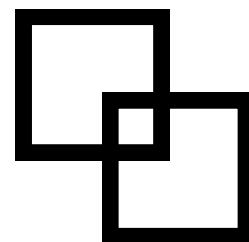




Squaredansklubben Seniorerna



Square up



Klubbinformation

Nr 2 maj 2017



***Gradueringen den 10 april fick helt plötsligt flyttas från traditionella Spånga Folkan till Brommasalen i Alvik, men stämningen blev inte mindre festlig och högtidlig för den skull.
De stolta graduanterna presenteras på sidan 20.***

Gå in på Seniorernas hemsida "**www.seniorerna.org**"
eller på "**www.facebook.com/seniorerna**"
om du vill veta mer om vår aktuella verksamhet.



Ordföranden har ordet

Kära medlemmar!

FRAME BODY FEET FLOW

Vad menas med detta? Inspirerad av Tony Irving, domare i Let 's dance, fastnade jag för detta uttryck.

Dessa pardansens ledord gäller i lika hög grad för oss i squaredansen. Frame (squarens ram), Body (kroppens hållning) Feet (dansstegen).

Seniorernas fantastiska och engagerade kursledare, Roland, Björn och Micke "Sotarn" satsar all sin kunskap och energi för lära oss nya call, så att vi småningom ska kunna dansa med Flow i ett singingcall. (ibland händer det). Tack kära kursledare!

Våra 16 duktiga graduanter hade nog detta i minne och gjorde bra ifrån sig på gradueringsfesten 10 april. Både Roland Danielsson och Barbro Ariander såg nöjda ut där de satt i publiken. Sedan dansade alla tillsammans; de nyexaminerade och de mer erfarna dansarna. Så ska det vara och det är vi stolta över.

Till hösten blir det en del ändringar i kursprogrammet. Då Kallhälls folkets hus ska rivas var vi tvungna att söka ny lokal. Vi är glada få vara i allaktivitetshuset i Sundbyberg. Rolands kurser i Kallhäll flyttar till Sundbyberg och förläggs till tisdagar. Björns kurser på A1 och A2 flyttar från Enskede till Sundbyberg. Studera kursprogrammet!

Vi hälsar välkommen till två nya styrelseledamöter: Gunnel Ekberg och Birgitta Weiss. De ska ta sig an dansverksamheten som är omfattande. En "lärling" har vi också. Anders Ekdahl sitter med på våra styrelsemöten och ska småningom ta över efter Ragnar klubbmästare.

Snart är det dags för Stora Skuggans 14 danser varav 7 tillfällen för våra nyaste danskamrater.

Trevlig sommar önskar er styrelsen
gm *Gugge*

MINNESRUTA

Sommar och höst 2017

Söndagen den 7 maj

VÅRFEST på Tollare

Måndagen 15 maj till 18 maj

KLUBBRESA

**Återigen till Tällberg och
First Hotel (fd. Gyllene Hornet)**

Torsdagen den 25 maj

börjar klubbens populära
Stora Skuggan-danser.
sista dansen är den 24 augusti

se sid 8

Fredagen den 8 september

börjar höstterminen med
Kick off för alla i **Hägersten**

se sid 7

Tisdagen den 19 september

Vår **Pröva på dans** i Sundbyberg

se sid 7

Vecka 38

börjar kurserna i Enskede

Vecka 37

börjar kurserna i Drakenbergssalen

Vecka 38

börjar kurserna i Sundbyberg

Lördagen den 14 oktober

FYRKLÖVERDANS

Alviks Medborgarhus

Fredagen den 12 januari 2018

Traditionsenlig

KNUTSDANS på

Hasselbacken

Notera i almanackan!

Ragnar, klubbmästare

Medlemsärenden

Vi är nu 452 medlemmar, många har lämnat oss på grund av ålder och diverse krämpor. Vi hoppas på att få många nya medlemmar i år.

Glöm inte att meddela din nya adress om du flyttat, Square Info och Square Up eftersänds inte. Många medlemmar har slopat sin fasta telefon, är du en av dem vänligen meddela ditt mobilnummer. Vi vill även gärna ha din mailadress.

Ser fram emot att få träffa er alla på Stora Skuggan i sommar.

Pia, medlemssekretare

Seniorernas kurser hösten 2017

Kursavgiften är 450:- per termin. Vill du gå flera kurser tillkommer sammanlagt 200:-, allt per termin.

Seniorernas plusgironummer för kursavgifter är 57 80 73 - 9.






Glöm inte att ange kursnummer och ditt namn på inbetalningen!

Anmälan görs vid första kurstillfället.

På kurserna 3, 7, 8 och 11 kan man även ströddansa för 50:- per gång.

