



Hamboringen

Föreningsaktuellt nr 4 2009

Ordförandens spalt



TACK!

Tack alla medlemmar i Dansföreningen Hamboringen för höstterminen 2009. Njut av uppehållet och välkomna tillbaka efter nyår!

2010 börjar med en stor begivenhet, Hamboringens 30-årsjubileum! Ett nytt historiebrev i Hamboringens verksamhet skrivs. Du som ännu inte köpt biljetter, gör det. Det blir en trevlig fest med god mat, dans och överraskningar!

I sista stund, precis när Kursprogrammet var klart (dock inte tryckt) kom beskedet att vi inte längre får vara kvar i Annebo. Vi får inte ha vare sig kurser eller kontor och förråd där.

Vad gäller kurslokal har det ordnat sig till det bättre. Buggen och linedansarna flyttar från Annebo till Gullberna Park. De större grupperna dansar i filmsalen och de mindre i gymnastiksalen. Se programmet. Var vi ska ha vårt kontor och förråd återstår att se. Återigen har föreningens lokalansvariga Göran Elgh och Christina Sjöberg fått en nöjdhetsknäcka.

I skrivande stund har jag inget nytt att meddela angående en mer beständig egen lokal för Hamboringen. Arbetet fortgår.

GOTT NYTT ÅR!

Håkan Flenhagen



Tomten Patrik Andersson är en av föreningens dansledare i bugg. Här på höstavslutningen, som lockade 85 buggare från nybörjar- och fortsättningskurserna.

Foto: Inge Isaksson

Välkommen till vårens kurser!

Kurserna startar söndagen den 10 januari.

Se bifogat kursprogram.

Här några förändringar och nyheter:

- Bugg och Linedance flyttar från Annebo till Gullberna Park, större grupper i filmsalen och mindre i gymnastiksalen!
- Linedance fortsättningsgrupp tidigareläggs till kl 18.00-19.30 i Gullberna gymnastiksal.
- Nybörjarkursen i foxtrot gör ett uppehåll, men planerar ny kurs till hösten.
- De som vill fortsätta dansa foxtrot är välkomna till Stuffa-kursen i Nättraby på måndagar kl 18.30. Föranmäl till Carina o Hasse tel 0457-334 33 el mobil 070-571 95 52. Jämna par eftersträvas.
- Gammaldanskursen på söndagar upphör. De som vill fortsätta är välkomna till gillesdansträffarna Nättraby Folkets Hus och Jämjö Folkets Hus på tisdagarna kl 19.00.
- Nytt är att Gillesdanser för barn startar en verksamhet i Ekegården, Nävragöl.
- Sång och danslekar, BUS, gör ett uppehåll pga dansledarbrist.
- Rounddance slår ihop två grupper till nivå IV-VI
- Linedance satsar på Workshop fyra gånger under terminen.
- Den dansfria veckan, vecka 8, har tagits bort.

REDAKTION

Dansföreningen
HAMBORINGEN

Maud Lexhagen, redaktör
Tfn 0455-202 29
Mobil 073-092 02 29
maud.lexhagen@telia.com

Inge Isaksson, layout
Tfn 0455-274 80
Mobil 070-246 79 25
045527480@telia.com

Håkan Flenhagen, ansv utgivare
Tfn 070-899 36 72
info@flenis.se

Nästa föreningsaktuellt
kommer ut under våren.
Manusstopp 15 mars.

Dansföreningen HAMBORINGEN
Box 6001
371 06 Karlskrona
Telefon 0455-260 60 (Kansliet)
E-post: info@hamboringen.org
Plusgiro 65 38 08
Bankgiro 400-5856
Org nr 835000-5420

STYRELSE

Håkan Flenhagen, ordförande
Ann-Sofie Jonsson, v ordf., kursplanering
Bengt Pettersson, kassör
Viveca Syrén, sekreterare
Göran Elg, medlemsregistrering samt
lokal o materialansvarig
Christina Sjöberg, lokal o materialansv.
Per-Olof Palhagen, utbildning o kursplanering
Maud Lexhagen, information/suppleant
Ingerd Andersson, kursplanering/suppleant

HEMSIDAN:

www.hamboringen.org

Tekniskt webbansvarig:
Ingmar Albinsson
Tel. 0457-263 66
Arb. 0455-756 20

Text o bilder till hemsidan skickas till
webbmaster@hamboringen.org

Hjälp till att hålla
hemsidan uppdaterad!

