

# KOMIÐ OG DANSIÐ

## DAGSKRÁ HAUST 2018

Námskeiðin eru haldin í Danshöllinni, Drafnarfelli 2.

Upplýsinga og innritunarsími 557-7700

Munið að skrá þáttöku á námskeið

Facebook: [Komið og dansið](#)

Netfang: [kod@komidogdansid.is](mailto:kod@komidogdansid.is) Heimasíða: [www.komidogdansid.is](http://www.komidogdansid.is)

### September 2018 :

6.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
11.	Gjaldfrítt kynningarkvöld línudans-sving Bugg o.fl.	kl. 20.30 - 22.00
13.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
15.	Frítt danskynningarnámskeið	kl. 14.00 - 16.00
16.	Verðum ballfær -fyrir byrjendur Námskeiðið er 4 sunnudagskvöld.	kl. 20.00 - 22.00
17.	Línudans 4 kvöld	kl. 19:45 - 20.45
20.	Danskvöld –allir velkomnir – Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
22. og 23.	Byrjendanámskeið Sving	kl. 13:30 - 15:30
22. og 23.	Byrjendanámskeið Gamla góða tjúttið	kl. 16.00 - 18.00
25.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 4	kl. 19.30 - 20.45
25.	Minidans - Æfingadans	kl. 20.45 - 21.15
25.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 1	kl. 21.15 - 22.30
26.	Sving byrjendur miðvikudagskvöld	kl. 20:00 - 22.00
27.	Danskvöld –allir velkomnir – Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
28.	Danskvöld –Jump, bugg og sving	kl. 20.30 - 22.30

### Október 2018 :

4.	Danskvöld –allir velkomnir	kl. 20.00 - 22.30
6.	Októberfest	kl. 20.00 - 24.00
11.	Danskvöld –allir velkomnir	kl. 20.00 - 22.30
12.	Gömludansakvöld með IOGT	kl. 20:00 - 23:30
15.	Línudans 4 kvöld	kl. 19:45 -20:45
18.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
25.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
30.	Sænskt bugg 3 þriðjud.kvöld Bugg 5	kl. 19.30 - 20.45
30.	Minidans - Æfingadans	kl. 20.45 - 21.15
30.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 2	kl. 21.15 - 22.30
31.	Jump boogie 2 miðvikudagskvöld	kl. 20:00- 21:30

### Nóvember 2018:

1.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
3.-4.	Byrjendanámskeið Sving	kl. 13.30 - 15.30
3.- 4.	Svingnámskeið Framhald	kl. 16.00 - 18.00
4.	Verðum ballfær -fyrir byrjendur Námskeiðið er 4 sunnudagskvöld.	kl. 20.00 - 22.00
8.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
9. og 10.	Nóvembergleði á Hótel Ör. Danshljómsveit Friðjóns Jóhannssonar	
15.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
16.	Danskvöld –Jump, bugg og sving	kl. 20.30 - 22.30
20.	Sænskt bugg, 2 þriðjud kvöld Bugg 6	kl. 19.30 - 20.45
20.	Minidans - Æfingadans	kl. 20.45 - 21.15
20.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 3	kl. 21.15 - 22.30
22.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
23.	Gömludansakvöld með IOGT	kl. 20:00 - 23:30
29.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30

### Desember 2018 :

6.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
13.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
14.	Jólahlaðborð Hótel Ör	
20.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
27.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30

### Janúar 2019 :

5.	Nýársfagnaður	
----	---------------	--

Dansdvöl í Calpe á Spáni 11. – 25. október 2018

Dansdvöl í Calpe á Spáni 2. – 19. maí 2019

Dans og hljómlistarævintýri í Malung í Svíþjóð 14. – 21.júlí 2019.

