

gammaldans

FLÅSIGT & UPPSLUPPET

VARFÖR: I en tid där folklöre och nyprogg är sista skriket känns det logiskt att folkdans blir nästa stora danstrend. Glöm de fnissiga gympalektionspassen på högstadiet – gammaldans är hett!

PULS: Det ser kanske inte så ansträngande ut att skutta runt i en schottis, men faktum är att det är riktigt flåsigt. Fast det är så roligt att man inte tänker på det medan man dansar.

SVÄRIGHETSGRAD: Varierar mycket från dans till dans. Medan du kan lära dig en parispolka på en kvart är hambo i princip omöjligt.

ROLIGHETSGRAD: Våldigt kul! Gammaldans väcker den lilla skolflickan i dig till liv – hon som rabblade ramsor och gjorde handklappslekar på skolgården. Alla lustiga små steg och handfattningar skapar en uppsluppen stämning som tar udden av all kroppskontakt.

KURIOSA: Det är så gott som alltid levande musik på kurserna och lekstugorna, som folkdansfesterna kallas – oftast dragspel.

HÄR KAN DU TESTA: Akademiska folkdanslaget håller kurs varje tisdagskväll på Roslagsgatan 20 i Stockholm, www.akademiskafolkdanslaget.se. På Skeppis, Skeppsholmsgården bakom Moderna museet i Stockholm, kan du dansa varje söndag september-maj. Instruktion från 18.00 och fri dans 20.00. www.folkmusikhuset.se.