| Nivå | Nr | Dag | Kursledare | Start | Slut | Kursvärdar |
|--|----|--------|------------------------------|-------|-------|--|
| Basic | | | | | | |
| Termin 1 Sundbyberg 15.00– 16.45 | 1 | Tisdag | Roland Danielsson | 26/9 | 12/12 | Meddelas senare |
| Termin 3 Sundbyberg 13.10– 14.55 | 2 | Tisdag | Roland Danielsson | 26/9 | 12/12 | Inger Bonin 070 77 000 86 |
| Träning Enskede 15.00– 16.45 | 3 | Onsdag | Roland Danielsson | 20/9 | 6/12 | Meddelas senare |
| Mainstream | | | | | | |
| Termin 1 Enskede 13.10– 14.55 | 4 | Onsdag | Roland Danielsson | 20/9 | 6/12 | Eva Innings 08-774 12 53 |
| Trän. m. P intro Sbybg 11.20–13.05 | 5 | Tisdag | Roland Danielsson | 26/9 | 12/12 | Gunnar Bengtsson 070 511 48 49 |
| Plus | | | | | | |
| Termin 3 Enskede 11.20– 13.05 | 6 | Onsdag | Roland Danielsson | 20/9 | 6/12 | Gunilla Boman 070 461 36 99 |
| Träning Sundbyberg 9.30– 11.15 | 7 | Tisdag | Roland Danielsson | 26/9 | 12/12 | Lasse Kling 070 743 54 39 |
| Variationer Drakenberg 12.00– 13.45 | 8 | Fredag | Michael "Sotarn" Lindberg | 15/9 | 1/12 | Monica Bauman 073 048 11 16 Britt Asplund 070 494 83 94 |
| A1 | | | | | | |
| Termin 3 Enskede 09.30– 11.15 | 9 | Onsdag | Roland Danielsson | 20/9 | 6/12 | Eva Nordenskjöld 072 309 31 59 |
| Trän. m. A2 intro Sbybg. 11.50– 13.35 | 10 | Måndag | Björn Jerneborg | 18/9 | 4/12 | Kent Runnquist 070 883 83 55 |
| A2 | | | | | | |
| Träning Drakenberg 10.00– 11.45 | 11 | Fredag | Michael "Sotarn" Lindberg | 15/9 | 1/12 | Gunhild Behrens 08-87 40 97 Kerstin Söderling 070 797 64 07 |
| Variationer Sundbyberg 10.00– 11.45 | 12 | Måndag | Björn Jerneborg | 18/9 | 4/12 | Kent Runnquist 070 883 83 55 |

Dansa med Seniorerna hösten 2017

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| Fredag 8/9 Kl 13 - 16 Kick Off B M B P | Hägerstensåsens medborgarhus Riksdalervägen 2 Hägersten |  | <u>Caller</u> Rojne Eriksson | Fri entré för medlemmar. Icke medlemmar entré 80 kr Klubben bjuder på kaffe. |
| Lördag 23/9 Kl 13 - 16 Höstdans P A1 P A2 | Allaktivitetshuset Sturegatan 10 Sundbyberg |  | <u>Caller</u> Robert Milestad | Entré 80 kr Tag med eget kaffe eller köp i husets cafeteria |
| Lördag 14/10 Kl 12 - 16 FYRKLÖVERDANS B-A2 | Brommasalen Gustavslundsv. 168 Alvik |  | <u>Caller</u> Sven Andréason Roland Danielsson Robert Milestad | Entré 100 kr Servering finns |
| Lördag 25/11 Kl 13 - 16 Novemberdans B M | Drakenbergs- salen Lignagatan 8 |  | <u>Caller</u> Stefan Sidholm | Entré 80 kr Tag med eget kaffe |
| Lördag 9/12 Kl 13 - 16 Nybörjardans B24 B42 B24 B | Drakenbergs- salen Lignagatan 8 |  | <u>Caller</u> Roland Danielsson | Entré 80 kr Tag med eget kaffe |

Information om fotografering

Filmer och foton tagna under våra danser läggs ut på Seniorernas hemsida. Om du av någon anledning inte vill förekomma på bild, kan du informera dansvärden eller någon ur styrelsen om detta.

Tack alla kursvärdar för terminens fina jobb! Ni är ovärderliga!

Tack Inger, Eva I, Gunnar, Gunilla, Eva G, Lasse, Joanna, Monica, Britt, Elisabeth, Eva N, Kent, Heljo, Gunhild och Kerstin.

Ha en skön danssommare!



Lokaler och resvägar

- ABF-huset, Huddinge** **Kommunalvägen 26**
Pendeltåg till Huddinge. Gå till höger under bron, sedan vänster mot kyrkan. ABF-huset ligger mitt emot kyrkan. Servering finns.
- Allaktivitetshuset** **Sturegatan 10, Sundbyberg**
T-bana Blå linjen mot Hjulsta, eller pendeltåg mot Bålsta, station Sundbybergs centrum resp Sundbyberg, utgång Sturegatan. Eller ta Tvärbanan till Sundbybergs centrum, ta gångtunneln under järnvägen och gå ett kvarter upp till Sturegatan. Servering finns.
- Brommasalen, Alvik** **Gustavslundsvägen 168**
T-bana Gröna linjen eller Tvärbanan, stn Alvik. Huset ligger mitt emot stationen. Tag med eget kaffe.
- Drakenbergssalen** **Lignagatan 8**
Servicehuset "Nya Tellus". Entré hörnet Hornsgatan - Lignagatan. T-bana Röda linjen, stn Hornstull eller buss 4, hpl Lignagatan.
- Enskede gård** **Palmfeltsvägen 65**
T-bana Gröna linjen, stn Enskede gård. Tag med eget kaffe.
- Hägerstensåsens Medborgarhus** **Riksdalervägen 2, Hägersten**
Buss 147 från Liljeholmen, hållplats Sedelvägen, precis utanför medborgarhuset. Eller T-bana röda linjen mot Fruängen, station Hägerstensåsen, utgång Hägerstensåsen. Gå åt höger vid utgången, sedan strax åt vänster och följ Sedelvägen ca 200 m uppför, vik av till vänster på Sparbanksvägen, sikta på rött tegelhus på högra sidan.
- Kvarntorpsgården** **Näsby allé 72**
T-bana (Mörbylinjen) till Danderyds sjukhus. Buss 610 och 670 till Roslags-Näsby trafikplats. Tag med eget kaffe.
- Pumpan, Katarinasalen** **Färgargårdstorget 1**
T-bana till Slussen. Buss 2 (mot Sofia), avstigning ändhållplatsen Barnängen. Gå tillbaka, tag till vänster Barnängsgatan mot Färgargårdstorget. Buss 59 har ändhållplats vid Pumpan.
OBS! Så länge Slussens ombyggnad pågår kan det vara enklare att byta mellan T-bana och buss 2 vid Medborgarplatsen. Se www.sl.se!
Tag med eget kaffe.
- Seniorcenter i Täby centrum** **Biblioteksgången 10, Plan 3**
Från utgång E i cenrumanläggningen: Gå rakt fram och ut på nya torget. Mitt på huskroppen till höger finns trappor upp till Biblioteksgången.
Lokalen ligger 5 minuters promenad från Roslagsbanans hållplats Täby Centrum på Österskärslinjen.
Alt T-bana till Mörby C och buss från Mörby C till Tibbleskolan.



