

# GRATIS !!!

## Tilbud

fra din squaredance klub

Hedens Squaredansere tilbyder forskellige gratis muligheder for at prøve squaredans ved sæsonstart 2017:

Vi starter hold for nybegyndere i alle aldre – tilmelding ikke nødvendig.

**Der er klubaftener med gratis begynderdans:**

**Torsdag d. 7. september kl. 19.10-20.20**

**Torsdag d. 14. september kl. 19.10-20.20**

**Torsdag d. 21. september kl. 19.10-20.20**

Det foregår på Nordre Skole, Ikast - medbring selv drikkevarer m.m. til pausen. Du må gerne komme alle gange.

**Torsdag d. 31. august kl. 19.00-21.00**

Special arrangement ifm. Ikast-Brande kommune i bevægelse. På nordre skole

**Prøvedans med GRATIS spising.**

**Fredag 15. september kl. 18.00-22.00.**

En hyggelig aften med spising og dans. Vi spiser kl. 18, og danser fra kl. 19. Senere serveres også kaffe og te.

Tilmelding til spising senest søndag 10. sept. på tlf. 97 14 01 20 eller mail:

[kasserer@hedenssd.dk](mailto:kasserer@hedenssd.dk).

Alle ovenstående arrangementer foregår i festsalen på Nordre Skole, Ikast.



### Lidt om klubben

Hedens Squaredansere har godt 70 medlemmer fordelt på flere hold. Vi har et godt socialt fællesskab med gode grin og sjov motion for alle.



Squaredance er det sjoveste og hotteste tilbud inden for dans, hvor alle kan være med, og det er sjov motion for hjerne, krop og lattermuskler. Forskning har vist at squaredans er den aktivitet, af alle, der holder vores hjerner mest frisk livet igennem.



## Dansen og musikken

Der er ingen egentlige dansetrin, som i f.eks. standard- og folkedans. Vi går i et hurtigt men behageligt tempo, og får udfordringer til både hjerne og krop. Vi danser til meget forskelligt god musik både pop, jazz, country, rock, evergreens m.m.

## Hvem kan være med

Du kan komme alene eller sammen med en partner. Squaredance er for alle, der vil udfordres, danse, grine, have det sjovt, samtidig med de får god motion.

Mange finder værdi i at have en fritidsaktivitet sammen med sin partner, men man er lige så velkommen alene. Det er en udbredt misforståelse, at man skal komme parvis.

Hedens Squaredansere tilbyder begynderdans hvert efterår og nogle gange også i januar. Vi håber at se dig, og vi vil gøre vores til, at du vil føle dig velkommen i vores klub.

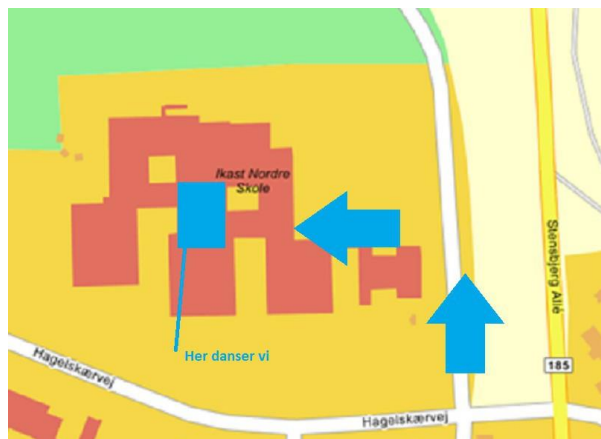


## Påklædning

Vi danser i almindeligt tøj, når vi mødes i klubben til træningsaftener. I forbindelse med opvisninger og stævner bruges festtøj tillempet amerikansk western-stil.

## Hvor

Du finder os i festsalen på Nordre Skole  
Hagelskærvej 8  
7430 Ikast  
Indgang: Østfløjen ud mod  
Stensbjerg Allé/Ilskovvej



## Vil du vide mere

Kontakt:

Linna eller Svend-Erik Mosegaard Hansen

Tlf. 5156226 eller 24664774

Mail: [kasserer@hedenssd.dk](mailto:kasserer@hedenssd.dk)

Anna eller Niels Danielsen

Tlf. 22796046 eller 41571624



Se mere på vores hjemmeside: [www.hedenssd.dk](http://www.hedenssd.dk)

