



God fortsättning på det nya året!
Hoppas ni har haft sköna helgdagar
och nu är ordentligt danssugna.
Välkomna tillbaka till ett nytt
dansår med Gåsasteget! /Catarina

Lunds Dansklubb Gåsastegets klubbtidning Gåsabladet kommer ut fyra gånger per år.

Välkomna till årets första tisdagsträning!



Tisdagen den 20 januari 2009 börjar våra populära tisdagsträningar igen. Vi dansar denna kväll till levande musik från det eminenta bandet Buckaroos, som ska spela för oss. De har spelat tillsammans ända sedan 1984, då en av medlemmarna lämnade

Wilmer X och startade Buckaroos. Vi håller denna kväll till på Kårhuset, kl 19.00-22.00, och i inträdet som för kvällen är 20 kr för medlemmar och 40 kr för icke-medlemmar ingår även fika. Det är ingen föranmälan, bara kom dit! Välkomna!

Kursprogram

Med detta nummer av Gåsabladet följer ett kursprogram med vårens utbud av kurser. Ta en titt och anmäl dig till någon inspirerande kurs! Vänta inte för länge – vissa kurser blir snabbt fullbokade!

Ska du sitta vakt i vår?

Om du har fått en vaktlista med ditt Gåsabladd, innebär det att du har fått förtroendet att sitta vakt vid en av tisdagsträningarna i vår. Har du förhinder så vore det bra om du själv försökte byta med någon annan. Har du frågor kan du ringa Sven Persson på 0413-55 50 81.



Årsmöte

Alla Gåsastegets medlemmar kallas härmed till klubbens årsmöte, som kommer att äga rum på Vippan tisdagen den 17 mars 2009 kl 18.30-20.00. Vill man lämna motioner till årsmötet, ska dessa vara styrelsen tillhanda senast den 17 februari. Efter mötet blir det vanlig tisdagsträning till kl 22.00.

Vill du arbeta i Gåsastegets styrelse?



Under de senaste åren har klubbens medlemsantal ökat kraftigt, vilket vi får se som en bekräftelse på att verksamheten ligger rätt i tiden. Med ökande verksamhet följer mer administrativt arbete. Eftersom Gåsasteget är en ideell organisation sköts allt föreningsarbete på frivillig väg. Ett flertal personer i styrelsen har dubbla uppdrag. Det gick bra när klubben hade färre medlemmar

men är inte längre praktiskt möjligt. Skall inte dessa aktiva eldsjälur slita ut sig, måste fler personer engagera sig i klubbverksamheten.

Vår nuvarande kassör, Karin Jörlöv, är en av dessa hängivna personer som skall sovra i sina uppdrag. Hon lämnar kassörsjobbet vid föreningens årsmöte 2009. Klubben söker nu en ny kassör, eller en kassör och en kassörsassistent. Kassörsposten är ett förtroendeuppdrag som ingår i klubbstyrelsen. Du kommer att arbeta tillsammans med personer med stort engagemang för klubben. Kassören skall formellt inte tillträda förrän vid årsmötet 2009, och det är dessutom tänkt att du skall arbeta tillsammans med Karin Jörlöv under vårterminen för att sätta dig in i alla arbetsuppgifter.

Tycker du att detta låter som en stimulerande utmaning? Ta då kontakt med undertecknad! Du kan även kontakta Karin Jörlöv eller ordförande Bengt Linné. Du hittar telefonnummer och e-postadresser till berörda personer på Gåsastegets hemsida eller här i Gåsabladet./ Gåsastegets valberedning genom Torbjörn Magnusson, telefon 046-12 24 31 (hem) eller 046-222 93 96 (arbete)

Tävlingsupptakt

Tävlingssektionen anordnar uppstartsträning med Thomas och Ulrika tisdagen den 27 januari, kl 19.00-21.00, på Kårhuset. Träningen är öppen för alla dansare som har löst tävlingslicens för 2009, och den är gratis. Thomas och Ulrika kommer också att berätta det senaste från domarseminariet som har varit, förutom att ge oss god träning. Tävlingssektionen önskar samtliga danspar lycka till inför säsongens tävlingar. Vi hoppas att alla klubbens tävlingspar ställer upp i DM: låt oss göra DM i Vollsjö till en intern Gåsastegs-tävling! Tommy

Intresserad av UDB?

