



Kurs i danser från Hede



Ta chansen att lära dig några **härliga danser från Hede**. Dessa danser kommer att vara diplomdanser under polskmärkes-uppdansningen i Östersund 2018. Danserna vi får lära oss är **Bakmes efter Per Backman, Bakmes efter Helmer Persson, Ringländer, Bakmes till polkett, Småvals, Stigvals, Snurrvals, Sicksackschottis och Stigschottis**. Dessa danser är mycket omväxlande, användbara & roliga och några av danserna utmanar dig på ett speciellt sätt som du kommer att märka om du deltar i kursen. Instruktörerna heter **Els-Mari Frisk & Per Olof Pettersson**.

Els-Mari Frisk från Östersund har undervisat med Per Olof på många olika danskurser i Sverige. Hon är involverad i Polskdanskommittén för Jämtland-Härjedalen. Els-Mari fick sitt stora silver 1997. Hon är också dansledare och instruktör i Östersunds folkdansgille.

Per-Olof Pettersson från Gällö är folkdansare och skogsbonde. Han har sina rötter i de jämtländska danserna och började dansa folkdans och polskor i slutet av 70-talet. Han gick ett flertal kurser för Göran & Inger Karlholm. Han har haft en god kontakt med dem genom åren och därigenom lärt sig dessa danser. Per Olof tog stort silver 1991, fortsatte sedan att hjälpa andra till olika märken och har hittills dansat upp minst 50 olika polskor. Han är aktiv som dansledare och instruktör i Östersunds folkdansgille. Per Olof blev invald som suppleant i bedömningsnämnden 1999 och är ersättare för Ewa Englund.

Denna danskurs ingår i **Samspelshelgen**, ett större evenemang du kan läsa mer om i länken nedan.

www.medelpadsfolkmusikforbund.se/samspelshelgen-2017

Var?	Sidsjö Hotell, Sundsvall www.sidsjohotell.se
När?	21 oktober 2017 Samling kl. 09.30 för upprop & betalning. Kursen håller på till ca 16.30
Pris?	250 kr/person. Lunch, fika & middag kan köpas på plats. Ta gärna med jämna pengar till deltagaravgiften eller betala med Swish på plats.

Anmäl er senast den 19 oktober på www.knatofs.eu
Du som inte har tillgång att anmäla dig via internet kan anmäla dig på telefon till Lelle Jonsson 070-413 22 62 eller Marlene Jonsson 070-203 38 42

Detta är ett samarrangemang mellan Svenska Folkdansringen i Medelpads distrikt & Medelpads Folkmusikförbund

