

# SWING News

Dansklubben Swings medlemstidning Nummer 2/2003



*Det svänger i barnbuggen våren 2003*

I detta nummer bland annat:

Höstens dansprogram

Bilder från Swingbuggen

## **VIKTIGT ATT VETA!**

### **Ny adress till hemsidan**

Föreningen har nu lyckats få tag på toppdomänen för vår hemsida och därför är den nya adressen [www.swing.se](http://www.swing.se). Den gamla adressen kommer så småningom att upphöra så lägg gärna in denna adress som given favorit.

### **Angående medlemskortet!**

Tänk på att medlemskortet är en värdehandling. Det medlemsnummer du har fått dig tilldelat är ditt personliga så länge du är med i föreningen. Förnya ditt medlemskap för varje kalenderår gör du genom att erlægga aktuell medlemsavgift. Skulle ditt medlemskort av någon anledning försvinna så måste vi ta ut en extra avgift för tillverkning av ett nytt. Ta som vana att alltid ha kortet med dig till kurser, träningar eller andra evenemang. Vid kontroll kommer vi att använda en kortläsare för att minimera köbildning.

### **Tangoaftnar i höst!**

Även i höst arrangerar föreningen i samverkan med "Växjö Tangoförening – Pasi6n" tangoaftnar i Swinghallen. Endast medlemmar i dessa föreningar äger rätt att delta. Start kl. 19.00. Medtag gärna dryck. F6rtäring finns att k6pa p6 plats. F6ljande datum är inbokade: 30/8, 11/10, 8/11 och 6/12. Dessutom arrangeras en helgkurs i Argentinsk Tango och Milonga m.m. 13-14/9. F6r anm6lan och mer information om detta ring Lotta Orstadius p6 telefon 0470-62038 eller 0733-245737.

### **6verg6ng till bankgirokonto**

F6r att spara pengar s6 ska inbetalningar till Swing forts6ttningsvis ske via bankgiro nr 931-7124. Tack f6r hj6lpen!

### **Har du n6got att fr6ga styrelsen om?**

Kontakta i s6 fall n6gon i styrelsen – se namn och telefon till styrelsens ledam6ter l6ngst bak i Swing News. V6lkommen att h6ra av dig!

### **Det 6r aldrig f6r tidigt att b6rja??**

F6reningens yngsta medlem Amelia har redan siktet inst6llt p6 att b6rja dansa i f6reningens kursverksamhet om 7-8 6r.





## Ordföranden har ordet

Hej på er alla swingare!

En termin går alldeles för fort. Som väl är gör också sommaruppehållet detsamma och vi laddar för en ny trevlig, rolig och dansant termin.

Ännu fler medlemmar har strömmat till och det känns väldigt stimulerande. Samtidigt ökar påfrestningarna för att kunna bedriva verksamheten på ett tillfredsställande sätt. Flera av er har säkert märkt att det har varit "kö" vid medlemskontroller för att inte tala om "fikakön" vid kursavslutningen. Vi blev lite tagna på sängen måste jag erkänna. Därför lovar jag att vid nästa kursavslutning ska vi dra igång dansen direkt!!

För att underlätta för alla har därför föreningen satsat på ett datoriserat system för medlemskontroll. Detta hoppas vi ska förenkla för alla parter. Så snälla ni. Kan ni komma ihåg medlemskortet vid kurstillfällena m.m. så vore vi väldigt tacksamma.

Ett jättestort tack till alla er kursledare, kommittéledamöter, ledamöter i styrelsen och alla andra som på något sätt bidrar till att vi tillsammans kan ha en trevlig och givande verksamhet på detta sätt. Ett jättetack också till alla som hjälpte till att göra vår tävling "Swingbuggen" till mycket välarrangerad och uppskattad tävling.

Till sist ett supertack till alla härliga kursdeltagande medlemmar. Utan er härliga inställning och smittande humör hade vi ledare inte orkat med detta. Det är för er skull vi gör det. TACK!

Slutligen tänk på att...

**dans skall vara till glädje för alla "liten som stor".**

Vi ses i höst.

Kenneth Welin  
Ordförande

## Avslutning av barnkurserna våren 2003



**Wassast i stån!**

**Titta hit  
ett ögonblick!**  
Läs de här raderna och  
fundera över din synskärpa.  
Kisar du just nu, håller du tidningen  
med raka armar eller börjar du rent  
av att få huvudvärk? Kom in till oss,  
vi ger dig glasklara besked!