Vill du gå Utveckla din bugg i vår? Då måste du dansa upp för någon av ledarna, som håller i kursen. Vissa kriterier måste uppfyllas, t.ex. måste du kunna dansa i takt till 160 bpm. Damerna måste klara att göra tre friturer åt höger i rundbugg. Herrarna måste klara tre dubbelsnurrar efter varandra, samt att föra damturer både i linjebugg och rundbugg och att föra promenader. Har du frågor eller vill du dansa upp? Kontakta Björn på bjorn.a.akesson@hotmail.com eller på telefon 046-12 61 28.

Balboa



Vårens minikurs kommer att vara i Balboa. Ingrid Gydmer och Finn Lindgren kommer att lära oss dansa denna "nära" och snabba dans under de två första och de två sista tisdagarna i mars. Enligt Wikipedia utvecklades balboa i Kalifornien under 1920-och 1930-talen, och den dansas till jazzmusik av swingtyp. Den dansas som nämnts mycket tätt och i alla tempon, inklusive mycket snabbt. Den är idag på stark frammarsch över hela världen och i Sverige har dansen fått fäste sedan i början av seklet, främst bland lindy hop-dansare. Välkomna!

Helkväll på Sundspärlan

Fredagen den 20 mars är det åter dags för Gåsastegets numera traditionella danskväll på Sundspärlan. Middagen serveras kl 20 och dansen börjar kl 21.30. Musiken står Blender och Sannex för. Entré och middag kostar 275 kr. Anmäl dig senast den 11 mars via hemsidan! Välkommen!

Gillar du Gåsastegets fester?

Då är du välkommen att bli medlem i Gåsastegets festkommitté! Kommittén är i akut behov av nya medlemmar, och eftersom den de senaste åren bestått av enbart damer, ser vi gärna manliga sökande. Du som söker tycker om att arrangera evenemang, ha roligt med andra trevliga människor och är inte rädd för att ta ett handtag. Som medlem i Festkommittén blir ditt arbete uppskattat av många! Anmäl ditt intresse till någon i styrelsen eller i valberedningen!



Modern dans

Även i vår kommer det att anordnas två kvällar med modern dans med Jörgen Olsson och Emma Bramell. Onsdagarna den 11 mars och den 22 april är du välkommen att komma och dansa foxtrot, vals, cha-cha och tango kl 19.30-22.00 på Kårhuset. Inträdet är gratis för medlemmar och kostar 20 kr för icke-medlemmar. Ta gärna med

fika! Välkomna!

Nytt år, ny medlemsavgift

Nu är det dags att betala in medlemsavgiften för 2009. Avgiften är även i år 150 kr och du sätter in dem på vårt postgironummer 82 53 67-6. Glöm inte att ange namn, adress, telefonnummer, födelsedatum samt gärna e-postadress.

DM i Vollsjö

2009 års distriktsmästerskap i bugg och rock'n'roll kommer att arrangeras av Vollsjö Danssportklubb lördagen den 28 februari. Kom till Färsingahallen i Sjöbo och titta på massor av duktiga dansare, när det ska koras 2009 års distriktsmästare i de olika kategorierna inte bara för Skåne-Halland utan även för Blekinge-Småland.

Boogie-night!

Tisdagsträningen den 28 april kommer det att ljuda swingmusik ur högtalarna på Vipan. Då har alla chans att dansa boogiewoogie eller lindy hop. För er som vill bugga passar musiken lika bra till det. Ha en rolig kväll!

