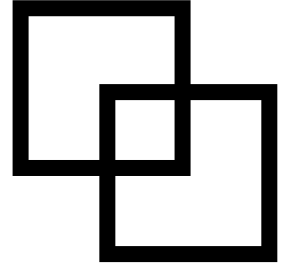


Square up



Nr 3 2011 1 december

**Klubbinformation från
Squaredansklubben
Seniorerna i Stockholm**



Kick Off i Brommasalen den 17 september blev för många ett kärt återseende efter sommaren, även om en del kanske hade träffats även efter våravslutningen och tagit en svängom på Stora Skuggan.

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

Square Up nr 3 2011 sidan 1



Ordföranden har ordet

Kära medlemmar!

"Dansarna måste ha roligt i dansen, annars kommer de inte tillbaka. Om det är kurs, gör det inget om de lär sig något också." (träffande citat jag fann på nätet).

Seniorerna har återigen haft ett lyckosamt dansår. Kvalitet och glädje i både kurs och dans är centralt! Jag konstaterar lyckligt att jag jobbar i en styrelse med stort engagemang och där alla är kreativa och strävar tillsammans för en bra verksamhet!

Bland vårens alla begivenheter finns för 4:e året i rad två dagar "Workshop med Svante". Workshop innebär att man genom effektiv, praktisk träning spetsar sina kunskaper. Det är nyttigt och kul. Missa inte det! (Obs! Vissa ändringar mot förra året.)

Som vanligt blir det också Byta sida-kurs med Janne. Courtesy turn och California twirl brukar medföra olika lösningar.

Vi vill gärna få fler nybörjare! I januari satsar vi på en intensivkurs i Kallhäll och ytterligare en "pröva på" i Enskede. Ni som är med i PRO, SPF och andra föreningar – skryt om vår verksamhet och berätta hur kul vi har! Säg att Squaredans inte alls är så svårt som de tror! Det är i stället effektiv hjärngympa. Barn- och äldreminister Maria Larsson säger i en artikel: "...från utländska studier vet vi att dans skjuter upp demens". Det är säkert!

Under 2012 satsar regeringen 20 miljoner på att öka kulturutbudet för äldre.

När det gäller hyra av lokaler:

Del av *Alviks Medborgarhus* frigör sig från staden och bildar Alviks Kulturhus. Där är Seniorerna som förening medlem.

Folkets Hus i Järla (Nacka) ombildar sig till ideella föreningen Järlahuset.

Servicehuset Väderkvarnen skall, nu som enda kvarvarande servicehus i kommunal regi på Norrmalm, säljas ut och från och med 2013 drivas av privat anordnare. Allt detta medför förändringar vad gäller förhyrning av lokaler.

Men nu riktar vi in oss på dansen lördag 10 december på Brommasalen. Nivå B24 och full Basic. Första tillfället för våra nya kamrater att gå ut på dans! Och kom ihåg - *det är jättebra om vi kan värna om våra nybörjare och gå på alla basicdanser vi kan!*

Var nu rädda om er och ha en skön och bra jul- och nyårshelg! Det blir spännande med Knutsdans på Hasselbacken! Det går spårvagn dit!

Styrelsen sänder kramar till er alla genom

Gugge

MINNESRUTA våren 2012

Måndagen den 9 januari
INTRODUKTION/INTENSIVKURS
i Kallhäll för alla nybörjare. Se sid 3

Onsdagen den 11 januari
NYBÖRJARKURS
i Enskede Gård Se sid 3

Fredagen den 13 januari
KNUTSDANS
i Hazeliussalen, Hasselbacken. Se sid 8-9

Lördagen den 3 mars
ÅRSMÖTE
i Brommasalen, Alvik. Se sid 7

Onsdagen den 11 april
BYTA SIDA-KURS
i Enskede. Se sid 7

Måndagen den 16 april
GRADUERING
i Brommasalen, Alvik. Se sid 10

Söndagen den 13 maj
VÅRFEST
på Tollare. Se sid 9

Fredagen 18 – Söndagen 20 maj
CONVENTION
i Märsta
Äntligen är det på hemmaplan för oss stockholmare. Missa inte chansen att vara med på något alldeles extra! Mer info i nästa nummer - och på sid 7!

Måndagen 21 – Torsdagen 24 maj
KLUBBRESA
den här gången går den till **Värmland**.
Se sid 10-11

Ragnar, klubbmästare

Medlemsärenden

Vi är nu 516 medlemmar. Vi är tacksamma om ni, som inte tidigare lämnat er mailadress, ville skicka den till mig. Jag tar även tacksamt emot ändringar av mailadresser. Sänd dem till pirag@tele2.se! Det underlättar när vi skall skicka ut meddelande och vi spar porto.

Observera att inbetalningsavin till årsavgiften finns med i detta utskick!
Glöm inte att meddela din nya adress om och när du flyttar!

Seniorernas kurser våren 2012

Den första kursen = den högsta ska kosta 400:-. Följande kurser kostar tillsammans 100:-.
Plusgironumret *för kursavgifter* är 57 80 73 - 9.

Anmälan görs vid första kurstillfället.

Alla A2-dansare kan även strödansas hos "Sotarn" på fredagar för 40:- per gång.