Övriga danser och kurser inom Fyrklövern



Huddinge Square Swingers Kurser hösten 2017

Tisdagar: Caller Calle Brunér o Sven Andréason

Kursstart 12 september, Kurslut 28 november

| | | |
|--------|-------------|-------------------|
| Kurs 1 | 09.30-11.15 | Mainstr dansträn. |
| 2 | 11.20-13.05 | Basic dansträning |
| 3 | 13.20-15.05 | Mainstream term 1 |
| 4 | 15.10-16.55 | Basic termin 1 |

12 kursdagar

Torsdagar: Caller Sven Andréason

Kursstart 14 september, Kurslut 30 november

| | | |
|--------|-------------|------------------|
| Kurs 5 | 9.30-11.15 | A2 term 1 |
| 6 | 11.20-13.05 | A1 dansträning |
| 7 | 13.35-15.20 | Plus dansträning |
| 8 | 15.25-17.10 | Plus termin 3 |

12 kursdagar

Terminsavgift 425 kr. Extrakurser 125 kr/st

Kursansvarig: Rolf Holger, 0708-972536

Huddinge Square Swingers Öppna danser hösten 2017

Fredag 8 sept 13.00 - 16.30

Kickoff-dans B M B P Robert Milestad

Fredag 29 sept 13.00 - 16.30

Sensommardans M P Rojne Eriksson

Fredag 27 okt 13.00 - 16.30

Oktoberdans B M Micke Gerkman

Fredag 10 nov 13.00 - 16.30

Novemberdans P A1 P A2 Janne Wiklund

Alla danser i ABF-huset,
Kommunalvägen 26, Huddinge
Dansansvarig: Ginger Holger, 0705-917078

Näsbyrarks Squaredanceklubb

Onsdagsdanser i maj: Se Square Up nr 3, 2016!

Öppna danser sommaren/hösten 2017 i Kvarntorpsgården, Näsby Allé 72, Täby

Onsdagar klockan 13.00-16.00. Kostnad 80 kr.

| | | |
|------|----------|-----------------|
| 23/8 | B M | Rolf Boettge |
| 30/8 | B M B P | Rojne Eriksson |
| 6/9 | B P | Lasse Rawet |
| 13/9 | M P M A1 | Micke Gerkman |
| 20/9 | P A1 | Björn Jerneborg |

*Plusdans DBD 4/10 kl 13.00-16.00:
Micke Gerkman. Kostnad 80 kr*

*Högnivådans P A1 6/11 kl 13.00-16.00:
Michael "Sotarn" Lindberg. Kostnad 80 kr*

Dansansvariga: Monica Thunegaard 0706-570143,
och Bertil Roos, 0763-403596

Panther Squares, Täby

Träningsdanser i **Bibliotekets hörsal** i Täby Centrum,
söndagar klockan 13.00 - 16.00 hösten 2017.

Nivåer M, P, M och A 1. Kostnad **60 kr/gång inkl kaffe.**

*OBS: Danserna är tillbaka till Bibliotekets hörsal. Den ligger
två trappor över den gamla lokalen, Föreningsgården.*

Hiss finns, tryck på plan 4.

| | |
|-------|------------------------|
| 1/10 | Roland Danielsson |
| 8/10 | Meddelas senare |
| 22/10 | Meddelas senare |
| 29/10 | Svante Jordeskog |
| 12/11 | Meddelas senare |
| 19/11 | Meddelas senare |
| 26/11 | Leif "Snuffe" Ericsson |
| 10/12 | Meddelas senare |

www.panthersquares.se

Näsbyrarks Squaredanceklubbs kurser hösten 2017

Öppet hus: torsdag 21/9 kl 12.00-14.00 Roland Danielsson
Avrostningsdans: torsdag 21/9 kl 14.00-16.00 Roland Danielsson

Torsdagar f.o.m 28/9 Caller: Roland Danielsson
10.00-11.15 Plus termin 3
11.15-12.30 Plus termin 1
13.00-14.15 Mainstream
14.15-15.30 Basic termin 3
15.30-16.45 Basic termin 1
Torsdagskurser 28/9, 5/10, 12/10, 19/10, 2/11.
9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12. 10 ggr, 350 kr.

Måndagar f.o.m 25/9 Callers: Rolf Boettge
och Staffan Junel
10.00-11.15 A1 dansträning
11.15-12.30 Plus dansträning
13.00-14.15 Mainstream dansträning
Måndagskurser 25/9, 2/10, 9/10, 16/10, 23/10,
30/10, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12.
10 ggr, 350 kr.

Kursavgift 350:- för en kurs och för 150:- till får du gå hur många kurser du vill.
Kursansvariga är Brita Boive, 0730-715272 och Patricia Larsson, 0702-178727



Nu vill vi ha flera nybörjare!



