

2010

# Inbjudan till

## FÖLLINGEVECKAN

Traditionell dans och musik

*Söndag 11/7 kl 18.00 – fredag 16/7 kl sent...*

Välkommen till **Föllinge** och en semestervecka med dans, musik och naturupplevelser - mitt i högsommaren och mitt i en levande kulturbygd.

Kursen startar på **söndag kl 18.00** med upprop, lektioner och danskväll.

**Beret Bertilsdotter och Jens Holmström** är ledare för danskursen och vi ägnar hela veckan åt Föllingedanser i Ernst Grips tradition. Det erbjuds extra finputsning av de utvalda diplomdanserna inför polskemärkesuppdansningen i Östersund 2-5 aug 2010. Det är Gammalpolska, Åtabakspolska, Norskleitjen, Hambopolska, Shlakapolska, Vingelvals, Lövnässchottis och Hyfs.

**Beret Bertilsdotter och Jens Holmström** är kursledare för danskursen.

**Mats och Ulf Andersson, Oline Bakkom och Anders Hellström** är kursledare för spelkursen och bjuder på en spännande blandning av bra dansmusik.

Kurserna är förlagda till den anrika och vackert belägna hembygdsgården Tunbacken. Där blir det många tillfällen för dans och spel att mötas, vilket är kärnan i Föllingeveckans verksamhet.

**Lunch kan beställas i förväg och den serveras på Tunbacken.** ICA Häggenås är ny restauratör för året och serverar en lunch med huvudrätt, riklig salladsbuffé och kaffe med god kaka. Frukost och middag ordnar ni själva. På orten finns bensinstation med liten matbutik och restaurang. Festmiddag vid avslutningen ingår i kursavgiften och består av en festbuffé med efterrätt.

Vi hoppas att årets kurser inspirerar både nyfrälsta och inbitna vänner av gammaldans och polskor och att vi ses den 11 juli! Från och med 17.30 bjuder vi på kaffe.

Föllinge musikkommitté / Ulla, Christina, Beret, Mats och Ulf

**English version below.**

# Danskursen

Danskursens mål är att lära ut huvuddelen av Ernst Grips dansarv från 1920-40 talets Föllinge - Hotagenbygd. Tonvikten i undervisningen läggs på att hitta en stil och karaktär som förhöjer dansupplevelsen.

- **Hur hittar man balans och driv?**
- **Hur samdansar man med sin partner?**
- **Hur vet man vilken låt och vilken dans som passar ihop?**

Kursen har plats för 18 par och vänder sig till vana dansare med erfarenhet av polskor.

Upplysningar: Beret 063 – 10 59 81.

**Beret Bertilsdotter** är uppvuxen i Offerdal, grannsocken till Föllinge. Sedan tidiga tonår har hon dansat polskor med lika stor lust som bugg, gammeldans och internationell dans. Hon har haft danskurser och turnerat med olika uppvisningsgrupper sen mitten av 70-talet runt om i Sverige och utomlands. 1985 träffade hon Ernst Grip för första gången och 1995 hade hon slutfört dokumentationen av de 15 danser han förmedlade. Beret har varit arrangör och ledare vid Föllingeveckan sedan 1992.



**Jens Holmström** kommer från Höga Kusten. Intresset för folklig dans och kultur kom under studietiden i Östersund. Han arbetar för att dansen ska få större utrymme genom olika publika arrangemang och att regelbundet hålla kurser i polskdans. Jens är även riksfunktionär i dans- och musiksektionen i Folkdansringen.

# Fiolkursen

Fiolkursens mål är att förmedla bra dansmusik i allmänhet och i synnerhet om man vill spela till danser från Föllinge/Hotagenbygden. Spelandet sker nivågrupperat och mest på gehör.

Vid flera tillfällen spelar man till danskursen för att uppleva tempo och karaktär på låtarna.

En del av kursmaterialet, noter och CD, kommer att skickas ut i förväg. Kursen har plats för ca 28 deltagare.

Upplysningar: Ulf 0691 - 201 58



**Ulf och Mats Andersson** är båda riksspelmän sedan 1978 och uppväxta i Föllinge. De började spela fiol i tioårsåldern med spelmannen Lennart Olsson från Föllinge som lärare.

Möten med traditionsbärare runt om i Jämtland har gett dem en genuin grund som folkmusiker. Ulf och Mats erövrade stort guld i samspel redan 1982 och är lika uppskattade estradörer som kursledare. Deras skickliga samspel, som ger danslåtarna driv och energi, har i hög grad bidragit till Föllingedansernas popularitet. De har verkat som arrangörer och lärare vid Föllingeveckan sedan 1978.



**Anders Hellström** är en multiinstrumentalist som specialiserat sig främst på fiol och dragspel men som även hanterar bas, tramporgel och durspel.

Anders är folkmusik-pedagogiskt utbildad på Malungs folkhögskola och Musikhögskolan i Stockholm och har varit ledare på Föllingeveckan under många år.



**Oline Bakkom** har sina rötter i Norsk tradition, framförallt från sin hembygd Renlandet. Hon spelar som frilansmusiker med flera norska och svenska grupper. Hon har bland annat rönt stora framgångar med folkmusikgruppen Dalakopa från Röros som hon också vunnit en grammis med. Läs mer på [www.oline.se](http://www.oline.se).

# *Welcome to "Föllingeveckan"*

Föllingeveckan is a weeklong course in traditional dance and music from the district Föllinge - Hotagen, 700 km north of Stockholm.

The dances and music that you will learn has a unique connection in this area, thanks to Ernst Grip who carried on the tradition from his childhood. He was born 1918 in Föllinge and taught these dances throughout Sweden from 1985 - 1998, the year he passed away.

The courses take place at the ancient and beautifully set outdoor museum "Tunbacken". During the week there are many opportunities to let music and dance meet. The fiddlers play their Lapp-Nils polskas while the dancers practice Gammalpoliska and Åtabakspolska. The musicians are offered two hour-long workshops to learn the polska- and bakmesstep and every evening there is a dance party.

Föllinge is a small town of 600 people. Yet there is all the necessary service like post and bank office, drugstore, supermarket, restaurant, healthcare center, gas station, bus- and cab station etc. You get there by taking the train or airplane to Åre – Östersund airport and then bus or cab 65 km north. The town is surrounded by lakes, deep forests, fishing creeks, hills and beautiful, small farming villages and lots of healing solitude, wilderness, silence and crisp air. The rolling but vast and snowcapped mountains of western Jämtland waits for you only 30 km from Föllinge.

The teachers this year are:

Fiddle: Mats and Ulf Andersson, Oline Bakkom and Anders Hällström.

Dance : Beret Bertilsdotter and Jens Holmström.

To receive more information please send an e-mail to: [follingeveckan@gmail.com](mailto:follingeveckan@gmail.com)