## ATHUGIÐ:

**Kl. 20:15 á Danskvöldi verður kennt eitt afbrigði í dansi.**

**Danshöllin er reyklaust félagsheimili.**

### Hvað kostar þetta ?

Almennt tveggja daga helgarnámskeið	kr. 4.000
4 kvöldla línudansnámskeið	kr. 4.000
Verðum ballfær (4 sunnudagskvöld)	kr. 8.000
4 kvöldla svingnámskeið	kr. 8.000
3 kvöldla sænskt bugg	kr. 4.500
2 kvöldla sænskt bugg	kr. 3.000
2 kvöldla Jump boogie	kr. 3.500
Aðgangseyrir á Danskvöld	kr. 1.100
10 miða klippikort á Danskvöld/æfingadansleiki	kr. 9.000
Afsláttarmiðar gilda á öll dansnámskeið	

### Verðum ballfær námskeiðin : Sunnudagskvöld

1. 16., 23., 30., sept, 7. okt.
2. 4., 11., 18., 25. nóv.

### Línudansnámskeið mánudagskvöld

1. 17., 24., sept. 1., 8. okt.
2. 15., 22., 29., okt. 5. nóv

### Sænskt bugg Þriðjudagskvöld:

- |                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| 1. 25. sept., 2., 9. okt.   | Bugg 1. Þriðjudagskv. |
| 2. 30., okt., 6., 13., nóv. | Bugg 2 Þriðjudagskv.  |
| 3. 20., 27. nóv., 4., des   | Bugg 3 Þriðjudagskv.. |
| 4. 25. sept., 2., 9. okt.   | Bugg 4 Þriðjudagskv.  |
| 5. 30., okt., 6., 13., nóv  | Bugg 5 Þriðjudagskv   |
| 6. 20., 27. nóv             | Bugg 6 Þriðjudagskv   |

### Gamla góða tjúttíð helgarnámskeið

22. og 23. sept

### Svingnámskeið – byrjendur miðvikudagskvöld

26. sept., 3., 10., 17., okt

### Svingnámskeið-helgarnámskeið

22. og 23. sep. byrjendur

3. og 4. nóv. byrjendur og framhald

Jump boogie Miðvikudagskvöld

31. okt 7. nóv.

Komið hefur í ljós að fólk hafi þurft frá að hverfa af dansnámskeiðum og dansleikjum vegna ofnæmisviðbragða við ilmefnum s.s. ilmvötum og rakspíra. Vinsamlegast takið tillit til þess.

### Nánari upplýsingar í síma 557 7700

*Nú geta allir lært að dansa léttu sveiflu.*

*Ekkert er auðveldara.*

*Lærðu léttu danssveiflu á tveimur dögum.*

### Hvað er kennt ?

Kennt er Swing/Rock'n Roll sem er svipað íslenska tjúttinu.

Sænskt bugg nýtt á Íslandi

Einnig eru kenndir línudansar og dansar sem dansaðir eru á böllum.

### Fimmtudagskvöld

Á hverju fimmtudagskvöldi er danskvöld þar sem spiluð er Sving- og blönduð dansamúsik af geisladiskum. Þarna gefst fólki tækifæri til að æfa það sem kennt hefur verið á námskeiðum og dansa aðra dansa sem dansaðir eru á skemmtistöðum. Það er mál manna að danskvöldin séu bestu böll í bænum, þar sem fólk dansar sér til gleði, kófsvitnar og allt er þetta án áfengis.

Auk fimmtudagskvöldu eru haldnir dansleikir á laugardagskvöldum 4-5 sinnum á ári.

### Munið eftir léttum klæðnaði, lágum skóm og handklæði til að þurrka svitann.

### Langar þig að dansa ?

Námskeiðin hjá KOMIÐ OG DANSIÐ eru stutt og einföld en umfram allt mjög skemmtileg.

Eftir hvert námskeið hafa flestir lært nóg til að geta óhræddir farið út á gólf á dansstöðum og dansað sér til ánægju.

Ekki er nauðsynlegt að hafa með sér dansfélaga, því fyrirkomulag námskeiðanna er með þeim hætti að sífellt er skipt um um dansfélaga og aðeins dansað stutta stund við hvern og einn. Þetta er mjög góð hreyfing og bæði skemmtileg og góð líkamsrækt.

Ath : Eigið alltaf auðvænt af dagskránni í veskinu og gefið áhugasömum.

