

# HJÄLMARÖDANSEN

**Lördag 1 juni 2019 är "kurs-dag"**  
**Vill du lära dig dansa Polska eller dansa Uppställningsdanser?**

Kursanmälan senast 14 maj till [soren\\_janeheden@hotmail.com](mailto:soren_janeheden@hotmail.com)  
Kursavgift senast 14 maj till PG 402610-0

**09.30 – 11.30 Grundkurs i Polskedans 50:-**

*Ledare: Rune & Birgitta Sunvisson Hallsberg*

Utlärning av några enklare danser. T ex. Polska från Alfta, Polska från Järvsö och ev. någon av Bingsjö-polskorna.



**13.00 – 15.00 Polskedans med genomgång inför varje dans: 50:-**

Polska från Alfta, Polska från Järvsö, Åtabakspolska, Slängpolska från Ovanåker, Polska från Södra Dalarna, Bingsjöpolskor, Polska från Mattmar, Hambopolska från Föllinge, Polska från Boda,

Senpolska från Haverö. (Anmälan helst parvis)

Not. Deltagande i Polskedansen förutsätter mer dansvana i polskor än vad enbart Grundkursen ger.

**12.00 – 15.00 Kurs i Uppställningsdanser 50:-**

*Ledare: Ingrid & Arne Larsson*

Här kommer vi att ta upp enklare danser för 2-4 par liknande "Fyrtur från Hjörning" och även lite större danser för 6-8 par. T ex Kryssvals, Höstvals, Hörnstolpadansen, Snoakadrilj, Bosses Hambo. Program ej klart. Några av danserna hittar du på Acla.



För att utröna intresset för Polskor respektive Uppställningsdans, och för vår planering av lokaler, vill vi att så många som möjligt av er, som avser delta i någon kurs, besvarar följande enkät. (Svara gärna klubbvis).

Skicka ditt svar senast 31 mars 2019 till: [soren\\_janeheden@hotmail.com](mailto:soren_janeheden@hotmail.com)

Från oss beräknar vi komma \_\_\_\_\_ personer

Av oss är:

A \_\_\_\_\_ personer intresserade av Grundkurs i Polskedans

B \_\_\_\_\_ Polskedans med instruktion

C \_\_\_\_\_ Uppställningsdans

*fritt samarrangemang mellan Klubbarna:*

