

# Äntligen i Gävle

# Foxkurs

Nu är det äntligen dags för en hel helg med foxinspiratören från skrämmträsk Micke "Melker" Lundgren. Denna helgkurs är riktad till er som inte provat på eller bara kommit igång så smått med att dansa fox (även vana kan nog lära sig ett och annat). Troligtvis har du sett andra dansat fox socialt några gånger o känner att det vill ju jag oxå kunna, Då är denna helg nått för dig. Melker har satt ihop ett gäng med duktiga hjälptränare som var och en kommer bidra med sina kunskaper för att kunna ge dig som deltagare så mycket som möjligt av helgen. På lördag kväll så finns det även möjlighet till middag och dans till Svänzons.

**Vart:** Gävle Parken (Estraden)

**När:** 20-21 Februari 2010

**Tid:** ca: 10-16 Båda dagarna

**Pris:** 595/person (fika och lunch ingår, middag och danskväll tillkommer, se nedan)

**Bindande Anmälan:** via mejl på foxigavle@gmail.com eller på tele 0733-982598(par har företräde, Begränsat antal platser, först till kvarn) OBS! Bindande!!

**Betalning:** Lördagen kursdagen innan kursstart på plats vid avprickningen.

### Helgens filosofi

*"Jag vill oxå kunna det där med fox, lär mig nu!"*

Så vill du vara med och dansa,mysa,busa,leka och ha en helt underbar helg med oss andra som vill lära sig foxa, tveka inte kasta in en anmälan nu!

### **OBS! Denna helg är en nybörjarkurs/lätt fortsättningskurs!!!**

**Lunch:** Det kommer att finnas lunch till alla deltagare. Om specalkost önskas, meddelas det vid anmälan.

**Fika:** Vi kommer att bjuda på kaffe o macka på morgonen och fika på eftermiddagen

### Schema:

#### Lördag 20/2

**0900-1000:** Avprickning och betalning

**1000-1200:** Kurs med Melker o vänner

**1200-1300:** Lunch (Pasta m.kyckling o bordsvatten)

**1300-1430:** Kurs med Melker o vänner

**1430-1500:** Fika

**1500-1600:** Kurs med Melker o vänner

**1600-1900:** Rast o vila innan middag/dansen

**1900-2100:** Middags buffe

**2100-0100:** Danskväll till Svänzons

#### Söndag 21/2:

**0900-1000:** Fika

**1000-1200:** Kurs med Melker o vänner

**1200-1300:** Lunch (Örtkryddad fläskkarré m.kokt potatis och gräddsås o bordsvatten)

**1300-1430:** Kurs med Melker o vänner

**1430-1500:** Fika

**1500-1600:** Kurs med Melker o vänner

**Bindande Anmälan:** Sker via mejl med namn och telefon samt ev. önskemål om specialkost. på foxigavle@gmail.com eller på tele 0733-982598, (par har företräde),OBS! Bindande!!

### **Specialare:**

Lördag kväll 19.00: Fläskfilébuffé med potatisgratäng och bordsvatten för 125:- (Går att köpa till starkare alternativ,öl eller vin om så önskas)

Dansentré : 125:-

Alltså buffé+dansentré: 250:- för de som går kursen.

Ordinarie pris är för entrén 150:- och buffén likaså 150:-

Anmälan senast 3 dagar före kursstart för Middag/Dansentre till specialpriset.

Orkar du inte komma ihåg allt? Du finner även denna information på : <http://www.gavledans.se> och på <http://www.dansmaffian.se>

Arrangörer: Anders Hessel och Leif Wibron (Gavledans.se), i samarbete med Parken Gävle och Gävle rockin rolling club.