



*Prova på något nytt och annorlunda!*

**Gå en nybörjarkurs**

**i**

# **Squaredans!**

**Prova-På: 7 & 14 sept 2010**

Efter Prova-På-tillfällena startar kursen

**Instruktör: Leif Håkansson**

**Tid: Tisdagar kl. 18:30-20:00**

**Plats: Fruängsgården, Fruängen**

Fruängsgården ligger vid Gamla Södertäljevägen 5 i Fruängen i södra Stockholm, ca 10 minuters promenad från T-bana Fruängen. Parkering framför huvudentrén kostar 5 kr/timme.

**Alla är välkomna, med eller utan danspartner. Inga förkunskaper krävs. Squaredans är en rolig kombination av nöje och motion.**

**Kom och prova på förutsättningslöst de 2 första gångerna!**

**Anmälan & frågor: [Leif.Annica@telia.com](mailto:Leif.Annica@telia.com) 070-867 2234**

**[Lars-Erik.Svensson@ericsson.com](mailto:Lars-Erik.Svensson@ericsson.com) 010-719 1071**

**Besök gärna även [www.ericssonsquaredancers.se](http://www.ericssonsquaredancers.se)**

# **Välkommen!**

# Squaredans

## - vad är det?

Squaredans, som officiellt har blivit USA's nationaldans, är en dansform som har fått stor spridning i Sverige. Sedan 1981 har många squaredansklubbar bildats i Sverige och de har idag ca 6500 dansande medlemmar. Den moderna squaredansen (eller square dance på engelska) är en kombination och utveckling av de traditionella danserna kadrilj, kontras mm, som de europeiska invandrarna införde till nordamerika. Squaredansen var på sin tid det största nöjet i "Vilda Västern".

Squaredans är en gruppdans. Fyra par är uppställda i en fyrkant (square). Dansen består av ett stort antal definierade turer (call) som är inlärd i förväg. Under dansen leds dansarna av en caller (utropare) som i lämplig ordning kombinerar och ropar ut vilka av dessa dansturer som ska genomföras. Allt sker i takt med musiken som ofta är countrybetonad, men även pop, rock, och schlagers finns i squaredansversion. En dans är normalt uppdelad i två omgångar. Under den första omgången (hash call), leds dansarna runt i squaren av callern som hela tiden, mer eller mindre, improviserar sekvenser av call med målsättningen att få ett bra "flyt" i dansen. Under andra omgången (singing call), sjunger callern till en låt där texten är uppblandad med call.

Dansarna lär sig aldrig en dans utantill och vet aldrig i förväg vilka call som kommer. De måste hela tiden lyssna på callern för att veta vilka call som ska genomföras. Dansen blir därför aldrig enformig och kan av samma skäl bjuda på många glada överraskningar. Dansarna i en square behöver inte vara samtränade då alla har samma utbildning och alla call utförs på samma sätt i alla länder över hela världen!

Alla kan lära sig squaredans. Det är inte svårare än annan dans – kanske t.o.m. lättare. Man behöver inte ha några tidigare danskunskaper.

Squaredansen innehåller ett antal dansnivåer. Grundnivån kallas Basic. Efterföljande påbyggnadsnivåer med fler call och ökande svårighetsgrad, kallas för Mainstream, Plus, Advanced och Challenge.

Squaredansarna har ofta speciella kläder, men detta är inte någon nödvändighet. Dock är det kutym på allmänna danser att herrarna har långärmad skjorta och att damerna har kjol.

Förutom klubbanser inom klubbarna, anordnas många andra danstillfällen varav ett antal större festivaler per år runt om i Sverige. En årlig Convention i Sverige samlar normalt ett tusental squaredansare från hela landet, liksom även dansare från utlandet.