Tävlingsdans vintern/våren 2009

2009 års tävlingar kommer snart igång. Vill du följa med och heja? Vill du vara lagledare vid en tävling? Vill du börja tävla? Kontakta då någon av de tävlingsansvariga, tavling@gasasteget.se ! Läs under Tävlingar på hemsidan om du vill veta datum och resultat.

Träning i olika tempon olika dagar

Som bekant erbjuder Gåsasteget utöver sina populära tisdagsträningar träning för sina medlemmar även torsdagar och söndagar. Det spelas i regel något snabbare musik på söndagsträningen än på torsdagsträningen. Musiken väljs av dem som dansar den kvällen. Kom också överens med någon danspartner om att träna.

Följ med ut och dansa!

Många av er har nyligen upptäckt den stora glädje man får till sig genom att dansa. Kanske en del av er som just har upptäckt dansen har börjat fundera på att även besöka dansbanorna som finns. En del vill inte sitta i bil mer än kanske högst en timme för att få en trevlig danskväll, andra är redo att lägga både två och tre timmar i förhoppning om att få tre-fyra timmars rolig dans. Vilket du än funderar på, så är du som får denna klubbtidning en välkommen tillgång på dansbanorna. På de danstillställningar som nämns under Ut och dansa på vår hemsida, brukar det dyka upp flera dansare ur klubben. Ta dig dit och bjud upp! En god dansare dansar med både nyblivna dansare och experter, så var inte rädd för att bli nobbad. En god dansare nobbar bara otrevliga eller onyktra människor utan förklaring, så kräv en förklaring om du inte är någondera! Alla är vi barn i början.

Utsmyckad dans

Flera medlemmar har undrat över möjligheten att få lära sig utsmycka sin dans med roliga och snygga detaljer. Därför planeras nu för en "pyntkurs". Håll utkik på hemsidan och i nästa nummer av Gåsabladet för mer information!

Allmänna tips till dig som dansar

När man dansar förbränner man ganska mycket energi. Innan du ska gå ut och dansa kan det därför vara bra att fylla din energireserv med långsamma kolhydrater, som du t.ex. får med en rejäl och god pastarätt. Det kan också vara bra att undvika kraftig mat, som du kan få känna av under större delen av kvällen. Kom ihåg att dricka mycket vatten mellan danserna. Det finns oftast vatten att köpa i tillbringare på dansbanorna, på en del ställen ingår det t.o.m. i inträdet. Ofta tillåter även arrangörerna att man tar med sig vattenflaska.

Det kan också vara en god idé att ha med sig en liten handduk att torka av sig svetten på. Många tar också med både en och flera tröjor eller toppar som ombyte. Det är skönt att sätta på sig en torr tröja innan man styr kosan hemåt igen!

Vårfest

Även i år kommer Gåsasteget att arrangera sin traditionella vårfest med mat och dans till levande musik. Någon gång i maj blir det dags, men planerna ligger ännu i sin linda, och du får därför vänta till nästa nummer av Gåsabladet för att få detaljerna.

Hänt sedan sist...

Terminsavslutning

Årets sista tisdagsträning hölls den 9 december på Vipan. Även denna tisdag kom mer än hundra personer och förgyllde kvällen för varandra. I pausen serverades fika ute i foajén och sedan dansades det på ända till kl 22 till Joakims och Jan-Eriks eminenta danslista. Vilken dansglädje!

Uppskattade jullovsträningar

Det blev några träningstillfällen under vårt uppehåll för julhelgerna, och flera glada dansare dök upp för att dansa bort lite av julmaten.

Helgkurs i bugg

En helg i december provade klubben en ny form av Bugg fortsättning 1, nämligen som helgkurs. Annika och Björn höll med ett antal hjälpledare en kurs där nybörjarhelgens kunskaper snabbrepeterades och en koncentrerad upplaga av fortsättningskursen rappt gick igenom. Innehållet anpassades efter hand efter nivån på deltagarna och det rådde en skön men ambitiös stämning i gruppen.

