



Välkommen till Mälparingen. Vi är en dansförening som dansar polskor från olika delar av landet. De kvällar det är instruktion får du tips av kunniga instruktörer hur du kan förfinas din dans eller lära dig en polska du inte kan. De kvällar det är bara dans får du träna på det du har lärt dig. Då finns oftast några dansare som kan visa de polskor som dansas om du skulle behöva lite hjälp att komma ihåg något.

Vi dansar på fredagar klockan 19.30 - 21.50 i Hägerstensåsens medborgarhus. Medlemmar 40 kr, gäster 60 kr stud 20 kr (medlemskap 300 kr/år 150 kr/halvår pg 582855-3 ). Kaffeservering finns.

## **Mälparingens Dansprogram hösten 2016** (se hemsidan [www.malparingen.se](http://www.malparingen.se))

### **16/9 Orsapolska**

Torbjörn Sjöberg och Yvonne Hansen instruerar Orsapolska och polska från Ore. Spelar denna kväll gör Gunnar och Ulf från Gamla Enskede Spelmän.

### **25/9 Danskväll med Lena och Mårten Hellqvist**

Det blir en hel kväll fylld av Orsa, Rättvik och andra polskor huvudsakligen från Dalarna till suverän musik.

### **30/9 Mellparing och Gimdalen (senpolska från östra Jämtland)**

Helen och Stig Eriksson vägleder oss i den fina senpolskan där damerna numera inte behöver sväva i luften. Schottisen från Jämtland som nästan heter som föreningen underlättar nog lärandet.

### **7/10 Finnskogspols**

Lisa Hägglund och Anders Gustafson återkommer, den här gången med Finnskogspols som de är så bra på att visa.

### **14/10 Rättvikspolska och Springdans från Hadeland**

Margareta och Leif Virtanen kommer med sin fina tolkning av polska från Rättvik. Vi får dessutom dansa springdans från Hadeland som passar bra till lite snabbare musik som Röros. Gamla Enskede Spelmän spelar till.

### **21/10 Danskväll med Skogberga harding fiddlers**

Det blir mest Rörospols, men lite andra olika danser också

### **28/10 Polska från Boda och polska från Orsa**

Bengt Mård och Britt-Mari Westholm lyfter fram karaktärerna och likheter och skillnader i de här polskorna. Gamla Enskede spelmän spelar till.

### **4/11 Ingen dans pga Allhelgonahelg**

### **11/11 Polska och polka från Kall samt någon mer dans**

Camilla Olsson och Magnus Mårtensson visar danserna från Kall och någon överraskningsdans. Andreas Idh spelar.

### **18/11 Danskväll med Knapp Karin och Knapp Britta.**

De spelar dalapolskor som Bingsjö och Rättvik och andra danser t ex schottis och vals, men framför allt är de, som alla vet, Bodaspelmän. Kom och dansa och njut av deras härliga Bodaspel.

### **25/11 Hälsingedanser**

Tore Andersson kommer tillbaka med några danser från Hälsingland. Det blir flera olika danser beroende på vad vi hinner och orkar. Gamla Enskede Spelmän spelar den här kvällen också.

### **4/12 Danskväll med Stockholms spelmanslag.**

Vi avslutar höstens danser traditionsenligt tillsammans med Stockholms spelmanslag och dansar alla danser som vi haft instruktioner på under hösten samt några till.