

Nyttig information

Kom og Dans Silkeborg afholder danse-kurser på 4 niveauer.

Opstart af dansesæson

Vi afholder altid **gratis** introduktions kurser i **januar** og **august**, hvor du kan komme og være med til en undervisningstime for begyndere. Efter undervisning er der kaffe/ te – vi fortsætter med at danse Swing, hvor du gerne må deltage. Du kan læse om sæsonens program på vores hjemmeside. komogdanssilkeborg.dk

Du kan komme alene eller sammen med en partner. Vi vil opfordre kvinderne til, at invitere mænd med, da mændene ofte er i undertal.

Dansemiljø

Ud over at have danseglæden, så lægger vi vægt på, at der er en god tone os imellem, og at vi kan rumme alle vores forskelligheder. Vi er et alkoholfri miljø, så dans og kør sikkert.

Danse-sko

Det er godt at danse i bløde sko med lave hæle. Vigtigt er det, at skoene let kan glide på gulvet, for at skåne knæ. Derfor skal sålen på forfoden være af et hårdt materiale, fx. Kernelæder (kan pålimes sko med kontaktklim).

Begynder er for helt nye dansere og let øvede dansere. (der behøves ingen forkundskaber) Der undervises i fire danse-stilarter på begynder niveau. Når du er fortrolig med disse danse, normalt efter 1 – 2 sæsoner, er du klar til at rykke op på fortsætter niveau.

Fortsætter

På fortsætter holdet arbejdes der bl.a. med teknik og finpudsning af det, der bliver lært på begynderholdet. Der danses minimum 2 sæsoner, ind til du er en rutineret danser.

Videregående

På videregående niveau arbejdes der med teknik, samtidig med, at der undervises i mere avancerede ture. Videregående niveau består af 7 kurser fordelt over 4 sæsoner a' 12 uger (2år)

Tema niveau, er for dansere der har danset på videregående i minimum 2 år, og gennemgået de 7 kurser. Det er vigtigt, at du er en god og rutineret danser, der har danseerfaring fra både undervisning og danse arrangementer, før du starter på et temahold – både for din egen skyld, men også af hensyn til de andre dansere på holdet.

På Tema niveau er der mange forskellige stilarter, som fx: Blues Boogie; Jump Boogie og Sidestickrock. Nogle tema kurser, bygger videre på danseerfaring fra andre foregående tema kurser – så spørg din instruktør til råds. Tema kurserne skal ses som et supplement, til fortsat dans på videregående niveau.

Hvornår er jeg klar til at rykke op?

For at få mest mulig ud af kurserne, er det vigtigt, at du deltager i de kurser, der passer til dit niveau, da der hele tiden bygges videre på tidligere erfaringer. I forbindelse med oprykning til et højere niveau, anbefales det, at du taler med din instruktør, i løbet af det kursus du går på nu.

Dansemiljøer

I Danmark danses der Swing og Rocken'roll i 28 byer. I de forskellige byer, bliver der jævnligt afholdt dansearrangementer. Hvis du er tilmeldt på et 12 ugers kursus i Silkeborg, kan du frit deltage i disse arrangementer. Der betales som regel et mindre beløb i entre. Se mere i kalenderen på vores hjemmeside. Støtte medlemskab (pt.100 kr.), giver også adgang til at deltage i de forskellige arrangementer. Det forudsætter dog, at du kan danse lidt, for at få noget ud af at deltage.

Samkørsel

Når vi besøger de andre danse miljøer, fx Herning eller Århus, kan det være en god ide, at aftale fælles kørsel. Til det brug, kan vi udveksle telefonnr. på holdet, eller arrangerer ture gennem Facebook, kom og dans silkeborg (en lukket gr., som kræver godkendelse først)