Komið hefur í ljós að fólk hafi þurft frá að hverfa af dansnámskeiðum og dansleikjum vegna ofnæmisviðbragða við ilmefnum s.s. ilmvötum og rakspira. Vinsamlegast takið tillit til þess.

**Nánari upplýsingar í síma 557 7700**

*Nú geta allir lært að dansa léttu sveiflu.  
Ekkert er auðveldara.  
Lærðu léttu danssveiflu á tveimur dögum.*

**Hvað er kennt ?**

Kennt er Swing/Rock'n Roll sem er svipað íslenska tjúttinu.

Sænskt bugg nýtt á Íslandi

Einnig eru kenndir línudansar og dansar sem dansaðir eru á böllum.

**Fimmtudagskvöld**

Á hverju fimmtudagskvöldi er danskvöld þar sem spiluð er Sving- og blönduð dansmúsík af geisladiskum. Þarna gefst fólki tækifæri til að æfa það sem kennt hefur verið á námskeiðum og dansa aðra dansa sem dansaðir eru á skemmtistöðum. Það er mál manna að danskvöldin séu bestu böll í bænum, þar sem fólk dansar sér til gleði, kófsvitnar og allt er þetta án áfengis.

Auk fimmtudagskvöldu eru haldnir dansleikir á laugardagskvöldum 4-5 sinnum á ári.

**Munið eftir léttum klæðnaði, lágum skóm og handklæði til að þurrka svitann.**

**Langar þig að dansa ?**

Námskeiðin hjá KOMIÐ OG DANSIÐ eru stutt og einföld en umfram allt mjög skemmtileg.

Eftir hvert námskeið hafa flestir lært nóg til að geta óhræddir farið út á gólf á dansstöðum og dansað sér til ánægju.

Ekki er nauðsynlegt að hafa með sér dansfélaga, því fyrirkomulag námskeiðanna er með þeim hætti að sífellt er skipt um um dansfélaga og aðeins dansað stutta stund við hvern og einn. Þetta er mjög góð hreyfing og bæði skemmtileg og góð líkamsrækt.

Ath : Eigið alltaf aukaeintak af dagskránni í veskinu og gefið áhugasömum.

# KOMIÐ OG DANSIÐ DAGSKRÁ HAUST 2018

Námskeiðin eru haldin í Danshöllinni, Drafnarfelli 2.

Upplýsinga og innritunarsími 557-7700

**Munið að skrá þáttöku á námskeið**

Facebook: [Komið og dansið](#)

Netfang: [kod@komidogdansid.is](mailto:kod@komidogdansid.is) Heimasíða: [www.komidogdansid.is](http://www.komidogdansid.is)

**September 2018 :**

6.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
11.	Gjaldfrítt kynningarkvöld línudans-sving Bugg o.fl.	kl. 20.30 - 22.00
13.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
15.	Frítt danskynningarnámskeið	kl. 14.00 - 16.00
16.	Verðum ballfær -fyrir byrjendur Námskeiðið er 4 sunnudagskvöld.	kl. 20.00 - 22.00
17.	Línudans 4 kvöld	kl.19:45 - 20.45
20.	Danskvöld –allir velkomnir – Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
22. og 23.	Byrjendanámskeið Sving	kl. 13:30 - 15:30
22. og 23.	Byrjendanámskeið Gamla góða tjúttið	kl. 16.00 - 18.00
25.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 4	kl. 19.30 - 20.45
25.	Minidans - Æfingadans	kl. 20.45 - 21.15
25.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 1	kl. 21.15 - 22.30
26.	Sving byrjendur miðvikudagskvöld	kl. 20:00 - 22.00
27.	Danskvöld –allir velkomnir – Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
28.	Danskvöld –Jump, bugg og sving	kl. 20.30 - 22.30

**Október 2018 :**

4.	Danskvöld –allir velkomnir	kl. 20.00 - 22.30
6.	Októberfest	kl. 20.00 - 24.00
11.	Danskvöld –allir velkomnir	kl. 20.00 - 22.30
12.	Gömludansakvöld með IOGT	kl. 20:00 - 23:30
15.	Línudans 4 kvöld	kl. 19:45 -20:45
18.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
25.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
30.	Sænskt bugg 3 þriðjud.kvöld Bugg 5	kl. 19.30 - 20.45
30.	Minidans - Æfingadans	kl. 20.45 - 21.15
30.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 2	kl .21.15 - 22.30
31.	Jump boogie 2 miðvikudagskvöld	kl. 20:00- 21:30