Kurs	Nivå	Dag	Tid	Kursledare	Start	Slut	Lokal	Kursvärdar
1 K	Basic term. 2	måndag	14.55 - 16.40	Roland Danielsson	16 jan	2 apr	Kallhäll	Birgitta Lindh tel 08-580 337 78
2	Basic term. 4	onsdag	11.20 - 13.05	Roland Danielsson	18 jan	4 apr	Enskede	Monika Rabe tel. 08-664 20 07
3	Mainstream term. 2	måndag	13.05 - 14.50	Roland Danielsson	16 jan	2 apr	Kallhäll	Annmarie Mæland tel. 08-36 82 77
4	Mainstream term. 4	onsdag	9.30 - 11.15	Roland Danielsson	18 jan	4 apr	Enskede	Elisabeth Forsell tel. 08-86 34 58
5	Plus term. 2	måndag	11.15 - 13.00	Roland Danielsson	16 jan	2 apr	Kallhäll	Gertrud Sundqvist tel. 08-583 514 43
6	Plus term.4	tisdag	11.20 - 13.05	Sven Andréason	17 jan	3 apr	Enskede	Karin Sjöholm tel. 08-583 573 92
7	Plus dansträning	tisdag	9.30 - 11.15	Sven Andréason	17 jan	3 apr	Enskede	Solveig Regnér tel. 08-777 13 70
8	A2 term. 4	måndag	10.00 11.45	Leif Håkansson	16 jan	2 apr	Enskede	Ann-Mari Eriksson tel. 08-649 16 72
9	Håll i gång din A2	fredag	10.00 - 11.45	Michael "Sotarn" Lindberg	20 jan	13 apr*	Draken- bergs- salen	Grethel Johnsson tel. 08-84 63 92

OBS! Ingen "Håll i gång din A2" fredagen den 6 april, långfredagen. Flyttad till den 13 april.

Visste du att "Mun-mot-mun-metoden" överträffar allt?

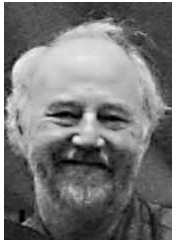






Detta gäller när vi skaffar nya medlemmar till vår squaredansklubb. Hjälp oss!

Välkommen till nybörjarkurs
i Enskede Gård, Palmfeltsvägen 65.
Caller är Roland Danielsson.
Vi börjar den 11 januari kl. 10-12.
Tag med inneskor och fika!

Välkommen till intensivkurs i Kallhälls folkets hus.
Nya dansare kommer med lite hjälp att kunna
ansluta till kursen som började i höstas.
Caller är Roland Danielsson.
Vi börjar den 9 januari kl.10-14.
Tag med inneskor och fika!

Kursgruppen, som gärna svarar på ev. frågor.

Dansa med Seniorerna våren 2012!

<p>Lördag 28/1 Kl 13 - 16</p> <p>B28 B43 B28 M</p>	<p>Väderkvarnen Brunnsgatan 26</p>		<p><u>Caller</u> Roland Danielsson</p>	<p>Entré 70 kr Servering finns</p>
<p>Lördag 18/2 Kl 13 - 16</p> <p>M P M A1</p>	<p>Järlahuset Järla Skolväg 15 Nacka</p>		<p><u>Caller</u> Calle Brunér</p>	<p>Entré 70 kr Tag med ditt fika!</p>
<p>Lördag 10/3 WORKSHOP Kl 11 - 13 P Kl 14 - 16 M</p>	<p>Brommasalen Gustavslundsv. 168 Alvik</p>		<p><u>Caller</u> Svante Jordeskog</p>	<p>Entré 60 kr ett pass 100 kr två pass Tag med ditt fika!</p>
<p>Söndag 11/3 WORKSHOP Kl 11 - 13 A2 Kl 14 - 16 A1</p>	<p>Drakenbergssalen Lignagatan 8</p>		<p><u>Caller</u> Svante Jordeskog</p>	<p>Entré 60 kr ett pass 100 kr två pass Tag med ditt fika!</p>
<p>Lördag 14/4 TRÄNINGSDANS Kl 13 - 16</p> <p>B</p>	<p>Drakenbergssalen Lignagatan 8</p>		<p><u>Caller</u> Rojne Eriksson</p>	<p>Entré 70 kr Tag med ditt fika!</p>
<p>Lördag 21/4 OBS! Kl 11-14</p> <p>M P</p>	<p>Brommasalen Gustavslundsv. 168 Alvik</p>		<p><u>Caller</u> Anders Blom</p>	<p>Entré 70 kr Tag med ditt fika!</p>
<p>Lördag 5/5 Kl 13 - 16</p> <p>P A1 P A2</p>	<p>Brommasalen Gustavslundsv. 168 Alvik</p>		<p><u>Caller</u> Micke Gerkman</p>	<p>Entré 70 kr Tag med ditt fika!</p>

Lokaler och resvägar

- ABF-huset, Huddinge** **Kommunalvägen 26**
Pendeltåg till Huddinge. Gå till vänster mot kyrkan.
ABF-huset ligger mitt emot kyrkan. Servering finns.
- Brommasalen, Alvik** **Gustavslundsvägen 168**
T-bana Gröna linjen eller Tvärbanan, stn Alvik. Huset ligger
mitt emot stationen. Tag med ditt fika.
- 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. Ta med ditt fika.
- Järlahuset, Nacka** **Järla skolväg 15**
Från Slussen går bussarna 409 - 422 gamla Värmdövägen. Stig av
vid Lillängen. Gå tillbaka 50 meter, gå över vägen och snett fram till
vänster cirka 200 meter ligger Järlahuset.
Ta med ditt fika.
- Folkets hus, Kallhäll** **Kallhäll centrum**
Pendeltåg mot Kungsängen, stn Kallhäll. Gå över en bro till höger
mot Centrum. Folkets hus ligger i Kallhäll Centrum.
Tag med ditt fika.
- Kvarntorpsgården** **Näsby allé 72**
T-bana (Mörbylinjen) till Danderyds sjukhus. Buss 610 och 670 till
Roslags-Näsby trafikplats. Tag med ditt fika.
- 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. Tag med
ditt fika.
- Föreningsgården, Täby** **Täby centrum**
T-bana Röda linjen mot Mörby. Gå av vid stn Tekniska Högskolan
och byt till Roslagsbanan mot Österskär. Gå av vid Täby centrum.
Kaffe finns.
- Servicehuset Väderkvarnen** **Brunnsgatan 26**
T-bana Gröna linjen till Hötorget, uppg. Kungsgatan. Gå Sveavägen
en liten bit norrut, tag höger Apelbergsgatan uppför backe till
Brunnsgatan. Där syns röd tegelbyggnad med vita pelare framför
ingången. Om du vill slippa gå i backe, ta rulltrappan från Tunnel-
gatan upp till Malmskillnadsgatan. Åker du med Röda linjen så stig
av vid Östermalmstorg, uppgång Birger Jarlsgatan.
Bilväg: Kör Döbelnsgatan söderut, sväng in på Malmskillnadsgatan,
sväng vänster Brunnsgatan. P-garage finns i huset. *Obs 60 kr/tim.*
Servering finns.