*Leg optiker Johan Wass*    *Leg optiker Viktoria Wass*  
*kontaktlinsebehörig*        *kontaktlinsebehörig*

Synundersökning • Glasögon • Kontaktlinser

**SYNO  
CENTRUM**

Västergatan 10, Växjö Tel 0470-221 20  
Långlördagar öppet 10-14

## Syncentrum sponsrar Swing!

Swing har nu knutit Syncentrum som ny sponsor till föreningen. När du handlar hos Syncentrum och visar ditt medlemsbevis eller talar om att du är medlem i Danskklubben Swing, erhåller Swing 5 % av den summa som du har handlat för. Detta gäller även dina familjemedlemmar, även om de inte är medlemmar i Swing.

Förhoppningsvis ska detta ge Swing ett extra tillskott i föreningskassan att använda i verksamheten.

**Gynna våra sponsorer, de gynnar dig!**



# Striddes Färghandel

*"en nyans starkare"*

Arabygatan 41, 352 46 Växjö. Tel. 0470-201 75, Fax 0470-464 10

# KURSVERKSAMHETEN HÖSTEN 2003

## SOCIALA KURSER VUXNA

### SWINGHALLEN VÄXJÖ

#### SÖNDAGAR (Start 7/9)

17.00-18.00 Argentinsk Tango Nybörjare  
18.10-19.10 Argentinsk Tango Fortsättning  
19.20-20.20 BUGG Steg 4 Fortsättning  
20.20-21.20 BUGG / Parvis

#### Kursledare

Kenneth - Elisabeth  
Kenneth - Elisabeth  
Kenneth - Anna - Fredrik  
Fredrik

#### MÅNDAGAR (Start 8/9)

18.30-19.30 BUGG Steg 1 Nybörjare  
19.40-20.40 BUGG Steg 2 Fortsättning  
20.40-21.40 BUGG Steg 3 Fortsättning

Tomas - Maria  
Kenneth - Maria  
Kenneth - Veronica T  
/Veronika J - Jenny

#### ONSDAGAR (Start 10/9)

19.00-20.00 FOXTROT Nybörjare  
20.10-21.10 FOXTROT Fortsättning

Bengt - Camilla  
Bengt - Camilla

### FOLKETS HUS (THALIA) ALVESTA

#### MÅNDAGAR (Start 15/9)

18.20-19.35 BUGG Steg 1 Nybörjare  
19.45-20.30 BUGG Steg 2 Fortsättning  
20.30-21.00 BUGG Steg 3 Fortsättning

#### Kursledare

Lars - Ingela  
Lars - Ingela  
Lars - Ingela

### INFORMATION

Ring Swinghallen 0470-278 80 eller Kenneth och Pernilla 0470-77 89 89  
alternativt Peter och Susan 0470-648 40.

Titta dessutom gärna in på [www.swing.se](http://www.swing.se)

#### KURSAVGIFTER (Per termin)

Vuxna 350:-  
Barn & Ungdom (T.o.m. 20 år) 220:-

#### MEDLEMSAVGIFTER (Kalenderår)

Vuxna: 110:-  
Barn & Ungdom (T.o.m. 17 år) 70:-  
Familj: 210:-

# KURSVERKSAMHETEN HÖSTEN 2003

## BARN & UNGDOM

### SWINGHALLEN VÄXJÖ

#### **SÖNDAGAR (Start 7/9)**

11.00-12.00 BUGG Fortsättning 10 – 14 år Peter - Susan  
12.00-13.00 BUGG Parvis 9 år och uppåt Peter - Susan

Anmälan görs till Peter och Susan på telefon 0470-648 40.

#### **TISDAGAR (Start 9/9)**

17.30-18.30 BUGG Nybörjare 7 - 9 år Magdalena

#### **ONSDAGAR (Start 10/9)**

18.00-18.50 BUGG Fortsättning 7 - 9 år – Marie

Anmälan görs till Kenneth och Pernilla på telefon 0470-77 89 89.

