



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 som regel på fredagar klockan **19.00 - 22.00** i Hägerstensåsens medborgarhus. Medlemmar 60 kr, gäster 100 kr, stud 50 kr (medlemskap 450 kr/år, pg 58 28 55 - 3). Kaffeservering finns. **Drop in-dans från 19.00. Instruktionen börjar 19.30.**

Mälparingens Dansprogram våren 2023 (uppdateras på hemsidan www.malparingen.se)

Håll koll på hemsidan eftersom det kan förekomma ändringar i programmet.

Vi förutsätter fortfarande att alla är fullvaccinerade och symptomfria.

13/1 Tjugondag Knut! Danskväll gemensamt med Polskedansarna

Stockholms spelmannslag spelar och vi dansar ut julen med polskor och någon gammaldans

20/1 Föllingedanser

Den här kvällen dansar vi några vanliga och några mindre vanliga danser från Föllinge tillsammans med Stina Malmberg. Anders Hällström spelar.

27/1 Orsapolska och polska från Södra Dalarna

Våra instruktörer från i höstas Annelie och Mikael Nordin, kommer och dansar Orsapolska och Polska från Södra Dalarna med oss. Spelmän den här kvällen är Gunnar och Lena Iggendal.

2/2 Danskväll gemensamt med Polskedansarna Täby spelmannsgille spelar OBS Torsdag

10/2 Danskväll gemensamt med Polskedansarna. Årsmöte i pausen.

En kväll med polskor från olika landskap med Bengt Mattson, Maria Ehrman, Lena och Mårten Hellquist.

17/2 Hambopolska från Södra Dalarna och Trampvals

Tillsammans med Margareta och Leif Virtanen tar vi oss an de här danserna. Spelar till gör Lena och Gunnar Iggendal.

24/2 Inställt av medborgarhuset. Dansa gärna med Polskedansarna på torsdagen den 23/2

3/3 Bodapolskor och Rättvik

Stig och Helen Eriksson ser till att vi får riktigt flyt i den härliga Bodapolskan till danskvällen den 10/3. Lite Rättvik ska vi också hinna med. Gunnar och Lena Iggendal spelar den här kvällen också.

10/3 Danskväll med Knapp Karin och Knapp Britta

Nu kommer de tillbaka och spelar en hel kväll med härliga Bodapolskor och lite andra danser.

17/3 Inställt av medborgarhuset. Dansa gärna med Polskedansarna på torsdagen den 16/3.

18/3 Danskurs i Stjärnhov med Margareta och Leif Virtanen. Se särskild inbjudan.

24/3 Danser från Hälsingland

Vi upprepar höstens uppskattade Hälsingekväll tillsammans med Stina Malmberg. Det blir några danser från hösten och några nya danser. Spelman den här kvällen är Micke Löfroth.

31/3 Inställt av medborgarhuset. Dansa gärna med Polskedansarna på torsdagen den 30/3

14/4 Bakmes, hambovals och polska från Särna och Baklängeshambo från Svartnäs

Ewa och Tommy Englund kommer och visar de här danserna. Spelmän är Bengt Mattson och Maria Ehrman.

20/4 Danskväll och traditionell kakbuffé gemensamt med Polskedansarna. OBS! Torsdag

Knapp Karins tvättstugegäng spelar och det är förhöjd kvällsavgift med anledning av kakbuffén.