



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 förfina 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 för det mesta på fredagar klockan **19.00 - 22.00** i Hägerstensåsens medborgarhus. Medlemmar 60 kr, gäster 100 kr (medlemskap 450 kr/år, pg 582855-3).

## **Mälparingens Dansprogram hösten 2023**(uppdateras på hemsidan [www.malparingen.se](http://www.malparingen.se))

**Håll koll på hemsidan efter eventuella förändringar i programmet.** Vi förutsätter att alla är vaccinerade och symptomfria.

### **15/9 Danskväll med Kollijox. Gemensamt med Polskedansarna**

Inled hösten med att dansa polskor och lite gammaldans till Kollijox härliga musik

### **22/9 Bodatema**

Höstens Bodainstruktion för alla som vill utveckla sin Bodapolska och även dansa någon mer dans från Boda. Margareta och Leif Virtanen instruerar och Lena Vik Iggendal och Gunnar Iggendal spelar.

### **29/9 Dansa danser t ex Sönderhoning samt Odinas bakmes**

Karin och Ellge instruerar ev till levande musik.

### **6/10 Polska från Klarälvsdalen och Mazurka från Östmark samt någon lugn dans**

Stig och Helen Eriksson guidar oss i dessa värmländska danser

### **13/10 Danskväll**

Lena och Märten Hellquist, Maria Ehrman och Bengt Mattson spelar polskor efter eget val.

### **20/10 Inställt Medborgarhuset har lokalen**

### **21/10 Danskurs med Margareta och Leif Virtanen i Stjärnhov Se särskild inbjudan**

### **27/10 Föllingedanser tillsammans med polskedansarna**

Beret Bertilsdotter delar med sig av sitt kunnande. Missa inte det här tillfället att få träffa Beret som varit med och upptecknat Föllingedanserna. Agneta Wiberg spelar.

### **3/11 Hälsingedanser**

Stina Malmberg instruerar några favoriter och några nya danser från Hälsingland. Spelar gör Lena och Gunnar.

### **10/11 Inställt Medborgarhuset har lokalen**

### **17/11 Inställt Medborgarhuset har lokalen**

### **24/11 Danskväll med Knapp-Britta och Knapp-Karin**

### **1/12 Polska och bakmes från Kall och Hambo från Oviken**

Anneli och Mikael instruerar dessa trevliga jämtlandsdanser och Lena och Gunnar spelar till.

### **7/12 Julavslutning tillsammans med Polskedansarna. OBS Torsdag**

Det blir glögg och pepparkakor, konsert och dans. Micke Löfroth med vänner spelar. Förhöjd kvällsavgift med 30 kr och då ingår kaffe och lussebulle i pausen.

Mälparingen i samverkan med Kulturens.