Välkomna till höstens pröva på-dans

ni seniormedlemmar som tar med er nybörjare,
samt ni som själva går på vår nybörjarkurs och vill repetera!

Tisdagen den 19 september 2017

**kl 14-16 i Allaktivitetshuset,
Sturegatan 10, Sundbyberg.**

Du når oss med pendeltåg / tunnelbana /
tvärbana / buss till Sundbybergs Centrum.

Dansen är gratis - ta med inneskor.
Servering finns. Välkomna!

Frågor? Ring Britt-Marie Ekman, 0703-36 44 62,
eller Naemi Hedlund, 0734-33 53 95.



Teckning av Sture Jönsson

***Om du drabbas av ringrost under sommaren
eller bara längtar efter att få dansa igen:***

Välkommen till

Kick Off

Fredagen den 8 september 2017

kl. 13.00-16.00

i Hägerstensåsens Medborgarhus

Se sidan 5 för adress!

**Vi bjuder alla medlemmar på dans och kaffe med dopp
Även icke-medlemmar är välkomna men betalar 80 kronor**

Nivåer B M B P

Caller Rojne Eriksson



Dansa på Stora Skuggan

Torsdagar 12.00 - 15.00 sommaren 2017

Entré 50 kr

| Datum | Nivå | Caller | Dansvärdar |
|-------|-------------|------------------------------|--|
| 25/5 | B M B P | Rojne Eriksson | Hela styrelsen Gunnel Ekberg 0707-65 86 83 |
| 1/6 | M P | Michael "Sotarn" Lindberg | Naemi Hedlund 0734-33 53 95 Vivi Skoog |
| 8/6 | B M | Jack Borgström | Leila Lindström 0707-18 46 94 Gugge Gahmberg |
| 15/6 | M P | Björn Jerneborg | Berit Åberg 0704-69 09 68 Kurt Åberg |
| 22/6 | B36 B B36 M | Leif "Snuffe" Ericsson | Britt-Marie Ekman 0703-36 44 62 Naemi Hedlund |
| 29/6 | P A1 | Michael Gerkman | Gugge Gahmberg 0707-19 08 55 Vivi Skoog |
| 6/7 | B M | Michael Gerkman | Leila Lindström 0707-18 46 94 Gugge Gahmberg |
| 13/7 | B36 M B36 M | Lars Rawet | Gugge Gahmberg 0707-19 08 55 Leila Lindström |
| 20/7 | P A1 | Michael "Sotarn" Lindberg | Naemi Hedlund 0734-33 53 95 Birgitta Jansson |
| 27/7 | B M | Leif "Snuffe" Ericsson | Birgitta Weiss 08-760 65 84 |
| 3/8 | M P | Calle Brunér | Berit Åberg 0704-69 09 68 Kurt Åberg |
| 10/8 | M P | Jack Borgström | Vivi Skoog 0701-40 26 66 Naemi Hedlund |
| 17/8 | B M | Rojne Eriksson | Britt-Marie Ekman 0703-36 44 Gunnel Ekberg |
| 24/8 | P A1 | Björn Jerneborg | Hela styrelsen Birgitta Weiss 08-760 65 84 |

Resväg: T-bana till Universitetet: Gå uppför trapporna och rakt fram. När vägen delar sig, håll vänster. Därefter kommer man till ett fält, gå över det. Nu kommer du till bilvägen och ser fiket. Passera fiket på baksidan, gå förbi 4H-gården så ser du snart dansbanan.

Bilväg från stan: kör E18 till Naturhistoriska Riksmuseet, tag sedan höger. När vägen delar sig, håll höger fram till P-platsen.

Tag med kaffekorg.

Frågor: Gugge Gahmberg 0707-19 08 55, Birgitta Weiss 08-760 65 84.
www.facebook.com/seniorerna. Se också websidan www.seniorerna.org



Tillbaka på Colina Mar Gran Canaria 2018

Efter 1 år på Hotell Palm Oasis är vi nu tillbaka på Colina Mar i Puerto Rico.
Åter igen har vi **P/A1** vecka 4, med avresa den 20 januari 2018.
samt **A2/C1** vecka 5, med avresa den 27 januari 2018.

Vi bor och dansar på hotellet, där du erbjuds en 2 rums lägenhet med sovrum och vardagsrum. Alla lägenheterna har Pentry med enkel köksutrustning samt toalett med dusch eller bad.

All inklusive (all mat och dryck) erbjuds mot tillägg.

*Flyg med mat ombord, transfer till och från hotellet samt boende

1 Vecka kostar 9795 SEK inklusive dansavgift

*2 veckors resan kostar 12595 SEK inklusive dansavgiften 1 vecka

*För dans båda veckorna tillkommer 500 SEK

*Enkelrumstillägget ligger på 2900 SEK per vecka

*Vi kan erbjuda All Inklusive för 1850 SEK per vecka eller kanske bara frukost som då kostar 500 SEK per vecka.

Årets callers blir dessa 2 herrar Christer Bern samt Freddie Ekblad

Vi erbjuder 3 danspass, 5½ timmars dans varje dag utom tisdagen som är avsatt för fria aktiviteter.
Danstider: kl. 9.30 - 11.30 och 15.30 - 17.30, Workshop.

Vi dansar en nivå per pass och skiftar nivå mellan morgon och eftermiddag,
Gemensam dans mellan kl. 20.30-22.00 på lägsta nivån.

Vill du med skickar du ett mail till lge@telia.com eller ringer **0708-510355** senast den 1 september 2017
Anmälningsavgiften är 2500 SEK per person och betalas direkt till plusgiro 482521-2.