30 år med Hamboringen

Välkommen till Jubileumsfesten!

Middag, dans, spännande underhållning och överraskningar utlovas på Hamboringens 30-årsjubileumsfest. Den äger rum lördagen den 30 januari i Sparres gymnastiksal. Än kan du köpa biljetter!

Jubileumskommittén består av Carina Magnusson, Britt-Marie Salomonsson, Ulla-Britt Karlsson, Birgitta Lannersjö, Lennart Malm, Jan-Åke Samuelsson och Elisabeth Mårtensson.

Exakt vilka trevligheter som väntar avslöjar inte kommittén, det får bli en överraskning under kvällen, men här är några hållpunkter.

17.00 Samling och mingel

17.45 Till bords.

Tvårättersmiddag med förrett och huvudrätt. Lax eller fläskfile.

19.30 Dans till Ros-Maries orkester

21.30 Kaffe o tårta

22.00 Dansen fortsätter...

Biljetter

Biljetterna kan köpas på kurskvällarna, men kan också bokas hos Carina, 070-571 95 52 eller Britt-Marie, 0455-570 34. Pris 300:- .
Sista försäljningsdagen är söndagen den 17 januari 2010.

När du köper biljetterna bestämmer du också om du vill äta lax eller fläskfilé.
Vegetarisk rätt kan ordnas, säg bara till.

Välkommen

Jubileumskommittén

Hjälp till att göra Föreningsaktuellt och hemsidan aktuell

Förutsättningen för att göra Föreningsaktuellt och Hemsidan intressant och aktuell är att vi får in material från alla sektioner. Redaktionen har själva inte möjlighet att aktivt bevaka och skriva om allt. Vår uppgift är att sammanställa material som kommer in.

Det är därför upp till varje sektion att höra av sig till redaktionen med text och bilder. Alla, såväl ledare som dansare, är välkomna att skriva några rader och skicka bilder.

Föreningsaktuellt:

Kontakta Maud eller Inge, se red.rutan.

Hemsidan:

webbmaster@hamboringen.org

Årsmöte

Hamboringen har årsmöte lördagen den 6 februari 2010, Samlingslokalen Långö, kl 15.00. Se bifogad kallelse.

Vill du medverka i Redaktionen?

Tycker du om att skriva? Och/eller jobba redaktionellt?

Då är du välkommen att vara med i teamet för Redaktionen Föreningsaktuellt.
Kontakta snarast Maud eller Inge, se red.rutan.

Vill du bli dansledare för barn?

Susanna Malm och Birgitta Persson har lett barngruppen Sång och Danslekar i många år. De är båda uppskattade dansledare, som nu har slutat och föreningen behöver därför nya dansledare.

Är du intresserad att leda en barngrupp, kontakta Ann-Sofie Jonsson, tel 0455-19223.
Mailadress: ann-sofie.jonsson@karlskrona.se.

Färgstarkt och omväxlande när tre dansgrupper underhöll på Fregatten



Linedance

Förr i världen var Fregatten ett välkänt nöjesställe i Karlskrona. Det är det fortfarande ibland och Gillesdanslaget brukar gästspela där i olika sammanhang. Men häromkvällen var nästan hela Hamboringen där.

På inbjudan från äldreboendet Fregattens ledning och för de boende där dansade då folkdansarna, linedansarna och gillesdansarna. Det blev ett färgstarkt, medryckande och omväxlande 45-minutersprogram, där grupperna varvade sina danser.

