



Mälparingens Dansprogram våren 2025

Vi dansar på fredagar klockan **19.00 - 22.00** i Hägerstensåsens medborgarhus.
Drop in-dans från 19.00. Instruktionen börjar 19.30. Kaffeservering finns.
Kvällsavgift: Medlemmar i Mälparingen 60 kr, gäster 100 kr, studerande 50 kr.
Medlemskap 450 kr/år, pg 58 28 55 - 3.

Håll koll på hemsidan www.malparingen.se eftersom det kan förekomma ändringar i programmet!

10/1 Danskväll tillsammans med Polskedansarna

Kolljox spelar olika polskor och lite gammeldans.

17/1 Bodapolska och Polska från Rättvik

Stig och Helen Eriksson instruerar till spelmännen Gunnar Iggendal och Lena Vik Iggendal.

24/1 Hamburska, Skuvpolska från Västmanland och Gruvslunga (polkavariant)

Ellge och Karin instruerar i första hand den mjuka "nigburskan". Skuvpolska är en enkel och lite annorlunda polska. Helena Rabe spelar nyckelharpa.

31/1 Polska och bakmes från Kall och Mattmar med dansteknik högerpolskor

Leif och Margareta Virtanen instruerar. Gunnar och Lena står för musiken.

7/2 Skånsk menuett och Svingedans / Årsmöte i fikapausen

Björn och Elisabeth Brickstad instruerar till musik av spelmannen Eivor Erkas.

14/2 Tema Södermanland, favorit i repris

Bert Persson visar och berättar om den sörmländska slängpolskan till musik av Christina Frohm.

21/2 Inställt av Medborgarhuset

22/2 Lördag! Danskurs i Stjärnhov med Leif och Margareta Virtanen. Se separat inbjudan!

28/2 Danskväll

Vår fina danskvartett Mårten, Lena, Bengt och Maria spelar med lite "övervikt" på dalapolskor.

7/3 Hälsingedanser: Polska från Bergsjö, Gammalpolska från Rogsta, Hambo med vals från Järvsö

Stina Malmberg och Mari Siim instruerar och Micke Löfroth spelar fiol.

14/3 Danser från Oviken, bl a Stigvals och bakmes till polskmelodi samt hambo

Kvällens instruktörer är Ewa och Tommy Englund och spelman är Micke Löfroth.

21/3 Springar från Vossestrand

Ikväll får vi prova på Springar från Vossestrand med Ami och Håkon Dregelid och spelmannen Olof Misgeld. Håkon kommer från Vossestrand. Det krävs inga förkunskaper.

28/3 Polska från Orsa och Polska från Älvdalen

Micke och Anneli Nordin visar den rätta karaktären i dessa danser till musik av Mårten och Lena.

4/4 Repetitionskväll – Vi dansar danser som vi fått instruktion i under våren

Margareta och Lars dansar före ett varv till hjälp för minnet, varefter alla dansare "hakar på". Mårten och Lena står för musiken.

11/4 Danskväll

Bodaspelmännen Knapp Britta och Knapp Karin spelar Dalapolskor och några gammeldanser.

25/4 Gemensam danskväll med Polskedansarna och traditionell kakbuffé

Förhöjd kvällsavgift med anledning av kakbuffén. Se även Polskedansarnas program!

Fredag 10/1 och fredag 25/4 arrangeras gemensamt av Mälparingen och Polskedansarna. Dessa kvällar är kvällsavgiften densamma oavsett i vilken av föreningarna man är medlem.