## TÄVLINGSTRÄNING

### SWINGHALLEN VÄXJÖ

#### **SÖNDAGAR (Start 7/9)**

15.00-17.00 Tävlingssträning Tio-dans **Kursledare**  
Johan

#### **TISDAGAR (Start 19/8)**

18.30-19.30 BUGG C-E Extern tränare

19.30-20.30 BUGG A-B Extern tränare

20.30-21.30 BUGG Fri träning

#### **TORSDAGAR (Start 21/8)**

17.00-18.00 BUGG Fri träning

18.00-19.00 BUGG Fredrik

19.00-21.00 Parträning rullstolsdans, Bugg Håkan – Gun

21.00-22.00 Parträning rullstolsdans, Tio-dans Bernt – Marina

# FÅR VI LOV...

att presentera höstens kursprogram i lite mer uttömmande beskrivningar. Kom ihåg att det aldrig är fel att gå om en kurs för att känna att man behärskar det som lärs ut. Prova dessutom gärna på någon ny dans.

## **Argentinsk Tango Nybörjare**

Här får du chansen att testa Argentinas ”nationaldans”. Detta är en ren nybörjarkurs och ingen som helst dansvana krävs.

## **Argentinsk Tango Fortsättning**

Detta är en fortsättningskurs i foxtrot där Du lär dig att ta ut svängarna ytterligare. Vi slipar vidare på teknik och utvecklar vår dansstil ytterligare.

## **Bugg Steg 1 Nybörjare**

Här lär vi ut bugg från de allra första stapplande stegen ända fram till att kunna behärska denna så populära dans i de mest grundläggande rörelserna. Ingen som helst dansvana krävs.

## **Bugg Steg 2 Fortsättning**

Det här är en ren fortsättning på Steg 1. Du får träna vidare på de grunder Du har lärt dig och får ytterligare en inblick i denna ytterst sociala dans. För Dig som har gått på kurs för några år sedan eller införskaffat buggkunskaper på övriga platser i världen, rekommenderar vi att Du går om Steg 1 samtidigt med Steg 2. Detta för att känna att Du hänger med.

## **Bugg Steg 3 Fortsättning**

På denna kursen bygger vi vidare. Här är det mycket dans för att bygga upp dansvanan. Allehanda kluriga och till en början småknepiga kombinationer lärs ut under glada tillrop och skratt. En utmärkt kurs för dig som bara vill dansa för nöjes skull och träffa nya trevliga dansglada människor. Dock krävs kunskaper motsvarande Steg 1 och Steg 2 för att kunna hänga med på ett bra sätt.

## **Bugg Steg 4 Fortsättning**

Fortfarande med social inriktning men med inslag av förbättring av teknik och dans samt mer avancerade figurer. Här bör man ha dansat några år och ha kunskaper motsvarande Steg 1 t.o.m. 3 samt känna att man har lätt för att lära. En utmärkt kurs för Dig som är vad Vi kallar lite ”danstokig” och gillar utmaningar. I övrigt har kursledaren helt fria händer och allt kan hända...



### **Bugg parvis**

Här får alla möjlighet att med sin partner dansa och träna på det som behövs. Musiken kommer att snurra under lektionen men det kommer inte vara en ledarledd lektion utan det vi kallar en lektion med ledarstöd. D.v.s. Du som elev påkallar ledarens uppmärksamhet när Du vill ha hjälp. Detta innebär att Du måste ha dansat Bugg minst en termin för att kunna få hjälp.

### **Foxtrot Nybörjare**

Du lär dig att föra och följa till den variation av musik som spelas på dansbanorna. Mycket användbart i alla sammanhang. Ingen som helst dansvana krävs.

### **Foxtrot Fortsättning**

Detta är en fortsättningskurs i foxtrot där Du lär dig att ta ut svängarna ytterligare. Vi slipar vidare på teknik och utvecklar vår dansstil ytterligare.

# Grafiskt Center

---

■ grafisk form   ■ illustrationer   ■ text och bild   ■ digitalt tryck

Kontakta Annika Åström, telefon 0470-423 28  
eller Claes Nord, telefon 0470-424 75.



## Swingbuggen 2003



*Högst på prispallen – Sveingparet Jack Falkenström och Matilda Svensson*

### **Allmänt om danshållning**

För mannen: Sträck på Dig! Pumpa inte med vänster arm, utan håll vänster ”handpaket” stilla ungefär i damens näshöjd och mitt emellan parterna. Håll inte ut vänster ”handpaket” rakt ut. Pedagogisk minnesregel "armen i 89 graders vinkel, dvs aningens aning vinklad in från de andra dansarna Du passerar. Det är ju inte meningen att Du skall försöka knocka Dina "motståndare", eller hur?