Rune Persson från folkdansarna inledde med en presentation av Hamboringen. För det tekniska svarade Bengt Pettersson, gillesdansarna.

Följande danser framfördes: Rävlanda jubileumsschottis, Cajunpolka (gillet) Come dance with me (line), Karen Ann och Efraims vals (folkdans), Biggans blonda kapten, Bojak (gillet), It's a country thing (line), Födelsedagspolka (folkdans), Picnic polka (line), C-sons hambo, Hammarpolka (gillet), Pölsan (folkdans), Margaretapolkan (gillet).

Efter dansen bjöds vi på kaffe, och som sagt, det är ett nöjesställe där både vi och publiken hade väldigt trevligt.

Min och fleras uppfattningar är att det är roligt när vi är flera danslag på uppvisningar. Det visar Hamboringens bredd och gagnar även sammanhållningen inom föreningen.



Gille



Folkdans

Text: Bengt-G Lex

Foto: Bengt Pettersson



Samlat grepp på buggavslutning

Ett samlat grepp gjordes på buggavslutningen den 23 november, då deltagare från såväl nybörjarkursen som fortsättningskurser dansade tillsammans. Totalt hade 85 personer infunnit sig i Annebo.

– Det är positivt att alla fick träffas och dansa med varandra och vi hade mycket trevligt, säger dansledaren P-O Pahlagen. För nybörjarna var det bara att hänga med. Erfarna dansare hjälpte till och många fick pröva nya turer.

Dansarna bjöds på glögg och pepparkakor och långbordet i fikapausen var mäktigt. Dansledarna avtackades med julros och chokladkartong.

Byter lokal till Gullberna Park

Buggkurserna kommer i fortsättningen att hållas i Gullberna Park, Söderskår. Nybörjar- och fortsättningsgruppen dansar i

Filmsalen och steg 3 i gymnastiksalen.

– Det är helt klart en fördel med lokalbytet, konstaterar dansledarna. I båda lokalerna är det trägolv.

Vi hälsar alla våra dansare välkomna till våren!

Text: Maud Lexhagen.

Foto: Inge Isaksson

Buggledare på kurs

Helgen 9-10 januari kommer föreningens dansledare i bugg att åka på kurs. Det är en inspirationsträff som Svenska danssportförbundet arrangerar. Platsen är Hjortsberga utanför Alvesta. Totalt deltar ett 30-tal dansinstruktörer från Småland och Blekinge.

Dansledarna i Bugg våren 2010



Helen Ahlin och Per-Olof Pahlagen är dansledare för buggens nybörjar- och fortsättningsgrupp



Ann-Charlotte Heideman och Patrik Andersson är dansledare för buggens steg 3, teknik.

En hälsning från Carina och Hasse!



Carina och Hasse är mångsidiga dansledare. De behärskar såväl bugg och foxtrot som gillesdanser. Till våren leder de en ny stuffkurs

Söndagsgruppen har varit samma trogna gäng som tidigare år, men några par har vi saknat. Carina och Hasse tackar detta underbara gäng för trevliga danskvällar. Vi drar oss tillbaka som dansledare för denna grupp och hälsar dansarna välkomna till tisdagsgrupperna i Nättraby och i Jämsjö.

I Stuffkursen i Nättraby folkets hus har det varit nio jämna par som kämpat med foxtrot, bugg och gammaldans. De har lärt sig flera variationer i foxtrot och i bugg. De har också kämpat på bra med schottis, vals, hambo och svingen. Vi har alla haft mycket trevligt och det har varit svårt att sluta i tid om kvällarna.

Vi kommer att påbörja en ny nybörjarskurs Stuffa i januari månad. Anmälan senast 8 januari till Carina, tel. 0457-33433.



Carina visar två av sina elever handfattning i bugg.