Nästa Gåsablاد

Deadline för er som vill lämna bidrag och förslag till nästa nummer av Gåsabladet är den 22 mars. Kontakta mig via mail eller på tisdagsträningarna!/ Catarina

Gåsastegets styrelse:

Bengt Linné <i>Ordförande</i>	046-13 12 43	bengt@gasasteget.se
Jörgen Öhlin <i>Vice Ordförande</i>	046-71 09 18	jorgen@gasasteget.se
Per Göran Andersson <i>Sekreterare</i>	046-12 65 56	pg@gasasteget.se
Karin Jörlöv <i>Kassör</i>	040-41 15 65	karin@gasasteget.se
Björn Åkesson <i>Ledamot</i>	046-12 61 28	bjorn@gasasteget.se
Sven Persson <i>Suppleant</i>	0413-55 50 81	sven@gasasteget.se
Ulf Larsson <i>Suppleant</i>	040-97 09 16	ulf@gasasteget.se
Marie Nordahl <i>Suppleant, ansvarig för kursanmälningar (046-15 77 70)</i>	046-14 57 95	marie@gasasteget.se

Webbansvarig:	Ulf Larsson	040-97 09 16	ulf@gasasteget.se
Festkommittén:	Pernilla Vighagen	0706-506897	fest@gasasteget.se
Gåsabladsredaktör:	Catarina Berg Orioli	0413-555081	gasabladet@gasasteget.se
Ansvarig utgivare Gåsabladet:	Bengt Linné	046-13 2 43	bengt@gasasteget.se
Valberedning:	Torbjörn Magnusson	046-12 24 31	valberedning@gasasteget.se
Musikansvariga:	Jan-Erik Persson, Joakim Sjöberg		musik@gasasteget.se
Tävlingsansvariga:	Tommy Petersson, Patrik Önnarfjord		tavling@gasasteget.se
Danslistan:	Joakim Sjöberg		danslistan@gasasteget.se

Priser:

Medlemskap för ett kalenderår 150kr, endast hösten 100kr (halva priset t.o.m. det år man fyller 18). Som medlem får Du halva inträdespriset på tisdagsdanserna, minst 15 % rabatt på det ordinarie kursutbudet samt rabatt på en hel del andra kurser. Köp medlemskortet i samband med betalning av kursavgiften eller via postgirot med namn, adress, telefonnummer, födelsedatum samt gärna e-postadress tydligt angivna.

	<u>Medlemspris</u>	<u>Övriga</u>
Inträde tisdagsträning	10kr	20kr
Inträde terminsstart och slut	20kr	40kr
Inträde minikurs (inkl. bugg)	20kr	40kr

Gåsastegets postgironummer: 82 53 67-6



Kalendarium



Januari

Tis	20	Terminsstart av tisdagsträningarna, Kårhuset	kl 19.00-22.00
Tors	22	Kursstart: Linedance Nybörjare	kl 19.00-20.15
Tors	22	Kursstart: Linedance Fortsättning	kl 20.15-21.30
Tors	22	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Sön	25	Extra träningstid för medlemmar, Vipan	kl 18.30-21.00
Tis	27	Tisdagsträning, Vipan	kl 19.00-21.30
Tis	27	Uppstart för tävlingsdansare, Kårhuset	kl 19.00-21.00
Ons	28	Kursstart: Bugg fortsättning 4	kl 18.30-20.00
Ons	28	Kursstart: Boogiewoogie Nybörjare	kl 20.00-21.30
Tors	29	Kursstart: Utveckla din bugg	kl 19.00-20.30
Tors	29	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Lör	31	Kursstart: Helgkurs bugg Nybörjare	kl 10.00-16.00