Putta inte ut med baken! Krama inte damens hand hårt, för det bara avslöjar hur nervös Du är (damerna känner direkt om det är en gammal och van kille som för ekipaget). Men håll inte fördenskull för slapt och löst. Placera höger hands armlöv ungefär under damens vänstra armhåla. Drag inte damen hårt i ryggen. Det är fruktansvärt obehagligt för henne! Höger hand skall bara användas som ett slags stöd om hon skulle ramla.

För damer: puta inte ut med baken som Kajsa Anka i seriernas värld! Häng inte på Din kavaljer i något slags hänglande stil!

Vissa damer har svårt att koncentrera sig på att både följa kavaljeren och konversera. Huvudregeln är låt dansen tysta mun. Prata med damen i pausen.

---

# Vem gör vad i DK Swing?

## STYRELSE

Kenneth Welin Ordf. 0470 - 77 89 89  
Irene Andersson 0470 - 237 34  
Maria Throfast 0470 - 74 23 35  
Ove Thomsén 0470 - 822 63  
Susan Åklundh 0470 - 648 40  
Lina Östberg 0470 - 72 96 10  
Henrik Törnblad 0470 - 72 99 44

## LOKALKOMMITTÈ

Peter Svensson 0470 - 648 40  
Dan Hermansson 0470 - 232 78  
Lars Arnoldsson 0470 - 79 59 92  
Jonny Edqvist 0470 - 76 83 91

## SUPPLEANTER

Anders Mårtensson 073 - 586 39 66  
Piero Palusa 070 - 356 35 45

## FESTKOMMITTÈ

Ingrid Ragnarsson 0470 - 77 45 41  
Marita Gummesson 0470 - 617 21  
Jesper Flemell 0470 - 404 38  
Anders Mårtensson 073 - 586 39 66  
Jenny Lantz 0472-74078

## REVISORER

Björn Risberg 0472 - 123 69  
Bengt Andersson 0470 - 445 05

## REVISORSUPPLEANTER

Inga Andersson 044 - 32 00 69  
Kenneth Bloom 0470 - 318 94

## KURSKOMMITTÈ

Christer Åkesson 0470 - 75 41 42  
Veronika Törnblad 0470 - 912 82  
Eva Sjöö 0470 - 75 37 51  
Pernilla Welin 0470 - 77 89 89  
Kenneth Welin 0470 - 77 89 89

## VALBEREDNING

Lina Östberg 0470 - 72 96 10  
Håkan Wahlström 0454 - 153 02  
Bernt Friberg 073 - 70 54 687

## TÄVLANDEANSVARIGA

Ove Thomsén Tio-dans 0470 - 822 63  
Ingela Roos BRR 0470 - 242 47  
Nina Sidiropoulou Rullstol

## MUSIKANSVARIG

Dan Hermansson 0470 - 232 78

## SWINGNEWS

Arne Gartberg 0470 - 822 54  
Bernt Friberg 073 - 70 54 687



## Bidrag till Swing News önskas!

Har du något att berätta om t ex danskurser eller -tävlingar som du har deltagit i eller sett på? Har du synpunkter på verksamheten, danser som du skulle vilja togs upp i kurser, eller annat som du tror skulle kunna vara av intresse för medlemmarna i Swing? Hör i så fall av dig!

Muntliga synpunkter kan du lämna till redaktionen för Swing. Har du ett skriftligt bidrag kan du lämna det i Swings brevlåda utanför expeditionen i Swinghallen. Märk bidraget "Swing News"! För att få tillbaka skriftligt material, t ex fotografier, anger du till vem som det ska återlämnas (på fotografier skriver du namn och adress på baksidan).

*Obs! För icke beställt material ansvaras ej.*

## Utgivning och distribution

För närvarande är ambitionen att ge ut Swing News två gånger per år. Tidningen delas ut till Swings medlemmar samt till SDF (Svenska Danssportförbundet) och de till SDF anslutna dansklubbarna i Småland.

## Hemsida

På adressen [www.swing.se](http://www.swing.se) hittar du allmän information om föreningen och även aktuella händelser.

## Redaktion

Arne Gartberg, tel 0470 - 822 54  
Bernt Friberg, tel 073 - 70 54 687

## Adresser

Dansklubben Swing  
Fredsgatan 17 D, 352 40 VÄXJÖ  
Telefon: 0470 - 278 80  
Hemsida: [www.swing.se](http://www.swing.se)