Text: Carina Magnusson, Foto: Inge Isaksson

En annorlunda dansavslutning "Skavlan"-prat och "gäster med gester"



Vem föreställer Bengt? Jockmocks-Jocke så klart

Bengt gillar fiske och nyblivne pensionären Lisbeth gillar att städa och pyssla hemma. När de inte planerar dans förstås. Det bland annat fick vi veta när Bengt-Göran Lexhagen bytte skepnad till "Skavlan" och ställde våra dansledare i "mot väggen" vid tisdagsgruppens gillesdansavslutning i Nättraby.

De båda träffades en gång på dans på danslogen Abrahamshult, dit Lisbeth från Kosta inte alls hade tänkt sig att åka. Det var en ren slump att hon för dit. En lyckad slump, speciellt för oss gillesdansare. Och för Bengt också förstås.

Båda har ett genuint dansintresse, som de började odla i unga år. De behärskar foxtrot, bugg och gillesdanser. Lisbeth inledde sin gammaldanskarriär i Hov-



Det var en hel del vi fick veta när Bengt-G Lex intervjuade Bengt och Lisbeth.

kultisarna dansarna och Bengt har varit hamboringare nästan från det att Hamboringen bildades.

Bengt och Lisbeth är ett trivsamt par och att de dessutom är hejare på "gäster med gester" fick vi också bevittna, när de ställdes mot varandra och skulle föreställa olika kända figurer. Snabbt som ögat avslöjade de varandra. Vi kunde konstatera att Bengt och Lisbeth inte bara är samdansade, de kan bevisligen också läsa varandras tankar. Vilket radarpar!

En annorlunda dansavslutning, som roade. Vi får väl se vad Bengt-G Lex hittar på till nästa gång.

*Text: Maud Lexhagen
Foto: Inge Isaksson*



Gillesdans ger glädje och motion för såväl kropp som knopp.

Dansare i Far: Vi klarar vardagen bättre!

Ökat självförtroende, bra motion, träning, social samvaro och glädje. Det är några av synpunkterna från deltagarna som dansar Lätt Linedance inom ramen för Fysisk Aktivitet på Recept (Far).

Så här tycker några av dansarna.

Lars och Gull-Britt Johansson:

– Vi har haft motion på recept, dvs. linedance anpassad till oss, under 5 år. Varje vecka får vi en bra motion, som gör att vi klarar vår vardag på ett mycket bättre sätt. Rekommenderas verkligen.

Gun-Britt Holst:

– Träffarna ger både träning och social samvaro, med kaffe och trevlig pratstund.

Ann Norén:

– Jag tycker att det är kul, för vi som dansar är i olika åldrar och vi dansar i lugn takt. Mitt självförtroende har stärkts sen jag började dansa.

Eva Melkersson:

– Som dansledare på Far tycker jag att det är jätteroligt att ha sådana bra dansare. Vi skrattar och har så roligt. Önskar gärna att fler vill prova på detta.



Det är många fördelar med att dansa Lätt linedance inom ramen för "Fysisk aktivitet på Recept" (Far). Men kursen passar också andra som behöver ett lättare rörelseprogram. Här några av Hamboringens dansare: Fr v Meg Lander, Eva Melkersson, Per-Olof Palhagen, Lars Johansson, Gull-Britt Johansson, Ann Norén och Gun-Britt Holst.

Det här är Far: "Fysisk aktivitet på recept"

Sedan några år erbjuder Hamboringen "Fysisk aktivitet på recept", Far. Det innebär att man dansar "Lätt Linedance". Programmet är anpassat för dem som fått recept från läkare eller sjukgymnast.

– Men även andra som behöver ett lättare rörelseprogram med koordination och benstamp, vilket är bra mot benskörhet, är välkomna, säger Per-Olof Palhagen, som har varit engagerad i verksamheten sedan start.

Gruppen dansar på måndagar mellan kl 10.30 -12.00 i lokalen på Långö.

Dansledare är Eva Melkersson.

– Vi dansar på linje och utför olika danssteg framåt/bakåt/sidled och med vändningar. Det ingår även fotstamp och handklapp, förklarar Eva.

Kan vem som helst delta?

– Det förutsätter att man har god balans, d v s klarar gång utan gånghjälpmedel samt klarar att gå i trappor.