## Nóvember 2018:

1.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
3.-4.	Byrjendanámskeið Sving	kl. 13.30 - 15.30
3.- 4.	Svingnámskeið Framhald	kl. 16.00 - 18.00
4.	Verðum ballfær -fyrir byrjendur	kl. 20.00 - 22.00
	Námskeiðið er 4 sunnudagskvöld.	
8.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
9. og 10.	<b>Nóvembergleði á Hótel Örk.</b> <b>Danshljómsveit Friðjóns Jóhannssonar</b>	
15.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
16.	Danskvöld –Jump, bugg og sving	kl. 20.30 - 22.30
20.	Sænskt bugg, 2 þriðjud kvöld Bugg 6	kl. 19.30 - 20.45
20.	<b>Minidans - Æfingadans</b>	<b>kl. 20.45 - 21.15</b>
20.	Sænskt bugg, 3 þriðjud.kvöld Bugg 3	kl. 21.15 - 22.30
22.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
23.	<b>Gömludansakvöld með IOGT</b>	<b>kl. 20:00 - 23:30</b>
29.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30

## Desember 2018 :

6.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
13.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
14.	<b>Jólahlaðborð Hótel Örk</b>	
20.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30
27.	Danskvöld –allir velkomnir- Blandaðir dansar	kl. 20.00 - 22.30

## Janúar 2019 :

5. Nýársfagnaður

Dansdöl í Calpe á Spáni 11. – 25. október 2018

Dansdöl í Calpe á Spáni 2. – 19. maí 2019

Dans og hljómlistarævintýri í Malung í Svíþjóð 14. – 21.júlí 2019.

## ATHUGIÐ:

**Kl. 20:15 á Danskvöldi verður kennt eitt afbrigði í dansi.**

## Danshöllin er reyklaust félagsheimili.

## Hvað kostar þetta ?

Almennt tveggja daga helgarnámskeið	kr. 4.000
4 kvöldna línudansnámskeið	kr. 4.000
Verðum ballfær (4 sunnudagskvöld)	kr. 8.000
4 kvöldna svingnámskeið	kr. 8.000
3 kvöldna sænskt bugg	kr. 4.500
2 kvöldna sænskt bugg	kr. 3.000
2 kvöldna Jump boogie	kr. 3.500
Aðgangseyrir á Danskvöld	kr. 1.100
10 miða klippikort á Danskvöld/æfingadansleiki	kr. 9.000
Afsláttarmiðar gilda á öll dansnámskeið	

## Verðum ballfær námskeiðin : Sunnudagskvöld

3. 16., 23., 30.,sept,7..okt.
4. 4., 11., 18., 25. nóv.

## Línudansnámskeið mánudagskvöld

3. 17., 24., sept. 1.,8..okt.
4. 15.,22.,29.,okt. 5. nóv

## Sænskt bugg Þriðjudagskvöld:

- |                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| 3. 25. sept.,2., 9. okt.    | Bugg 1. Þriðjudagskv. |
| 4. 30., okt., 6., 13., nóv. | Bugg 2 Þriðjudagskv.  |
| 3. 20., 27. nóv., 4., des   | Bugg 3 Þriðjudagskv.. |
| 4. 25. sept.,2., 9. okt.    | Bugg 4 Þriðjudagskv.  |
| 5. 30., okt., 6., 13., nóv  | Bugg 5 Þriðjudagskv   |
| 6. 20., 27. nóv             | Bugg 6 Þriðjudagskv   |

## Gamla góða tjúttið helgarnámskeið

22. og 23. sept

## Svingnámskeið – byrjendur miðvikudagskvöld

26. sept., 3.,10., 17., okt

## Svingnámskeið-helgarnámskeið

22. og 23.sep. byrjendur

3. og 4. nóv. byrjendur og framhald

Jump boogie Miðvikudagskvöld  
31. okt 7. nóv.