Övriga danser och kurser inom Fyrklövern



Huddinge Square Swingers

Kurser våren 2012 i ABF-huset, Huddinge

Intensivkurs tisd 10 jan kl 10-14 för nybörjare (Bg).
Caller Roland Danielsson.

Tisdagar: Caller Roland Danielsson

Kursstart 17 januari, kursslut 17 april

Kurs 1	9.15-11.00	A2 dans
2	11.05-12.50	A1 dans
3	13.20-15.05	A1 termin 2
4	15.10-16.55	Basic termin 2

Terminen förlängd med 2 gånger till totalt 14 kursdagar.

Torsdagar: Caller Sven Andréason

Kursstart 12 januari, kursslut 19 april

Kurs 5	9.30-11.15	Plus dans
6	11.20-13.05	Plus termin 2
7	13.35-15.20	Mainstream termin 1
8	15.25-17.10	Basic termin 4

Torsdag 5 april, skärtorsdagen, ingen kurs.

Terminen förlängd med 2 gånger till totalt 14 kursdagar.



Danser våren 2012

Alla, utom Picknickdansen, i ABF-huset, Huddinge

Fredag 27 januari 13.00 - 16.30

Nybörjardans B28 B Sven Andréason

Lördag 11 februari 13.00 - 16.30

Lördagsdans M P M A1 Svante Jordeskog

Fredag 16 mars 13.00 - 16.30

Marsdans P A1 P A2 Sven Andréason

Fredag 13 april 18.00 - 21.00

Kvällsdans B M B P Freddie Ekblad

Onsdag 30 maj 13.00 - 16.00

Picknickdans Bg M Bg P Sven Andréason
på **Herrängens Gård, Segeltorpsvägen 49-51.**

Dansansvarig: Per Sköldin 08-774 78 02

Panther Squares, Täby

Träningsdanser i Föreningsgården i Täby Centrum,
söndagar klockan 13.00 - 16.00.

Nivåerna M, P, M och A1. Kostnad 40 kr/gång.

15/1	Roland Danielsson
29/1	Sven Andréason
5/2	Freddie Ekblad
19/2	Stefan Sidholm
26/2	Micke Gerkman
4/3	Janne Wiklund
11/3	Lars Asplund
18/3	Andreas Olsson
25/3	Freddie Ekblad
1/4	Vainor Törnqvist
6/4	Våffeldansen Rojne Eriksson
15/4	Olle Nilsson.

<http://hem.passagen.se/panthersquares>

Näsby Parks Squaredanceklubb

Danser våren 2012

Lokal: Kvarntorpsgården.

5/3	11.00-15.00	P A1 P A2	Lars Asplund
Högnivådans. Avgift 60 kr			
5/4	11.00-15.00	B M B P	Freddie Ekblad
Skärtorsdagsdans. Avgift 40 kr			
23/4	11.00-15.00	B M B P	Anders Blom
Fyrklöverdans. Avgift 60 kr.			

Onsdagsdanser, avgift 40 kr:

2/5	13.00-16.00	B36 B B36 M	Roine Eriksson
9/5	13.00-16.00	B36 B B36 M	Sven Andréason
16/5	13.00-16.00	B M B P	Freddie Ekblad
23/5	13.00-16.00	B M B P	Micke Gerkman
30/5	12.00-16.00	B till A1	Michael Lindberg

Dansansvarig är Boel Bamford,
08-758 19 40, 0762-15 40 58
E-mail boelbamford@hotmail.com

Näsby Parks Squaredansklubbs kurser våren 2012

Pröva på 11 januari kl. 12.00 – 14.00. Caller: Janne Gezelius

Torsdagar: Kursstart 12 januari.

Caller: Roland Danielsson

10.00 – 11.15	Plus dansträning
11.15 – 12.30	Plus termin 2
13.00 – 14.15	Mainstream termin 2
14.15 – 15.30	Basic termin 4
15.30 – 16.45	Basic termin 2
Kursdagar	12/1, 19/1, 26/1, 2/2, 16/2, 23/2, 1/3, 15/3, 29/3 och 12/4. 10 gånger, 200 kr.

Måndagar: Kursstart 16 januari.

Caller: Sven Andréason och Staffan Junel

10.00 – 11.15	A2 forts. o dansträning
11.15 – 12.30	A1 forts. o dansträning
13.00 – 14.15	A1 termin 2
Kursdagar	16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 13/2, 20/2, 27/2, 12/3, 19/3 och 26/3. 10 gånger, 200 kr.

Kursansvarig är Victor Gjerstad. Tel: 08-35 48 18. Email: victor.gjerstad@telia.com
Square Up nr 3 2011 sidan 6

Convention 2012 på hemmaplan!

Du som inte upplevt en convention –
ta chansen nu!

Ca 1000 dansare, alla nivåer,
sex fantastiska callers.

18-20 maj i Märsta, arrangerande klubb
är Crazy Flutters. Du kan delta hela
helgen eller bara en dag.

På lördagen skall vissa pass ha ett något
lägre tempo.

Broschyr kommer att finnas
på våra kurser.

Tel. 073 967 04 09 eller se hemsidan

www.convention2012.se

Anmäl dig före 31 mars
så sparar du 50 kr.

Kom och prova att "BYTA SIDA"

dvs dam dansar herre, herre dansar dam

enkelt och lätt

roligt att kunna

onsdagen 11 april 2012

klockan 10-12

i Enskede Gård

Basic

Caller: Janne Gezelius

40 kr

VÄLKOMNA!

