

Nybegyndere i folkedans



GDV starter igen et hold for nybegyndere i folkedans

torsdag, den 5. januar 2023 kl. 18.30 – 19.15,

13 gange med sæsonafslutning 30. marts 2023.

Vi øver os på grundlæggende trin og figurer – eks. kredse, kæder og kvadriller, hurretrin, polka og vals. Deltagerne kan fortsætte på aftenholdet den første time fra kl. 19.30 til og med kaffepausen, hvor vi også synger et par sange sammen, inden aftenholdet fortsætter kl. 21.00 med de lidt sværere folkedanse.

Vi har levende musik, oftest 5-7 spillemænd, og vi danser i almindeligt tøj- og sko, der ikke laver streger/mærker på det lakerede trægulv.

Instruktør: Karen Bertelsen

Musik: Helle og Jens Christian m.fl.

Sted: Trepas Aktivitetshal, Vævervej 8 B, Viborg.

Pris: 200 kr. + medlemskab af GDV 50 kr./år. Beløbet indbetales på konto nr. 7670-0002078009 i Ringkøbing Landbobank, husk at skrive dit navn og "Ny-Folk"

Tilmelding er ikke nødvendig - du skal blot møde op!

*Hvad kan folkedansen give mig? Folkedans er først og fremmest god og sjov motion, som stimulerer hjernen og nedsætter risikoen for livsstilsygdomme*

*- og hvad enten man kommer som par eller alene, så giver det sociale ved folkedansen gode muligheder for at skabe nye venskaber.*

Se mere om GDV på hjemmesiden [gdv-viborg.dk](http://gdv-viborg.dk)