molgaardjytte@gmail.com
tlf. nr. 45 76 11 24.

Region Ringkøbing

**Der afholdes kursus i
dansene fra ISCD**
Fredag den 13. sep. fra kl. 9,30 - 15.00.

Vinderup Aktivitetshus, Toften,
7830 Vinderup.
Solveig Christiansen vil her undervise os i de nyt danse fra ISCD.
Tilmelding til mig, på mail.
mytter41@gmail.com eller
tlf. 21563570, Inger Mortensen,
senest den 6.9.2019.

Region Storkøbenhavn og Region Nordsjælland

**Instruktørkursus
i Internationale Danse 2019**
Lørdag den 5. oktober 2019,
kl. 10.00 – 15.00.
Adresse:
Aktivitetscentret Damgårdshave
Damgårdsvej 12, 2600 Albertslund.
Nærmere oplysninger og tilmeldinger
se under Region Nordsjælland.

Region Syd for Strømmen

Lederplejemøde
fredag den 27. september
kl. 14.00 – 18.00.

Kursus i danse fra den Internationale Danseleder Congress i Lillehammer
Birte Jakobsen og Astrid Johansen underviser.
Sakskøbingdansernes lokaler,
Rønnebakken, Fabriksvej 5,
4990 Sakskøbing.
Gratis for regionens ledere.
Ledere udenfor regionen betaler 75 kr.

REGION VEJLE

Danseledermøde

Fredag den 6. september 2019 på
Plejecentret Stensvang, Steen Blicher
Vej 51, 7182 Bredsten.

Kl. 14.00 – 19.00.

Vi skal danse, snakke og have et par
stykker smørrebrød.

Tag et par danse med, som I gerne vil
prøve af.

Tilmelding til Annie Christensen tlf.

60 12 54 11 senest 26. august 2019

Kursus

Danse fra ISDC 2019.

Lørdag den 28. september 2019.

Kl. 9.30 – ca. 15.00.

Plejecentret Stensvang, Steen
Blichersvej 51, 7182 Bredsten.

Underviser: Margit Batz.

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 20415484.

Senest 14. september 2019.

Region Vendsyssel

Lederkursus ISDC 19

Lørdag d. 31.08.2019 i ”Bien”,
Dagcenter Grønningen, Brønderslev
kl. 9.30-15.00.

Kurset afholdes i samarbejde med
Region Himmerland. - Vi mødes
til kaffe og rundstykker. Medbring
selv mad og drikkevarer til frokost.
Vi slutter med eftermiddagskaffe og
evaluering.

Instruktør: Eva Schmidt.

Pris: kr. 100,- + materiale.

Tilmelding senest fredag d. 23.

august 2019 til Anna Gretha Chri-
stensen, tlf. 3070 7721 eller Birte

Thune Andersen, tlf. 9892 5582,

mobil 2081 1263.



Afsender:
Landsforeningen Dansk Seniordans
Baneallé 8 C, 8450 Hammel



LANDSFORENINGEN DANSK SENIOR DANS

BANEALLÉ 8 C, 8450 HAMMEL Tlf. 86 91 51 20
Formand: Bo Røyen Tlf. 97 19 20 08

Kontakt til regionsbestyrelserne:

Region Vendsyssel: www.vendsysselseniordans.dk

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

Region Himmerland: www.seniordanshimmerland.dk

Rosa Skriver, Støvring (rosalskriver@gmail.com) Tlf. 60 47 78 08

Region Viborg: www.seniordansregionviborg.dk

Doris Mikkelsen, Thisted (dorisstokholm@gmail.com) Tlf. 21 45 01 86

Region Ringkøbing: www.ringdansk.dk

Inger Mortensen, Holstebro (mytter41@gmail.com) Tlf. 21 56 35 70

Region Aarhus: www.region-aarhus.dk

Maja Møller Davidsen, Langaa (davidsenmaja@hotmail.com) Tlf. 30 51 73 35

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

Birte Stisen, Stouby (stisen_herbst@mail.tele.dk) Tlf. 20 41 54 84

Region Fyn: www.seniordansfyn.dk

Lene Damkjær, Ørbæk (lenemaare@gmail.com) Tlf. 65 98 17 73

Region Sønderjylland: www.seniordans-syd.dk

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

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

Hanna Nielsen, Esbjerg (hanna@esenet.dk) Tlf. 24 66 27 24

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

Helle Milan Nielsen, Kalundborg (hellemilan@icloud.com) Tlf. 24 93 00 22

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-dansk.dk

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

Region Storkøbenhavn: www.kbhdansk.com

Helga Schwedler, Albertslund (helgaschwedler@hotmail.com) Tlf. 30 22 18 32