Kallelse till SQUAREDANSKLUBBEN SENIORERNAS

ÅRSMÖTE 2012



Lördagen den 3 mars klockan 12.00

Brommasalen, Alviks medborgarhus

Gustavslundsvägen 168, T-bana Alvik

Caller Sven Andréason

Dagordning och övriga årsmöteshandlingar kommer att finnas tillgängliga vid mötet.
Motioner skall skriftligen inges till styrelsen minst en månad före årsmötet.

Efter årsmötet dansar vi till klockan 16.00.

I pausen bjuder klubben på kaffe/te med dopp.

Obs! Notera datumet i almanackan. Någon ny kallelse skickas inte ut.

Hjärtligt välkomna! Styrelsen



Hasselbacken - förr och nu

När squaredansarna samlas till Knutsdans i januari 2012 har vi övergivit Söders höjder och vänt blicken mot Djurgården.

På Gustaf III:s tid låg, där Hasselbacken ligger idag, en röd koja som kallades "Hasselbackskrogen" och på slätten nedanför öl- och våffelstugan "Dunderhyttan". Första gången man hör talas om dessa platser är 1748. Mellan byggnaderna växte fram till 1900-talet en gammal ek, Bellmanseken, varifrån Bellman sägs ha sett på folklivet på Djurgården. Under den satt han när han skrev Fredmans epistel nr 25: "Blåsen nu alla, hör böljorna svaja, åskan går". Till minne av Bellman reste man år 1872 en staty, där Par Bricole årligen firar Bellmandagen den 24 juli.

Inte bara eken växte i backen utan också täta hassel- och hagtornsbuskar som gav namn åt Hasselbackskrogen, som var ett omtyckt värdshus, men som 1836 köptes av en grosshandlare Michaelson som gjorde om det till sitt sommarnöje "Ludvigsgården".

Konditor Wilhelm Davidson köpte dock både Ludvigsgården och Dunderhyttan 1852 och det blev inledningen till Hasselbackens glansperiod. En ny huvudbyggnad byggdes och 1853 kunde Restaurang Hasselbacken slå upp sina portar med god mat, punschångor och sång. Punschen kanske dracks i

schweizeriet (ett café där man serverade alkohol) "Gubbhyllan" som Davidsson öppnat i närheten.

1872 var dock ett olycksår för Davidson som fick se hela Hasselbackens restaurang brinna ner. Men två år senare stod en ny byggnad på platsen.

På Hasselbacken kunde man ha stora fester, både födelsedagskalas och "gubbskivor". Jag minns den gubbskiva som 1955 års studenter från Bromma läroverk hade för sina lärare i just dessa lokaler. Det var fest och stiltigt värre!

En restaurangskola fanns i lokalerna 1947 – 1969 men så småningom tappade Hasselbacken sin forna glans. Det var först när fastighetsbolaget Faberge köpte lokalerna, restaurerade och rustade upp dem som Hasselbacken åter blev en restaurang att räkna med. På baksidan byggdes en ny hotellbyggnad och 1992 öppnade Scandic Hasselbacken, som nu driver hotell, konferens och restaurang på platsen.

Även om vi inte kommer att känna några punschångor när vi närmar oss Hasselbacken i vinter på Knutsdans kommer vi säkert att känna historiens vingslag och kanske sjunga en Fredmans epistel innan vi sätter igång med modernare rytmer i form av squaredans!

Ulla Lind

Traditioner är till för att följas!

Därför inbjudes alla medlemmar att återigen fira tjugondag KNUT med dans och mat i glada klubbvänners lag. Den här gången slår vi verkligen på stort. Årets första dans

KNUTSDANSEN

träder vi i Hazeliussalen på HASSELBACKEN, Djurgården



fredagen den 13 jan 2012 kl. 13.00 – 17.00.

När det är så här festligt ser vi gärna traditionell squaredansklädsel. Efter maten dansar vi Basic 36 till A2. Vi gläds åt att, som traditionen kräver, kunna erbjuda en av Sveriges bästa caller

JACK BORGSTRÖM

Lunchmenyn blir en överraskning. Om du önskar en speciell kost notera det på inbetalningskortet. Anmälan sker med inbetalning av 315:- till klubbens postgiro 27 07 37-0

senast den 20 december 2011!

Vår knutsdans är som du förstår subventionerad av klubben.

Söndagen den 13 maj 2012 kl. 10.00 – 16.00 är det återigen dags för

TOLLAREDANSEN

Callers: Michael "Sotarn" Lindberg och Jesper Wilhelmsson

Jesper är en ny bekantskap för de flesta men vi garanterar att han är jättebra!

Vi samlas kring en kopp kaffe eller te 9,45 – 10.00 och dansar sedan i två salar med avbrott för en god lunch.



Hjärtligt välkomna!



Anmälan med inbetalning av 185:- görs till klubbens pg 27 07 37-0 och skall vara kassören tillhanda **senast 20 april**

Märk talongen: **Tollare, ditt namn, ditt personnummer** (för att få subventionerat pris) och vilken högsta nivå du dansar t.ex. P eller B36.

Färdväg till Tollare Folkhögskola:

T-bana/buss : T-bana till Slussen. Från hållplats N avgår buss 414 (ändstation Orminge) kl 9.22, framme vid Tollare kl 9.42. Hem går bussen från Tollare kl 15.01, 15.31, 16.01 osv varje halvtimme.

Bil: Kör motorvägen 222, Värmdöleden, genom Nacka mot Gustavsberg. Direkt efter Skurubron kör du till höger. När du efter ca 50 meter kommer till *stopptecknet* ska du köra till höger. Efter ca 1600 meter finns en skylt till höger mot Tollare skola.

Gradueringen 2012

Efter vinter kommer vår och då infaller klubbens STORA FEST för årets graduanter!

