

GRATIS !!!

Tilbud

fra din squaredance klub

Hedens Squaredansere tilbyder forskellige gratis muligheder for at prøve squaredans ved sæsonstart 2018:

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

Ikast-Brande Kommune i bevægelse:

Special arrangement ifm. Ikast-Brande kommune i bevægelse.

Klubben er vært ved en let anretning.

Torsdag d. 30. august kl. 19.00-21.00

Der er klubaftener med gratis begynderdans:

Torsdag d. 6. september kl. 19.10-20.20

Torsdag d. 13. september kl. 19.10-20.20

Torsdag d. 20. september kl. 19.10-20.20

Du må gerne komme alle gange.

Medbring selv kaffe.

Børne- familietilbud:

På ovenstående klubaftener tilbydes også dans på **Børne- familiehold kl. 18.30-19.30**

Prøvedans med GRATIS KAFFE OG KAGE.

Fredag d. 7. september kl. 19.00-21.30.

Mød op til en festlig og sjov aften med dans og hyggeligt samvær.

Alle ovenstående arrangementer foregår i "Hjertet", Vestergade 65, 7430 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, og modvirker stress og depression.



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 opstart af begynderhold 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 Ikasts nye kulturhus:

HJERTET

Vestergade 65
7430 Ikast

Vil du vide mere

Formand Trine Andresen på 2860 4552

Mail: formand@hedenssd.dk

Kasserer Linna Mosegaard Hansen
tlf. 5153 6226

Mail: kasserer@hedenssd.dk



Se mere på vores hjemmeside:

www.hedenssd.dk