Dessa 2500 SEK får du dock tillbaka om du skulle ångra dig innan den 1 september.

Efter den 1 september är anmälningen bindande och avbeställningsskydd gäller.

Men tveka inte för länge utan gör er anmälan till denna populära dans då platserna är begränsade.

Vi tillämpar parollen "först till kvarn" så för att säkra din plats gäller det att skynda sig.

Väl mött i en square önskar Leif & Ellinor



Vår Hemsida heter www.square-dance-travellers.se

Tradition och nytänkande

vid Seniorernas årsmöte

Det blåste snålt när jag korsade torget på väg till Seniorernas årsmöte den 7 mars. Bara någon dag innan hade jag sett både snödroppar och vintergäck i trädgårdarna men det verkade som om våren verkligen ville driva gäck med oss denna mulna söndag i mars. Traditionsenligt hade man valt dagen för årsmötet samma dag som många stockholmare på isiga vägar återvände hem från sportlovsveckan i fjällen och tusentals skidentusiaster kämpade i Vasaloppsspåret.

Även lokalen i Alvik var densamma som vi i många år tillbaka använt för bland annat årsmöten. Ordföranden Gugge Gahmberg kunde blicka ut över 100 glada seniorer när hon hälsade välkommen och bröt det trevliga sorlet som uppstår när gamla och nya squaredansvänner möts.

Valet av sekreterare för mötet har varierat genom åren, denna gång liksom föregående år valdes vår duktiga styrelsesekreterare Vivi Skoog. Den som hållit i ordförandeklubban vid årsmötena har däremot under de tjugo år jag varit med alltid varit densamme, Ingvar Thörn, och även i år var vår i dagarna 90-åriga (vi bugar och gratulerar) squaredansvän den som ledde förhandlingarna. Snabbt och skickligt klubbades den ena punkten efter den andra igenom på dagordningen utan några större invändningar från åhörarna.

Revisionsberättelsen föredrogs av Anna-Karin Lagerberg som gav styrelsen en eloge för deras stora arbete att hålla klubben igång. Anna-Karin är förutom revisor även duktig med nål och tråd. En vackert broderad duk med Seniorernas namn låg på det bord ordförande och sekreterare satt vid. Nytt för i år var hennes fyra handgjorda dockor, två flickor och två pojkar som ska medverka vid gradueringen av nya squaredansare.



Ordföranden för klubben, Gugge, tackar ordföranden för årsmötet Ingvar, för välförrättat värv.

Sedan styrelsen beviljats ansvarsfrihet, ny budget fastställts för kommande år och medlemsavgiften fastställts till 150 kronor/år oberoende av moderklubb eller annan klubb, var det dags för val av ny styrelse. Sammanställande i valberedningen Kerstin Söderling föreslog som ordförande för ytterligare 1 år Gugge Gahmberg vilket bifölls med acklamation.

Birgitta Jansson har under 5 år tillsammans med Gugge Gahmberg haft ansvar för alla danser, vilket inbegriper bokning av callers och lokaler. Hon hade nu valt att sluta. Till hennes efterträdare valdes på 2 år Birgitta Weiss och Gunnel Ekberg. Samtidigt omvaldes Britt-Marie Ekman, Pia Gillberg och Ragnar Gillberg på 2 år. Ragnar har dock aviserat att han vill sluta om ett år och Anders Ekdal kommer därför att gå in som lärling. Vivi Skoog, Naemi Hedlund, Leila Lindström, Berit Åberg och Kurt Åberg kvarstår 1 år i styrelsen. Gunilla Ahlinder och Anna-Karin Lagerberg omvaldes som

revisorer och Åke Jonsson som revisorssuppleant. I den nya valberedningen kommer Birgitta Jansson som sammankallande och Kerstin Söderling, Eva Granat och Margareta Bristrand att ingå.

Naemi Hedlund, Britt-Marie Ekman och Vivi Skoog representerar klubben vid SAASDC förbundsstämma i Helsingborg den 17 juni 2017.

Punkten "Styrelsen informerar" brukar alltid väcka intresse. Eftersom Birgitta Jansson var sjuk kunde hon inte avtackas personligen med blommor utan får dem hemskickade. Inte heller kunde Birgitta berätta om *dansverksamheten* utan Gugge gjorde detta i stället. Intresset för danserna är stort såväl för dem under terminerna som på Stora Skuggan på somrarna. Fyrklöverdansen som i höstas ägde rum i Alvik i stället för på Idrottshögskolan blev lyckad och kommer att upprepas den 14 oktober 2017. Det är svårt att finna lämpliga danslokaler men man har nu hittat en ny lokal i Allaktivitetshuset i Sundbyberg, där det blir premiärdans den 25 mars. Det går lätt att ta sig dit med olika färdmedel.

Leila Lindström informerade om *kursverksamheten*. Kursgruppen arbetar för att få ihop tillräckligt stora grupper till varje kurs. Man har svårt med lokaler eftersom bl.a. den i Kallhäll ska repareras.

Square Up kommer i fortsättningen att



Roland callade med bravur.

komma ut 4 gånger i stället för 3 per år. Anledningen är portokostnaden. Det blir billigare om tidningen betraktas som posttidning men då kräver PostNord minst 4 nummer per år. I ett av numren kommer medlemsförteckningen att ingå. Redaktören Kurt Åberg vädjade om bidrag till tidningen. Det måste finnas många duktiga skribenter bland så många dansare. Man kan skriva om vad som helst som rör squaredans och det är kul säger en som vet!

Göran Berg redogjorde för *hemsidan* liksom verksamheten för invandrare på Vårby gård.