**Gradueringen genomförs i Brommasalen, Alvik,
Måndagen den 16 april kl. 11.00 - 15.00.
Caller Freddie Ekblad.**

Graduerade medlemmar är välkomna!
Det är vi klubbmedlemmar som kan ge graduanterna en minnesvärd dag.
Kom i god tid så ni finns på plats när graduanterna tågar in kl. 11.00.
Efter gradueringen serveras en enkel måltid.
Pris för mat och efterföljande dans är 80:-.

Anmäl er till Kerstin Söderling tel. 08-25 33 23 senast den 31 mars.
Särskild inbjudan kommer till graduanterna.

Hjärtligt välkomna!
Styrelsen

Eva och Soe dansar med glädje

Eva Mosén och Sven (Soe) Ylling är ett par – även privat – i 85-årsåldern. De möttes för drygt 30 år sedan. Båda har alltid tyckt om att dansa och ägnat sig mycket åt folkdans. För alla som varit med i Seniorerna många år är de välkända, för andra blev kanske första mötet i samband med gradueringen våren 2011, då båda var domare. Vi har träffat dem för en intervju.

När började ni med squaredans?

Hösten -96 kom vi igång och graduerades -98.

Vilken nivå har ni kommit till?

Vi har provat att dansa på C-nivå. Från början dansade vi utan att lära oss definitionerna, men har insett att



det är viktigt att kunna dessa, då de är grunden för de högre nivåerna. Nu går vi på kurser i A2-dans 2 gånger i veckan: Tisdagar i Huddinge för Roland Danielsson och fredagar i Drakensbergssalen för Sotarn Lindberg. Vi har haft stor nytta av Bronc Wises hemsida. Vi har



Ack Värmland du sköna...

Klubbresan 2012

Måndag 21 maj - torsdag 24 maj



Resan går till hotell **Selma Lagerlöf** i Sunne, Värmland.
På vägen dit besöker vi Wadköping. En av dagarna besöker vi Mårbacka.
Men som vanligt lägger vi tyngdpunkten på gemytlig samvaro och lärorik dans på alla nivåer.

Bussen rymmer 68 passagerare så snabba på med anmälningarna!
Anmälningsavgiften. **500 kr** sätts in på pg 270737-0, senast den **31 januari 2012**.
Om det redan är fulltecknat skickas den tillbaka snarast. Anm. avgiften återfås ej om avbokning sker senare än 20 april.

De som fått plats i bussen kontaktas med brev eller mail.
Om man vill ordna egen transport är det ok förutsatt att bussen är full.

Årets prislista:

Helpension i dubbelrum 3425 kr. Helpension i enkelrum 4275 kr.

I priset ingår bussresa, buss till utflykter, guide, dansavgift och entreér men inte ev. mat i Örebro.
Dansen leds av två rutinerade callers, John Lind från Arvika och Michael "Sotarn" Lindberg.

Frågor besvaras efter bästa förmåga av Ragnar, 08-36 46 04, eller Carin 08-511 772 00.

aldrig prövat att "byta sida" och beundrar dansare som obehindrat behärskar båda sidor. Vi beundrar också dansare som med enkla signaler kan ängla i våra squarer.

Vilka är de mest märkbara förändringarna sedan ni började?

Alltför många vill klättra uppåt i dansnivåerna innan de behärskar de lägre nivåerna. Positivt att man numera kan gå ut på danser redan innan man är graderad. Men störst ändring är klädseln!

Bästa squaredansminnen?

Alla kurser och danser vi rest iväg till för att enbart ägna oss åt dans och umgänge med dansvänner. Vi har varit på kurser i Polen 4 gånger, åkt till Kanarieöarna 4 gånger och till Convention 7 gånger. Men bäst av allt är minnena från Böda där vi varit 18 gånger! Det är framför allt då vi fått nya vänner och

kontakter. Genom squaredansen har vi nog blivit mer toleranta: Ingen är felfri, alla kan göra misstag.

Styrelsearbete?

Eva har varit sekreterare i Fyrklöveralliansen under ca 10 år. I seniorernas styrelse fanns båda med 2002 – 2008 och ordnade med kurser och danser, fortsatte sedan med distributionen av Square Up under ytterligare tre år.

Önskemål för framtiden?

Att få fler nya dansare. Att många seniorer kommer till Convention i Märsta den dag då det blir inriktning mot seniorer och dans-tempot blir lägre. Att vi själva kan uppleva dansglädje i många år till. Vi önskar dem lycka till!

Gunnel och Olle Strandlund

KICK OFF i Brommasalen

I Square Up-tidningen nr 2 kunde vi läsa en inbjudan till en Kick Off-dans för oss klubbmedlemmar i Seniorerna.

Ett hundratal medlemmar nappade och tog sig till Alvik den 17 september trots att evenemanget fick konkurrens av ett strålande soligt höstväder.

Väl framme möttes vi i dörren av kramar och glada välkomsthälsningar.

Var vi ringrostiga? De flesta var inte det. Vi var många som besökt Stora Skuggan och underhållit våra färdigheter under sommaren. Andra dansade på rutin.

Dagens caller var Roland Danielsson. Som den erfarna och pedagogiske caller han är, kan det inte bli för mycket fel. Dagen innehöll allt från B35 till A2.

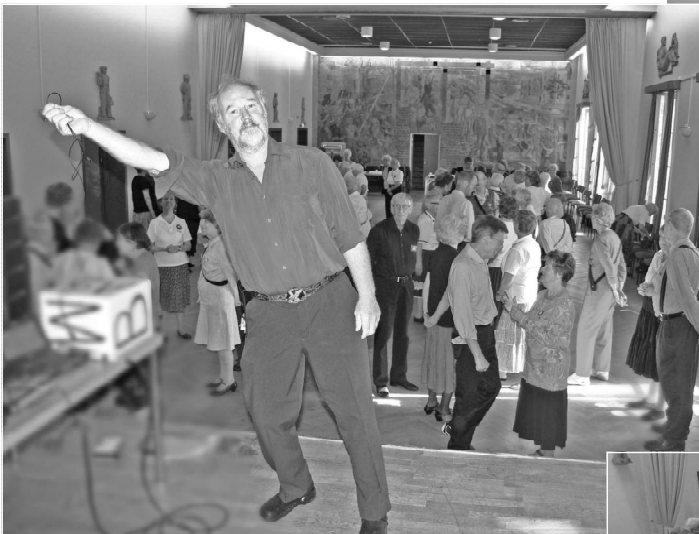
Vi som var nygraduerade fick flera tillfällen

Under stämman bjöds vi på fika vid långbord. Så kan man förena nytta med nöje.

