



[info@energysquares.com](mailto:info@energysquares.com)  
[www.energysquares.com](http://www.energysquares.com)



[sqd@sjobobears.se](mailto:sqd@sjobobears.se)  
[www.sjobobears.se](http://www.sjobobears.se)



[www.ringlake-sqd.se](http://www.ringlake-sqd.se)  
Alf-Karin 0415-13165



Studie  
främjandet




# Squaredans

## Där det passar dig bäst!

MALMÖ

SJÖBO

HÖRBY-HÖÖR

 för singlar

 för par

 för alla

 prova på



## Modern Amerikansk Squaredans

En rolig och annorlunda dans utan konstiga danssteg

Inga förkunskaper krävs! För alla åldrar från 10 och uppåt

Trevlig social motionsform för både kropp och knopp

Du får del av en stor gemenskap och många nya vänner

Du är lika välkommen antingen du är i par eller singel



Alla åldrar dansar tillsammans

En aktivitet för hela familjen



## Vad är Squaredans?

Åtta dansare bildar en square, vilken är den grundformation som dansen utgår ifrån. Dansen leds av en "caller" (instruktör) som kontinuerligt instruerar dansarna till musik vilka turer som skall utföras.

Alla enskilda turer (calls) är inövade under våra kurser och följer en internationell standard, d.v.s. att de dansas likadant över hela världen. Callerns uppgift är att sätta ihop de enskilda callen till en rolig och spännande dans. Eftersom vi är totalt oförberedda på nästa call måste vi vara på alerten och det kan aldrig bli tråkigt.

Energy Squares, som startade 1988, är Malmös enda Squaredansklubb. Vi är ca 90 medlemmar som dansar och har trevligt tillsammans. Sjöbo Bears är ca. 55 medlemmar och startade 2006. Ringlake Squaredansare har 20 medlemmar och startade 1991.

I Sverige finns det ca. 130 dansklubbar. Klubbarna ordnar små och stora dansfestivaler. När man lärt sig de första nivåerna (basic/mainstream) kan man dansa på alla klubbar i världen.