När man hörde vad styrelsen och alla övriga frivilliga medverkande gjort och gör för att hålla vår klubb på topp i form av kurser och danser, graduering, veteranträff, Tollarredans, klubbresa till Tällberg, sommardanser på Stora Skuggan Fyrklöverdansen m.m. blir man verkligen imponerad. De är värda inte bara en ros utan ett stort fång tulpaner, något som i alla fall ordförande Gugge fick.

Efter kaffe och bulle fick vi härlig motion i form av squaredans på olika nivåer med Roland Danielsson som caller. Han kan inte bara calla utan även namnen på de flesta dansare. Det bidrar till att vi känner oss som en stor familj och inser att vår klubb är bra inte bara för kropp och knopp utan även för vårt sociala välbefinnande. Jag tror att alla var mycket nöjda med Seniorernas årsmöte 2017 när vi drog hemåt i råkallt marsväder.

Ulla Lind



Efter mötet var det gott med kaffe.

Livsandarna väcktes en februaridag i Brommasalen

Det är inte alla människor som vaknar med ett stort leende, tar ett glatt skutt upp ur sängen och välkomnar dagen. Nej! Jag gissar att många påminner mer om Kalle Anka på julafton när han är på husvagnssemester. Hav förtröstan! Det finns en effektiv hjälp för dessa morgontrötta personer. Det räcker med att viska *squaredans* och livsandarna vaknar. Ännu bättre är att viska - *Jack Borgström*.

Jack Borgström glädde oss lördagen den 25 februari i Brommasalen. Åter fylldes denna stora lokal med närmare hundra dansare. Det var trångt men hjärtligt. Det var fart och det var swing i vår dans till medryck-



På golvet blev det full fart.

ande musik och Jacks sonora stämma. Vi blev som fötrollade och ville dansa mer och mer och därför blev fikastunden kort och square-upsen mellan nivåbytena snabba. Vi vet ju alla att squaredans har positiva effekter på vår hälsa och vårt välbefinnande. Inget undantag denna dag. Efter

Brommasalen, rymlig som vanligt och glada miner, också som vanligt. Här är det Ingrid Sundin Alm och Hildegard Holmer.



I en paus fångade kameran upp Jack med Maria Jansson och Margareta Broberg.

tre timmars dans med Jack hade han stimulerat oss både fysiskt, mentalt och socialt på många roliga och finurliga sätt. Vi gick hem glada och lyckliga i själen förvisade om att behovet av hjärtstarter och hotet från alla slags demenssjukdomar försvunnit långt bortom horisonten.

Birgitta Jansson



Seniorernas första dans i Allaktivitetshuset, Sundbyberg

Hur var resan dit? Hur såg det ut? Ingegerd Berg rapporterar.

SL:s Reseplanerare fungerade utmärkt. Två byten och en knapp timmes resa från Huddinge räknat. Det stora gula huset låg runt hörnet från pendeltågsstationen räknat.

Entrén var ljus och rymlig.

Danssalongen påminde om Spånga Folkan, fast ljusare, en före detta biograf och teater.

Golvet hade några farliga skarvar för oss som hasar.

En trappa upp fanns ett café som serverade kända bakverk från Delicato och bagaren Findus? Inredningen var gammaldags och mysigt in-sutten.

Vi var många förväntansfulla dansare som samlats till Michael Gerkman. Hans callning är mjuk och vänlig med gott body flow. Han väljer fin svängig musik och sjunger bra.



Micke är varken raljant eller högljudd, men saknar inte humor. Den där om myran var bra. Varma och glada lämnade vi Sumpan. Solen sken och det var gott. Tack alla!

Ingegerd Berg



*Gott om utrymme och gott om luft trots att det också var gott om dansande.
Marianne Dahlberg och Pat Skoglund i förgrunden på bilden ovan.*

Mina möten med squaredans

Astrid Sahlström berättar

Första gången jag hörde talas om squaredans var år 1953. Jag gick i tredje ring i Bromma läroverk, och vår gymnastiklärarinna, Annickan Edde, berättade att vi skulle få pröva på denna dansform. Vi hade fått lära oss gammeldans och en och annan folkdans. På den tiden var det ju en självklarhet att flickor och pojkar var åtskilda på gymnastiktimmarna, alltså fick hälften av flickorna dansa kavaljerer, vilket jag valde att göra.

Fröken Edde var en typisk dåtida gymnastikdirektör med kortklippt grått hår, strikt grå dräkt med kjol och fotriktiga skor. Hon var bestämd men också vänlig och hade viss förståelse för att många flickor avskydde att hoppa över bock och göra överslag på bommen.



Varifrån fröken Edde fått inspirationen till att lära ut squaredans minns jag inte, men hon hade nog varit i USA eller kanske på kurs. Fröken Edde var inte caller, utan hon instruerade oss, och vi övade först utan musik. Sedan satte hon på en grammofonskiva med en caller och vi gjorde de calls vi lärt oss. Jag minns tydligt "do sa do" och "swing", "allemande

left" och "courtesy turn", men inte så många andra call. Vi dansade nog bara de första callen som brukar ingå i "Pröva på", och vi lärde in dem i en viss ordning, som i en folkdans. Vi fick dansa några olika varianter, och vi tyckte alla att det var roligt.

Mitt nästa möte med squaredans var i USA. Sommaren 1959 tillbringade jag där, jag reste dit med organisationen "Experiment

Basic i snabb takt på Pumpan

Lördagen den 8 april var det träningsdans Basic i Pumpan. Callade gjorde Rojne Eriksson. Det var full fart från början. Vi försökte hänga med när Rojne satte fart. Det gick betydligt snabbare än vad vi är vana vid från kursen och vi fick dessutom lära oss några nya call.