Hur ansträngande är det?

– Kan jämföras med rask promenad. Främst benrörelser, men även liten rörelse med armarna kan förekomma.

Vill du veta mer?

Kontakta Eva Melkersson, tel 0455-57687 eller Per-Olof Palhagen, tel 0455-330380, 0709-322177
Mailadress: per-olof.palhagen@hotmail.com

Biljetter till jubileumsfesten

Biljetter till jubileumsfesten köper du hos dansledare.

Kan också bokas hos, Britt-Marie tel 0455-57 034 eller

Carina tel 0457-33433, el 070-5719552

Tala då om ifall du vill ha lax eller fläskfilé. Eller om du vill äta vegetariskt.

Boka senast den 17 januari.

ANNONS Dansskor säljes

Buggskor, platta, svarta, stl 38
obetydligt använda, 100:-

Dans-Sneakers, "Anniel Sport"
stl 38, oanvända, 200:-

Kontakta Maud
Tel 0455-20229
Mobil 0730-920229

USA-diplom till Birgitta och Åke Gramh för rumbadans



En glad överraskning med posten!

Ibland blir man glatt överraskad när man öppnar brevlådan, den fysiska alltså. Häromdagen damp det ner ett stort gult

kuvert i vår brevlåda. Från USA minnsann. Det innehöll ett diplom till Åke & Birgitta Gramh från Minnesota Round Dance Council. Vår dans "Dance with me darling" hade blivit vald till Jan-Feb 2010 Round of the month". De tackar och gratulerar till att vi har skrivit en sådan fin dans.

Historien är den att vår vän och dansare Elisabeth Mårtensson kom en dag med en CD och bad Åke skriva en dans till "Vertical expression of horisontal desire" med Bellamy Brothers. Sagt och gjort, det blev en fin rumba, som uppskattas av de svenska dansarna och nu även av dansare över there.

En glad överraskning i decembermörkret!

Text: Birgitta Gramh Foto: Inge Isaksson



Birgitta och Åke Gramh är Hamboringens dansledare i rounddance.

Nu har de fått diplom från Minnesota Round Dance Council.

Rounddance på högsta nivå

Inom rounddansen dansar vi, liksom inom både squaredance och linedance, på olika nivåer, lite beroende på hur länge man har dansat. Hamboringens rounddansare har nått till den högsta nationella nivån och därmed också till en mycket god europeisk nivå.

Vi är fem par i Hamboringen som brinner för den här dansformen och tycker om de utmaningar som resulterar i danser på phase IV, V och VI.

För att få vårt lystmäte stillat kallade vi till Högnivådans en helg i november. Resultatet blev att det kom ytterligare fem par från Mälardalen och Skåne.

Dansen ägde rum i Lyckeby Medborgarhus, som har ett jättebra dansgolv och bra vid-sidan-om-utrymmen.

Vi startade på fredagen kl 10 och slutade på söndagen kl 13. Självklart hade vi lämpliga mat-, fika- och sovpauser.

Vi varvade workshops med s k önskedanser och dansade till inspelat material nästan hela tiden.

Resultatet blev mer eller mindre omfattande utlärnning av 9 st danser, samt att vi dansade 62 st önskedanser.

När fötterna sa ifrån och huvudena kändes fullstoppade med nytt material samlades vi för after party hos oss i Rödeby. Åke fyllde år så vi passade på att fira

honom. Samtidigt planerade vi för kommande träffar.

Det vi nu har att se fram emot är Nyårsdans i Osby och Högnivådans i Hallstahammar i februari.

I mars kommer Hamboringens Rounddansare att arrangera Rounddansförbundets Convention och då förväntar vi oss ett 60-tal dansare hit från hela Sverige. Den dansen kommer att äga rum i Gullberna Park, Filmsalen och Oscarsvärm II.

Text: Birgitta Gramh

European Squaredance Convention 2010

European Squaredance Convention arrangeras vartannat år av de olika europeiska förbunden. Nästa år arrangeras detta i Karlstad av Svenska Square-dansförbundet.