Vi startade dansen klockan 13.00 och slutade klockan 16.00. Då hade leden glesnat något. Var det benen som strejkade eller var det kanske det vackra höstvädret som drog? Man vill ju hinna med så mycket som senior.

Efter den här dagen ser vi ännu mer fram emot en givande och rolig Mainstream-kurs i Kallhäll under hösten med Roland som ledare.

Anita Jonsson, Ulla Rondahl och Maud Westin



Roland Danielsson poserar inför första tippen.

att vila oss lite. Samtidigt kunde vi studera de mer avancerade dansarna.

En extra föreningsstämma rörande stadgeändringar hölls också i samband med Kick Off-dansen. Stämman var väl förberedd och de närvarande samtyckte till de nya stadgarna, som nu kan gälla från och med 2012.

Och så började då dansen...



Det bjöds även på kaffe, allt gratis!



Solig dansfestival i Solursparken

Vackert väder och mycket folk.

Stadsdelen Vällingby-Hässelby arrangerade en dansfestival på Parkens dag den 27 augusti. Från morgon till kväll visades danser av olika slag, bl a salsa, lindy hop, bugg, zumba, merengue. Seniorerna var inbjudna att uppträda med square-dans under 15 minuter.



Vår caller Roland Danielsson och dansarna bjöd på en strålande fin uppvisning. Roland sjöng och tjejerna hade sväng i kjolarna. Stora applåder från publiken fick vi.



Gugge

Squaredansseminarium i Arlandastad

Den 29-30 oktober 2011 anordnade SAASDC och SACT sitt årliga seminarium, denna gång i Arlanda stad. Vi var sammanlagt 68 deltagare från drygt 25 klubbar i landet. Elisabeth Malmström och jag deltog och representerade Seniorerna.

Temat för seminariet var "Back to Basic" och kunde tolkas på flera sätt, men en utgångspunkt var att antalet squaredansare i Sverige minskar, att det har varit svårt att rekrytera nybörjare och att medelåldern bland squaredansare har stigit betydligt sedan det hela började. Vi talade alltså mycket om hur vi ska få nya dansare, och om hur vi ska ta hand om dem som kommer, så att de fortsätter att dansa.

Vi fick väldigt många tips av olika slag, och

det var mycket intressant att höra andra klubbars erfarenheter. Det finns många klubbar i Sverige som är så små, att de har svårt att få ihop ens till ett par squarer. Vi i Seniorerna med alla våra medlemmar är lyckligt lottade, och vi har ju faktiskt hittills haft många nybörjare och graduanter. Konflikt hantering och gruppdynamik var också ett tankeväckande ämne.

En del av seminariet ägnades också åt Squaredansens historia i Sverige, och vi fick höra Peter Myhr och Inger och Gösta Thoreld berätta om hur de från olika håll införde squaredansen i Sverige i början av 1980-talet. Som underhållning på kvällen visades också några filmer från den tiden, då när vi alla var trettio år yngre.

Kerstin Söderling

Liv och lust på äldredagar i Söderort

Det kan bli mer dans för Seniorerna efter uppvisningarna på "Äldredagarna Liv och Lust", som Enskede-Årsta och Vantörs stadsdelsförvaltning anordnade i slutet av september. En av projektledarna sa att hon skulle tipsa andra stadsdelsförvaltningar om vår dans.

"Ni var ett lyft!" sa hon.

Det var på informations- och inspirationsdagarna för äldres hälsa och säkerhet, som vi dansade för alla de som ville titta på. Mellan sina "utrop" berättade callern även om squaredansens bakgrund och historia.

Efteråt lyckades vi med lite trugande även charma upp några åskådare på



Den 21 september visade vi upp oss i Årsta...



...och en vecka senare var det Rågsveds tur att få se hur man dansar squaredans.

"pröva-på-dans". Det blev två squarer vid varje tillfälle, blandat med oss själva, de äldre och personal.

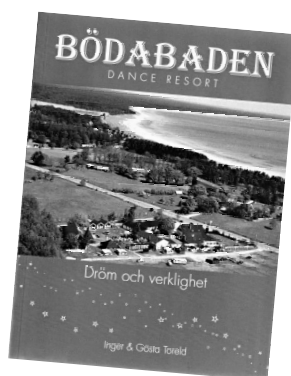
Inspirationsdagarna hade ett gediget program med föredrag, underhållning, utställare och aktiviteter för äldre personer boende i de båda stadsdelarna. Förutom Squaredansen kunde man även pröva på stavgång, sittgymnastik och qigong. Det bjöds även på sång och musik av Susanne Alvingren.

Birgitta Jansson

Med squaredans som livsverk

Inger och Gösta Toreld har skrivit en bok där de beskriver sitt livsverk att starta och genomföra squaredansaktiviteter på Böda under 20 år.

Boken omfattar 210 sidor med mängder av trevliga färgbilder och den beskriver alla vedermödor och all glädje med att skapa ett svenskt squaredanscenter.



Här finns det möjlighet att återuppleva glada squaredansdagar i Böda. Kanske en lämplig julklapp?

Vill du köpa ett exemplar så kontakta mig, Janne Gezelius, 0703-66 53 66.

Jag har signerade exemplar á 100:-

Callers på skolbänken

Callern är ju den som ska kunna allting oändligt mycket bättre än dansarna han ska leda. Men hur lär sig callern allt han ska kunna? Sven Malmskog har varit på callerseminarium och berättar.

