## Inbjudan till kurs med Åsa & Erika

# Fox & gemenskap – din start i socialdansen!

**Kom med två vänsterfötter – åk hem med kursens många ben**

Under **Vårfesten** 2–4 april 2027 kommer **Bro Socialdans** att ha ett läger i **Björneborgs Folketshus.**

Där kommer också helgens Foxkurser att hållas.

- Kurserna är öppna för alla – du behöver alltså inte bo på lägret för att delta.
- Har du aldrig dansat? Perfekt!
- Har du gått en buggkurs men upptäckt att det spelas både snabbt och lugnt på danskvällarna? Då passar du också in.
- Du väljer själv om du vill föra eller följa – ange i kursanmälan om du vill vara förare eller följare. Vi vill ha så jämnt som möjligt fördelat så att alla får dansa hela tiden. Det kommer att finnas hjälpdansare med under kurserna.

Låt oss få med dig i vår gemenskap – vi är ganska snälla. 😄

**Lördag – Pass 1: Första stegen på dansgolvet – 1,5 timme på förmiddagen**

- Det här passet är för dig som är nybörjare.
- Du får lära dig grunderna i fox, hitta beatet och känna hur två personer får dansen att fungera tillsammans.
- Kom ensam eller tillsammans med någon – inga förkunskaper behövs. Vi ser till att du snart lär känna fler.
- Vi byter danspartner under kursen, så att du får prova att dansa med olika personer och samtidigt börja lära känna de andra.

**Målet: Efter första passet ska du känna: *”Det här kan jag faktiskt göra.”***

**Lördag – Pass 2: Från grundsteg till danskväll – 1,5 timme på eftermiddagen**

- Det här passet passar både dig som deltagit i Pass 1 och dig som redan kan lite grundsteg i fox.
- Vi bygger vidare på grunderna och utvecklar foxen så att du blir tryggare med att använda den på en vanlig danskväll.
- Vi pratar också om dansgolvets oskrivna regler och hur socialdansen fungerar i praktiken: Hur bjuder man upp? Vem dansar man med? Hur många låtar är en dans? Byter man partner efter varje dans? Hur tackar man för dansen? Vad händer om man får ett nej – eller själv vill säga nej? Och vad gör man egentligen när man inte känner någon?

**Målet: Efter andra passet ska du känna: *”Nu vågar jag ta steget ut på dansgolvet.”***

**Lördagskvällen – prova på riktigt**

På kvällen spelar **Martinez**. Nu får du möjlighet att prova det du lärt dig på ett riktigt dansgolv.

Du har redan träffat andra under dagen, dansat med flera av dem och fått veta lite mer om hur en social danskväll fungerar. Förhoppningsvis känns därför steget ut på dansgolvet lite mindre.

**Söndag – återkoppling av kurs och danskväll med Åsa & Erika**

- Under söndagen får du möjlighet att fortsätta träna på lägret tillsammans med vana socialdansare som gärna tar emot er som är nya.
- Här tränar vi tillsammans, byter danspartner och lär känna varandra ännu bättre. Du kan öva vidare på din fox och sådant du upptäckte under lördagskvällen.
- Har du redan lärt dig lite bugg kan du passa på att träna den också.

På söndagskvällen väntar nästa möjlighet att använda det du lärt dig – då spelar **Streaplers**.

**Välj själv hur mycket du vill vara med på**

Du väljer själv **vilka delar av helgens program du vill delta i**. Du kan välja ett eller båda kurspassen, komma enbart på kurs, kombinera kurs och dans eller välja fler delar av helgens program.

Detaljerad information om hela helgen, tider, aktiviteter, boende och bokning kommer att finnas i **Vårfestens evenemangsbeskrivning på vår hemsida**.

**Och så var det det där med benen …** 👣

En hel helg förbereder dig för något som kan ge glädje resten av livet – **socialdans**.

Och någonstans på vägen upptäckte vi att Vårfesten verkar ha väldigt många **B …**

**Bro • Björneborg • Bygdens Danshöla • Bekantskap • Bugg • Beat • Buss • Badhus • Buffé • Bar • Bed • Breakfast …**

Och vi misstänker att det finns fler. 🍌😉

Du kommer kanske med **två vänsterfötter**.

**Hur många B – eller ”ben” – lyckas du hitta innan helgen är slut?**

Det blir en av helgens små utmaningar. 😄

**Vårfesten – en dansgala i miniformat**
**2–4 april 2027 • Kristinehamn Conference Center/Björneborg Folketshus**

**Helgens dansprogram i Rotundan, Kristinehamns Conference Center:**
**2/4 Sandraz 19 – 23**
**3/4 Martinez 19 – 23**
**4/4 Streaplers 17 – 21**

**Helgens läger med alla delar bokar man det man önskar och betalar via swish senast veckan innan.**
**Bokningsformulär finns på hemsidan https://bro-socialdans.se/**