Vi var fem squarer, många vana dansare och så vi, minst tolv stycken, som träningsdansade inför gradueringen den 10 april. Roines sång och musikval gjorde att stämningen blev hög. Nu är vi laddade inför gradueringen!

Marianne och Bertil Holm



in international living". Genom att ungdomar reste till främmande länder och bodde på college och i familjer skulle förståelsen öka mellan olika folk och världen skulle bli fredligare.

Det var spännande, vi var tio ungdomar som åkte båt över Atlanten och tillbringade de första tre veckorna som studenter vid ett college i Trenton i New Jersey. Vi kom snabbt in i studentlivet och fick en massa amerikanska vänner. De var nästan alla bilburna och en kväll for vi iväg, ett gäng amerikanska och svenska ungdomar, till en dans, vilket visade sig vara squaredans. Vi blev snabbt indragna i dansen och callern och dansarna hjälpte oss så vi klarade oss hyggligt. Denna gång dansade jag dam.

De svenska pojkarna verkade dock litet okoncentrerade, och de sprang ut ur och in i lokalen, för de ville lyssna på bilradion. Där refererades nämligen den första boxningsmatchen mellan Ingemar Johansson och Floyd Patterson. Även en och annan amerikan rusade ut, men plötsligt mitt i en dans kom alla pojkarna in, jublande. Ingo hade vunnit! Vi svenskar blev hyllade, som om vi vunnit matchen, och alla ville dansa med oss under resten av kvällen!

Så dröjde det många år innan jag åter fick chansen att dansa squaredans. Jag har ju arbetat som lärare och i mitten på 80-talet fyllde vår rektor 50 år. Vi skulle ha en fest ute på Rastaholm på Ekerö, och då skulle vi ha en del underhållning. En kollega, Monika Ståhl, var medlem i Ekerö squaredansklubb, och hon erbjöd sig att träna in en uppvisningsdans i squaredans.

Vi fick ihop en square men inga män ställde upp, så denna gång fick jag åter vara kavaljer. Precis som i skolan lärde vi in callen i en viss ordning, och dansade till en gramofonskiva. Det blev mycket lyckat och festföremålet uppskattade verkligen vår dans.

Flera av oss blev riktigt sugna på att bli riktiga squaredansare. En av kollegerna, Elisabeth Malmström, sa att så fort hon blev pensionär skulle hon börja dansa, och så blev det också. För mig dröjde det några år innan jag blev medlem i Seniorerna och squaredansare på riktigt, naturligtvis valde jag då att dansa kavaljer. Det är roligt och nyttigt, och jag har fått många nya vänner, så då och då sänder jag en tanke till min gymnastiklärarinna, som ju introducerade oss flickor i denna härliga aktivitet!

Astrid Sahlström

Livligt sidbyte på dymmelnsdagen



Tre squarer dansade "tvärtom" i Enske-de gård strax före påsk. Inte så lätt byta från vänsterdansare till högerdansare, men alla jobbade intensivt. Gunnar Bergström från Huddinge Square Swingers satsade till hundra procent och det rådde inga tvivel om att han tänkte lära sig dansa dam. Snygg i röd klänning! Efter två timmar kunde Roland Danielsson avsluta med ett singingcall. Det gick suveränt bra.

Lite knepigt var det med swing, dopaso och courtesy turn.

Gugge

Nya i styrelsen

är **Gunnel och Birgitta**, se här intill på styrelsesidan. De skall jobba med danser och ersätter **Birgitta Jansson**. **Gugge** har också engagerat sig i detta tidigare, nu får hon en bra ersättning.

Gunnel Ekberg har jobbat inom ekonomi och administration i hela sitt liv. Det tror hon att hon kommer att ha nytta av i styrelsearbetet. Har jobbat med SJ och järnvägssektorn i hela sitt liv, fram till 61 år, då hon tog pension. Musik är också ett intresse – spelar fiol i Järfälla Spelmän. Började med det i musikskolan, men slutade i mellanstadiet – "Vilken 13-åring vill dra omkring med en fiollåda?" Men familjen tryckte på i vuxen ålder, så Gunnel tog upp det igen - fick en ny fiol och gick på kurs några terminer. Hoppas vi får höra någon gång. Familjen, som tryckte på, är man med fyra barn och sex barnbarn – 0 till 10 år. Gunnel sysslar också med korsord och stickning, som alltid är på gång.

Squaredans blev intresset 2012, med början med "prova på" squaredance i Kallhäll. Och blev fast. Till hösten blir det termin 3 i Plus.

Gunnel kommer att jobba med dansplaneringen i styrelsen. Där passar det administrativa kundandet in. Kommer att samarbeta med Birgitta Weiss. De kommer säkert att få fint stöd av Gugge och Birgitta J, som ju svarat för danserna tidigare.

Birgitta Weiss är uppväxt i Abrahamsberg i Bromma, bodde där till fyllda 21 år. Ville bli sjuksköterska. Sökte in på sjuksköterskeskolan efter realskolan men var för ung (17 år) gick därför ett år på hushållsskola. Där upptäckte Birgitta att hon fick ont i ryggen av att bära tungt, så hon anmälde sig till en handelsskola för att arbeta på kontor i stället. De sista 19 åren före pensionen har Birgitta arbetat på regeringskansliet. Låter betryggande för styrelsearbetet, även om detta kanske är av lite mindre tyngd.