Grand Square Inc (GSI) är en sponsrad ideell amerikansk organisation vars uppgift är att sprida kunskap om Square Dance runtom i världen. Det sker bl.a. genom att hålla årliga seminarier för förkovran av callers. Den åttonde Internationella Callerskolan gick av stapeln den 18-22 juli 2011 på St. Gertruds konferenscenter i Malmö. Vårdar var svenska GSI-representanterna Hanna Tennenbaum och Lars Olofsson från Energy Squares i Malmö.

Kurserna hölls av det amerikanska paret Deborah och Jon Jones tillsammans med sonen Vernon och tysken Walt Burr, alla med mångårig erfarenhet av callerutbildning. Elever var 20 callers med blandade kunskaper från nybörjare till sådana med lång erfarenhet. De flesta kom från Sverige men även Danmark, Frankrike, Tjeckien och Ryssland var representerade.

Eleverna delades upp i 3 grupper alltefter tidigare caller-erfarenheter. Tidsschemat var Måndag - Torsdag 9.00 till 21.00 samt Fredag 9.00 till 14.00, alla dagar med uppehåll för lunch och middag. Förmiddagarna ägnades åt teori med sådana ämnen som ledarskap, röstträning, mikrofonteknik,



Lars och Sven tillbaka i skolbänken.

dans, koreografi, singing call-teknik, etik, undervisning av dansare, showmanship samt metoder för att förbättra sig själv som caller.

Efter lunch var det dags för praktiska callerövningar med squarer bestående av medlemmar i gruppen, egna partners och inbjudna från Energy Squares. Efter middagen gick alla eleverna samman för gemensam dans där kursdeltagarna fick visa vad de lärt sig. De bedömdes av lärarna som sedan hade en genomgång med kommentarer på morgonen dagen därpå. Dessa var både nyttiga och tankvärda.

En kväll demonstrerade Vernon en tidig typ av square dance och en annan kväll lät Hans Krackau oss pröva på Kontradans.

Efter genomgången fick kursdeltagarna ett diplom som bevis för väl genomförd kursvecka. Den hade varit intensiv men lärorik. Man fick en liten inblick i hur proffsen lägger upp sina danser och inser nu vilket arbete våra callers lägger ned för att vi alla skall trivas på våra danser.



Vernon, John, Deborah, Hans och Walt.

Sven Malmskog

Vipsen och Squaredanslubben Seniorerna



Stora Seniordansen 2011: **Hög stämning på GIH**

Det var en härlig, lite kylig höstdag när jag tog min väska och sprang iväg till tåget. Det hade varit frost under natten, årets första. Soligt, klar och hög luft med en lätt vind som rörde om och ryckte i löven "faller ni ner eller ska jag ta i lite mer". Jag var på väg till GIH och Stora Seniordansen. Det kändes spännande och lite pirrigt, fast jag har varit på den dansen sedan 2007 och haft väldigt roligt varje gång.

Jämfört med många av deltagarna är jag ingen gammal squaredansare. Jag började på Basic-kursen 2006 på Mariahissen, en vacker luftig lokal med strålande utsikt över Stockholm. Därför är det extra roligt att få

dansa med dem som dansat länge och som har koll på alla call och på vilken plats man ska hamna. Att sedan både ovana och vana dansare gör lite fel ibland och man kan skratta åt det och fortsätta dansen, känns bara bra.

Jag kom tidigt men det var redan flera som kommit. Många stannade vid lotteribordet för att kunna vinna något att ta med sig hem. Det fanns mycket gott och fint på lotteribordet: sylt, torkad svamp, hembakt bröd, handsydd "dansmössa", m m. Sedan var det högvinsterna, de välfyllda korgarna. Eftersom lotteriståndet låg nära ingången så var det där man mötte och hälsade på



På lotteribordet fanns mycket gott och fint att vinna och ta med sig hem förutom högvinsterna, de vackra välfyllda korgarna.



Många linedansare ställde upp och dansade bl a till "Calypso Mexico", svängigt och medryckande.

alla bekanta. Det är så roligt att få träffa så många gamla kurskamrater och alla andra man haft kul med, på olika danser. Salen var dekorerad och caféborden uppställda och uppdukningen av kaffe, smörgåsar, bullar och kakor var i full gång och varmkorvgrytan på värmning. Under dagen var det en strid ström av deltagare som behövde fylla på energiförrådet.

Dansen började med presentation av ordförandena i Fyrklövern, ledare och diskjockeyns för Linedansarna samt våra eminenta callers: Roland Danielsson, Sven Andréason och Svante Jordeskog. Sedan berättade Gugge om hur förtjust hon blivit när hon följt ett linedanspass och bad om en liten uppvisning, innan de gick till sin sal.



Dansen började med presentation av diskjockeyns och callers samt av ordförandena i Fyrklövern.

Många linedansare ställde upp tillsammans med sin diskjockey, Helena Schoegje från Lucky Line och änglarna Giggi Wänqvist och Gittan Riis. De dansade till "Calypso Mexico", svängigt och medryckande. Vi squaredansare blev också inbjudna att delta i en workshop i linedance till "Mack the knife". för att få prova på.

Sedan var det full fart på dansen i alla tre salarna. Några break här och där men det mesta flöt fram "som en dans" och vi vandrade hemåt trötta och glada efter en riktigt trevlig dag.

Stora Seniordansen är Storstockholms största dans för seniordansare. Den startades av Ebba Carlquist 2003 som ett alternativ till Convention och arrangerades nu för nionde året i rad av Fyrklövern: Seniorerna, Panthers, Huddinge Square Swingers och Näsby Park Squaredancers. I år var det 339 dansare som sökte sig till Gymnastik- och Idrottshögskolan (GIH). Extra roligt var det att våra hedersmedlemmar Inger och Gösta Toreld kom liksom alla långväga gäster från Malmö, Jönköping, Tidaholm, Uppsala, Västerås och Nyköping.

Vid pennan Gunilla Ahlinder



Ingrid Wallin har dragit en högvinstlott och får välja bland de vackert dekorerade korgarna...