Februari

Sön	01	Träning AB med Pelle Åhlander	kl 09.00-11.00
Sön	01	Träning CD med Pelle Åhlander	kl 11.00-13.00
Sön	01	Helgkurs bugg Nybörjare	kl 10.00-16.00
Sön	01	Extra träningstid för medlemmar, Vipan	kl 18.30-21.00
Tis	03	Tisdagsträning, Vipan	kl 19.00-21.30
Tors	05	Kursstart: Vals/foxtrot Nybörjare	kl 19.00-20.30
Tors	05	Extra träningstid för medlemmar, Friskis&Svettis	kl 19.00-21.00
Lör	07	Kursstart: Helgkurs bugg Nybörjare	kl 10.00-16.00
Sön	08	Helgkurs Nybörjare	kl 10.00-16.00
Sön	08	Extra träningstid för medlemmar, Vipan	kl 18.30-21.00
Mån	09	Kursstart: Bugg fortsättning 3	kl 18.45-20.15
Mån	09	Kursstart: Bugg fortsättning 1	kl 20.20-21.50
Tis	10	Tisdagsträning, Vipan	kl 19.00-21.30
Tors	12	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Lör	14	Tävling Sävsjö, Senior A, Vuxen AB	
Sön	15	Tävling Sävsjö Senior BCD, Vuxen CD	
Sön	15	Kursstart: Bugg fortsättning 1	kl 16.00-17.30
Sön	15	Kursstart: Bugg fortsättning 2	kl 17.40-19.10
Sön	15	Extra träningstid för medlemmar, Vipan	kl 18.30-21.00
Tis	17	Tisdagsträning, Vipan	kl 19.00-21.30
Tors	19	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Sön	22	Extra träningstid för medlemmar, Vipan	kl 18.30-21.00
Tis	24	Tisdagsträning, Vipan	kl 19.00-21.30
Tors	26	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Lör	28	Tävling DM, Sjöbo, alla utom D-klass	
Lör	28	Tävling Piratenpokalen, Sjöbo, Senior D, Vuxen D	

Mars

Sön	01	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	03	Minikurs i balboa, Vipán	kl 19.00-20.00
Tis	03	Tisdagsträning, Vipán	kl 20.00-21.30
Tors	05	Extra träningstid för medlemmar, Friskis&Svettis	kl 19.00-21.00
Lör	07	Tävling Växjö, Senior A, Vuxen AB	
Sön	08	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	10	Minikurs i balboa, Vipán	kl 19.00-20.00
Tis	10	Tisdagsträning, Vipán	kl 20.00-21.30
Ons	11	Ball-room night, Kårhuset	kl 19.30-22.00
Ons	11	Kursstart: Boogiewoogie Fortsättning	kl 20.00-21.30
Tors	12	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Sön	15	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	17	Årsmöte, Vipán	kl 18.30-20.00
Tis	17	Tisdagsträning, Vipán	kl 20.00-22.00
Tors	19	Kursstart: Vals/foxtrot Nybörjare	kl 19.00-20.30
Tors	19	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Fre	20	Danskväll på Sundspärlan	kl 20.00-01.30
Lör	21	Tävling Eskilstuna GP, Senior A, Vuxen AB	
Sön	22	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	24	Minikurs i balboa, Vipán	kl 19.00-20.00
Tis	24	Tisdagsträning, Vipán	kl 20.00-21.30
Tors	26	Extra träningstid för medlemmar, Friskis & Svettis	kl 19.00-21.00
Sön	29	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	31	Minikurs i balboa, Vipán	kl 19.00-20.00
Tis	31	Tisdagsträning, Vipán	kl 20.00-21.30

April

Tors	02	Extra träningstid för medlemmar, Friskis&Svettis	kl 19.00-21.00
Sön	05	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	07	Tisdagsträning, Vipán	kl 19.00-21.30
Sön	12	Extra träningstid för medlemmar, Vipán	kl 18.30-21.00
Tis	14	Tisdagsträning, Vipán	kl 19.00-21.30
Tis	14	Tävling Munkedal, Senior ABCD, Vuxen ABCD	

