



Gåsabladet Nr 1 2023 - Årgång 29

Vi dansar för att förföra oss själva. Att bli kär i oss själva. När vi dansar med en annan, manifesterar vi det enda vi älskar om oss själva så att de kanske ser det och älskar oss också.

Lunds dansklubb Gåsastegets klubbtidning Gåsabladet kommer ut flera gånger per år

FRÅN REDAKTÖRENS HORISONT, TANKAR OM DANS:

Våren känns avlägsen även om det blir ljusare för varje dag men det är bra väder för alla inomhusaktiviteter. Bara en månad in på det nya året och redan har så mycket roligt hänt på Gåsalyckan. Många intresserade kom till Öppet hus där man kunde prova på många olika danser. Evenemang som Tisdagsdans, Cosy nights, Friday night, Young night, mm har redan varit men nya spännande event är på gång. De flesta kurserna har startat eller är på gång. Det som nästan alltid är sig likt är att förare saknas och att många följare väntar på att bli antagna till en kurs.

Missade anmälan till fortsatt dubbelbuggkursen och får träna på egen hand istället. 2024 är det 30 år sen Gåsasteget startade och i kommande Gåsablade skall vi berätta om hur det gick till när Gåsasteget bildades.



Årsmötet kommer närmare - **HJÄLP DIN VALBEREDNING att hitta medlemmar som är beredda att bidra till föreningen.**

GÅSASTEGET KOMMITTÉER; Tävlings- och Tränarkommitté'en, Seniorkommitté'en, Festkommitté'en, Tisdagsgruppen, PR& kommunikation och Lokalkommitté'n.

Som medlem är du alltid välkommen att kontakta styrelsen med frågor, synpunkter på aktuell verksamhet eller om du vill bidra med någon idé som hjälper klubben att utvecklas. Alla funktionärer inom klubben arbetar ideellt.

hälsa

FÖR KROPP OCH KNOPP

Det är nyttigt att dansa, både för kroppen och knoppen. Dans som fritidssysselsättning och motionsform, är inte bara rolig, utan även nyttig. Tack vare rörelseformens kreativa inverkan på hjärnan, kan till exempel demens undvikas om man ägnar sig åt att dansa. Rörelse till musik stimulerar flera sinnen. Dansen har den fördelen att den inte bara aktiverar kroppen utan även hjärnan eftersom dansen utförs till musik.

Dansglädje

Följande tankar om hur roligt det är att återkomma till dans och gemenskap efter ett uppehåll är hämtad från danshatten.

DET VARMA KLIMATET mars 7, 2022

Redan innan musiken börjar infinner den sig, känslan av gemenskap som alltid mött mig på socialdans. Trots att så lång tid förflutit sedan vi fick snurra runt på dansgolvet och träffa alla härliga människor som utgör vår fantastiska dansvärld så var känslan där. Bara att stå där och lyssna på alla dansares glada hälsningar på varandra och det sorl av röster från de som återbekantar sig med varandra efter all denna tid. Fantastiskt, underbart och härligt.

Och så händer det... Jag möter blicken hos en som jag inte träffat under hela pandemin... Våra ansikten förvandlas till stora leenden medan vi går varandra till mötes och omfamnar varandra en lång stund, ingen av oss vill riktigt släppa taget utan istället börjar vi prata medan vi fortfarande håller om varandra. Även om inledningen på samtalet mer är suckar och uttryck för hur mycket vi har saknat varandra... Det är som det ska vara igen. Det blev många sådana möten innan kvällen var slut och med tanke på hur få av alla dansare som jag hunnit träffa på den korta tiden som dansen varit igång igen så kommer detta med all säkerhet vara en återkommande känsla under en mycket lång tid.



Så mycket av dansen, så här långt, har bara handlat om glädje. Den känslan kommer jag se till att behålla. Alla är ringrostiga och många av oss har tappat danskonditionen efter att så abrupt slitits ur den gamla vardagens mönster. Men det är så talande när man, i dansens virvlar, ser alla runt om kring sig skratta och le som aldrig förr. Det är såhär det ska vara.

Det "nya normala" har ersatts av "Det gamla vanliga" på ett mycket positivt sätt. Jag har inte hört ett enda negativt ord på de dans som jag har varit efter nystarten. Inget gnäll, inga sura miner, bara massor med glädje. Låt oss behålla den atmosfären framåt, för vi är ju här för att ha roligt!

Är tacksam för livet och tar vara nu på chansen. Vill inte ångra något mer när jag dansar sista dansen.

Håll utkik på FB gruppen och Gåsastegets hemsida: Massor med tips på evenemang och kurser och där kan man också följa klubbens duktiga tävlingsdansare och se trevliga bilder från gångna event.

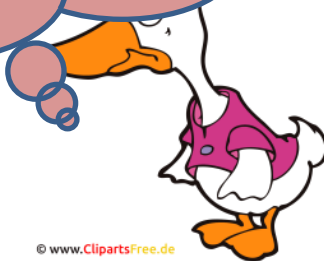


Ripedia s Danslista: Vi fortsätter på bokstaven C och där finns Cancan, Capoeira, Cheerdance, Cha-cha-cha, Chaconne, Charleston, Collegiate Shag, Cotillion, Csardas, Cueca.

Dansen är alltid ett perfekt sätt att träffa folk och ha roligt i en öppen och tolerant miljö. Har du synpunkter eller har du något att berätta – skriv till Gåsabladet redaktor@gasasteget.se.

Dans är mer än bara motion, det är roligt, det är bra träning om du vill bli stark, smidig eller få bra kondition. **Fortsätt dansa!**
Hoppas vi ses på ett dansgolv någonstans!
// Thomas P.S. Har lyckan nått dig – släpp den inte!

Tisdagsdans, Friday-, Young- och cosy night?
Den första dansen är den värsta dansen, Den
sista dansen är den bästa dansen!
Men varje typ av dans är bättre
än ingen dans alls.



I en förening måste alla hjälpas åt, få till en stark vi-känsla och känna sig delaktiga!

Tillsammans bygger vi vår förening, vi är många som gör lite var!