...och en förtjust Kerstin Söderling visar vad hon vunnit.



En strid ström av deltagare fyllde på energiförrådet med kaffe, smörgåsar, bullar, kakor och varmkorv.

Seniorveckor på BÖDABADEN även sommaren 2012!



Tack och välkomna!

Tack! Till er som var på Bödabaden denna sommar. Vi jobbade stenhårt för att kunna leverera en danssommarsommar som vi ville skulle bli en upplevelse fylld av Dansglädje. Allt har fungerat bra förutom restaurangen. Vi tycker detta är väldigt tråkigt och vi tar detta på största allvar vilket innebär att de som drev restaurangen i år INTE kommer göra det nästa år. Vi hoppas ni kommer att ge oss förymat förtroende nästa år. Dansprogrammet finns i sin helhet på www.dansgladjen.se samt publiceras i Square Info. De seniorveckor vi har ser ni nedan. Givetvis är alla seniorer lika välkomna på alla våra veckor. För att underlätta bokning av dans, boende och mat kommer allt detta skötas av Sofie Bemervik på Bödabaden.

Vi hälsar alla seniorer varmt välkomna till Bödabaden 2012

DANSGLÄDJEN AB & Sofie m personal

Jack Stefan Robert Richard

Vecka	Datum	Program	Callers
v 23 A	2/6 - 8/6	Squaredance Seniorvecka Basic	Svante Jordskog, Roland Danielsson
v 23 B	2/6 - 8/6	Squaredance Seniorvecka MS	Svante Jordskog, Roland Danielsson
v 24	9/6 - 15/6	Squaredance Seniorvecka Plus	Svante Jordskog, Calle Brunér
v 25 A	16/6 - 22/6	Squaredance Seniorvecka A1	Christer Bern, Calle Brunér
v 25 B	16/6 - 22/6	Squaredance Seniorvecka A2	Christer Bern, Calle Brunér

Under vecka 23 och 25 kommer morgondansen vara var för sig och på kvällen gemensam dans efter kaffepausen

Bokning av boende, dans och mat: Sofie Bemervik 0485-223 00, info@bodabaden.se

Mer information: www.bodabaden.se www.dansgladjen.se 070-530 45 67

Medlemsavgiften

Vid Squaredansklubben Seniorernas årsmöte 2011 fastställdes medlemsavgiften för år 2012 till

150:- för medlem med Seniorerna som moderklubb

och 100:- för medlem med annan moderklubb.

Vilka förmåner får du som medlem i Seniorerna?

- Du får möjlighet att förkovra dig på olika kurser och dansa på öppna danser.
- Du är försäkrad i Folksam under dansen och även vid resa till och från dansen.
- Du blir inbjuden till klubbens fester och danser där priset är starkt subventionerat.
- Du blir inbjuden att delta i klubbens resor, exempelvis Vårresan 2012.
- Du får vår klubbtidning Square Up med all information i tre nummer per år.
- Du kan bära Seniorernas badge och känna att du tillhör Sveriges största squaredans klubb för pensionärer.
- Du kommer att träffa många nya trevliga, intressanta, glada och positiva människor.
- Du får en styrelse som jobbar helt ideellt för att du ska känna glädje i squaredansen.

Squaredansklubben Seniorernas plusgirokonto för medlemsavgifter är 27 07 37 - 0.

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 dansvärdin eller någon ur styrelsen om detta.

Styrelsen



Gugga



Kerstin



Gunhild



Ragge



Pia



Gunnel



Elisabeth



Siv



Birgitta



Berit



Kurt

SQUAREDANSKLUBBEN SENIORERNAS STYRELSE 2011

Ordförande	Gunnel Gahmberg gugga.gahmberg@gmail.com	Rödbergsgatan 11 B 3 tr 113 33 STOCKHOLM	08-615 16 84 0707-19 08 55
Vice ordförande	Kerstin Söderling kerstin.soderling@telia.com	Lyckovägen 6 167 52 BROMMA	08-25 33 23 0707-97 64 07
Sekreterare	Gunnel Strandlund gunnel.strandlund@hotmail.com	Turbingränd 9 176 75 Järfälla	08-583 540 18 0703-65 60 37
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.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
Kursansvariga	Elisabeth Malmström stig.malmstrom@telia.com	Tacitusvägen 7 168 56 BROMMA	08-87 82 23 0705-38 54 90
" -	Kerstin Söderling	Se ovan	
" -	Siv Funck siv.funck@telia.com	Syrenparken 6 133 35 Saltsjöbaden	08-656 60 63 0705-52 25 63
Dansverksamhet, uppvisningar	Gunhild Behrens gunhildb@hotmail.com	Multrågatan 5 162 54 Vällingby	08-87 40 97 0702-81 85 06
	Birgitta Jansson birgittaj5@gmail.com	Backslingan 30 142 63 Trångsund	08-771 95 77
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.berg@telia.com I redaktionen:
Stig Malmström

Redaktör för vår hemsida www.seniorena.org Göran Berg
goran.berg@punkt.se 08-774 28 78

Ansvariga för distributionen av Square Up Olle och Gunnel Strandlund 08-583 540 18



Nybörjarkursen i Kallhäll 14/11: Se här så roligt det är att dansa Squaredans, fastän man är alldeles ny. Roland Danielsson lärde ut.



"Square up, folks..."



Roligt har vi!



California Twirl innehåller mycket gymnastik.

Allemande Left, i ett bildsvep, here we go...



Insamling till barnhemmet i Indien

Som många av er vet hade vi med en kruka på Stora Seniordansen där vi bad om bidrag till barnhemmet i Indien. Krukan fick även följa med till vår A2-kurs och höstdansen på Huddinge. Den innehöll 1545 kronor! Vi har glädjen att meddela att när vi reser ner tar vi med oss insamlade 3250 kronor som vi skall omvandla till bl.a. underkläder. När vi kommer hem skall vi redovisa vad pengarna räckte till. Tack!

Square Up nr 3 2011 sidan 20 Pia och Ragnar