Eftersom det även kommer att bjudas på rounddans i arrangemanget finns Svenska Rounddansförbundet med som "konsulter". Dom som borgar för att dansen blir i toppklass är 12 callers och 6 cuers från Europa.

Hamboringen står med en av Sveriges bästa callers, Christer Bern och en av Sveriges bästa cuers, Åke Gramh. Här har jag kanske blivit lite jävig, men håller ni inte med? Det blir säkert ett topparrangemang i Karlstad den 18-20 juni 2010 med både squaredans och rounddans på programmet. Om du inte

har anmält dig än, gör det!
Se www.europeanconvention2010.org
Vi ses i Karlstad!

*Text: Birgitta Gramh
Foto: Inge Isaksson*

Hamboringen står med en av Sveriges bästa callers, Christer Bern (bilden) och en av Sveriges bästa cuers, Åke Gramh (bilden ovan).

Enkelt förklarar är en "caller" den som leder square-dansen och en "cuer" den som leder rounddans.



Smått och gott på dansledarträff



Ugglekören från Musikugglan sjöng med bravur och känsla både julsånger och moderna låtar. Det var ett uppskattat inslag vid dansledarträffen.

Årets sista dansledarträff hölls torsdagen den 3 december i lokalen på Långö. Vi samlades runt glögg och pepparkakor med julmusik därtill.

Information hölls om kursschemat för vårterminen och med de förändringar som är gjorda. Lokalfrågan togs upp, bl a att vi inte längre får vara kvar i Annebo.

Frågan om dansledarearvode resp. reseersättning diskuterades, när nya förslag från styrelsen lades fram.

Därefter vidtog kvällens överraskning "Ugglekören" från Musikugglan, som för kvällen bestod av 25 st barn i sjuårsåldern. De sjöng såväl vackra julsånger som moderna låtar och det var mycket stämningsfullt och fint. Som tack fick de sedan vandra hem med en korg, fylld med julgodis.

Ett uppskattat inslag som gick hem hos både oss och barnen.

Sedan serverades "Janssons", prinskorv, köttbullar och julmust samt kaffe med Aladdinchoklad.

Ett lotteri med många vinster var också till förnöjelse och kvällen avslutades med långdans till julmusik.

Vi säger tack för denna termin och väl mött igen till vårens kurser.

*Text: Ingegerd Andersson.
Foto: Inge Isaksson*

Dag för dag

Söndag	10 jan	Kursstart.
Lördag	23 jan	Rounddance, kl 16-18, Långö.
Lördag	30 jan	Jubileumsfest se sep annons
Lördag	6 febr	Årsmöte. Se bifogas kallese.
Tisdag	9 febr	Samdansning i Gille. Plats Jämjö Folkets Hus kl.19.00-21.00.
Fre-lö	5-7 mars	Riksmöte Swedish Rounddance Association, Gullberna Park
Tisdag	9 mars	Samdansning i Gille. Plats Nättraby Folkets Hus kl.19.00-21.00.
Lördag	17 april	Rounddance och graduering, kl 16. Plats meddelas senare.
Onsdag	14 april	Rounddance träning inför Dansens Dag, kl 18.30-20-30, Långö
Onsdag	21 april	Rounddance träning inför Dansens Dag, kl 18.30-20-30, Långö
Onsdag	28 apr	Rounddance träning inför Dansens Dag, kl 18.30-20-30, Långö

För aktuell information kolla hamboringen hemsida: www.hamboringen.org

SAMDANSNING i Gilledanser



Jämjö Folkets Hus

Tisdagen 9 februari 2010
kl 19.00-21.00

Nättraby Folkets Hus

Tisdagen 9 mars 2010
kl 19.00- 21.00

Tag med fikakorgen
Birgitta o Britt-Marie
Bengt o Lisbeth

Alla är varmt välkomna

*Ge glädjen en chans -
bjud upp till dans!*