Har hållit på mycket med dans och var redan 1976 med och startade Spånga Folkdansgille – där har det varit mycket roligt med trevliga människor och många resor. När pensionen kom såg Birgitta en liten annons i Västerortstidningen om en Squaredanskurs och det var ingen tvekan om att anmäla sig till den. Så nu har Birgitta och hennes man varit med och dansat för Roland några år.

Förutom dansen har Birgitta intresse i barn och barnbarn och i år fick hon även ett barnbarnsbarn som det är roligt att träffa då och då.

Veteranträff för sjunde gången

Den 11 april var det traditionell veteranträff i Enskede Gård med trevlig samvaro vid kaffeborden och några tippar under Olle Nilssons varsamma ledning. Elisabeth Malmström hälsade alla välkomna och Gugge berättade om det senaste inom klubben. Ett uppskattat samtalsämne vid borden blev den stora bunt med bilder från äldre squaredanstider som Ulla Kirschmeier tagit med sig.

Ett järngäng på veteranträffen: Fr v Birgit Gillstedt, Ulla-Britta Bjarne, Ingvar Thörn, Daisy Stridh, Kerstin Åström och Britta Hedman. Alla är över de nittio och dansar fortfarande.





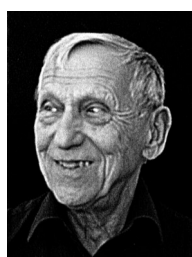
Gugge



Britt-Marie



Leila



Ragnar



Pia



Naemi



Birgitta



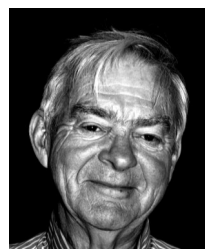
Vivi



Gunnel



Berit



Kurt

SQUAREDANSKLUBBEN SENIORERNAS STYRELSE 2017 - 2018

| | | | |
|--|---|--|--------------------------------|
| Ordförande | Gunnel Gahmberg gugge.gahmberg@gmail.com | Rödabergsgatan 11 B 3 tr 113 33 STOCKHOLM | 08-615 16 84 0707-19 08 55 |
| Vice ordförande | Leila Lindström leila.lindstrom@comhem.se | Skebokvarnsvägen 265 124 53 Bandhagen | 08-99 27 57 0707-18 46 94 |
| Sekreterare | Vivi Skoog vivi2@tele2.se | Järpvägen 10 175 64 Järfälla | 08-761 22 78 0701-40 26 66 |
| Kassör | Berit Åberg berit.s.berg@telia.com | Drottninghamnsvägen 46 131 46 NACKA | 08-716 20 77 0704-69 09 68 |
| Bitr kassör | Kurt Åberg kurt.s.berg@telia.com | Drottninghamnsvägen 46 131 46 Nacka | 08-716 20 77 0707-30 70 85 |
| Medlemssekr | Pia Gillberg pirag@tele2.se | Kärvbacken 7 163 55 SPÅNGA | 08-36 46 04 0736-46 04 96 |
| Kursverksamhet | Britt-Marie Ekman brittamariaekman@gmail.com | Hamngatan 7 172 66 Sundbyberg | 08-28 85 53 0703-36 44 62 |
| | Naemi Hedlund naemi.hedlund@gmail.com | Axvägen 37 175 51 Järfälla | 08-400 59 680 0734-33 53 95 |
| Dansverksamhet, uppvisningar | Gunnel Ekberg gunnel.ekberg.ge@comhem.se | Hästskovägen 82 177 39 Järfälla | 0707-65 86 83 |
| | Birgitta Weiss birgitta.weiss@ownit.nu | Bennebolsgatan 8 163 50 Spånga | 08-760 65 84 0702-25 16 75 |
| Klubbmästare | Ragnar Gillberg pirag@tele2.se | Kärvbacken 7 163 55 SPÅNGA | 08-36 46 04 0730-30 78 98 |
| Redaktör för Square Up | Kurt Åberg kurt.s.berg@telia.com | Se ovan | |
| I redaktionen: | Stig Malmström stig.malmstrom@telia.com | Tacitusvägen 7 168 56 Bromma | 08-87 82 23 0706-62 18 60 |
| Redaktör för vår hemsida www.seniorerna.org | Göran Berg 7742878@gmail.com | | 08-774 28 78 |



Lyckad och trevlig graduering i Brommasalen

Efter tre eller fyra terminers koncentrerade övningar av alla calls på basic-nivån har vi blivit graderade den 10 april 2017 i Brommasalen. In i det sista inför denna prövning övade vi diverse calls från olika utgångspunkter och i olika ordning. Till slut kändes det som om det fanns calls som vi aldrig hade övat förut. På själva uppställningen gick det i alla fall vägen med roliga turer och rätt avslappnad stämning. Se-

dan kunde vi njuta av en god och välordnad lunch och se fram emot mer dans utan domare granskande varje steg vi tog. Det blev en rolig eftermiddag där vi dansade oss riktigt trötta till en dukting caller, Rolf Boettge. Stort tack också till vår fantastiska caller Roland Danielsson och alla duktinga och hjälpsamma änglar som har slitit med oss i flera terminer.

Henrik Rosenlund

De som graderades denna dag är:
Gunnel Alexandersson, Monica Andersson, Britt-Marie Bengtsson, Yva Eliasson, Mariann Frank, Bertil Holm, Marianne Holm, Kjell Jansson, Inga-Stina Johansson, Monica Kristensson, Ragnar Kristensson, Inga-Britt Liljeroth, Camilla Nitschmann, Kerstin Rosenberg, Henrik Rosenlund och Inga Rosenlund.
Framför graduanterna Roland Daniels-son och Rolf Boettge.