

# EASTFIELD'S



## Linedancers

**INTRESSERAD AV ATT PROVA  
NÅGOT NYTT??!**

**Vi startar nybörjarkurs i linedance**

I Folkets hus, Bergasalen, Åkersberga Centrum (vid bion).  
Kursstart tisdag 22 januari kl 20.00-21.00.  
Kursen omfattar 12 ggr och kostar 800 kr.

Kom och prova på - första gången gratis!

**VÄLKOMNA!!**

### Dans håller hjärnan ung

Salsa, jazz och line dance. Det var vad tyska forskare ordinerade sina försökspersoner när de nyligen avslöjade att dans fungerar som ett ungdomselixir för hjärnan.

I sin studie upptäckte de bl. a. att områden i hjärnan som försämras med åldern blommar upp igen hos människor som dansar regelbundet. Därför anser forskarna att dans kan vara ett lovande medel mot demens.

(Saxat ur Illustrerad Vetenskap aug 2017)

Linedance dansas som namnet antyder i grupp i raka linjer. Danserna är koreograferade till ett visst musikstycke och man lär in varje dans enligt ett stegschema.

Linedance dansas till alla typer av musik, från country, rock och swing till hip hop och svensktopp.

INFORMATION OM VÅRA ÖVRIGA KURSER OCH VERKSAMHET  
FINNER DU ALLTID PÅ VÅR HEMSIDA [www.efld.se](http://www.efld.se)  
HÅLL UTKIK!!

Intresseanmälan görs via e-post till [info@efld.se](mailto:info@efld.se)  
eller via sms eller telefon till 070-5952060.

**Eastfield's Linedancers Club**

(I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan)