



# HÄLSINGE HAMBON

**Lördag 8 juli**  
HÅRGA – BOLLNÄS - ARBRÅ – JÄRVSÖ

## ***Du ska känna dig varmt välkommen till Hälsingehambon 2023!***

Hälsingehambon arrangeras i ett samarbete mellan Föreningen Hälsingehambon, Hanebo hembygdsförening, Arbråbygdens folkdansgille och Järvsö Hembygdsförening. Planeringen har gjorts med ideella krafter för att hitta en balans mellan dansupplevelse, arbetsinsatser och ekonomi. Hela dagen ramas in av naturen i Ljunsans dalgång mellan Hälsinglands blånande berg.

Vår förhoppning är att många hittar till oss för den färgglada dans- och musikfestens skull! Hälsingehambon är en självklar träffpunkt för människor i alla åldrar, från alla landskap, alla länder och alla kulturer.

*Föreningen Hälsingehambon*

## **Här kommer lite information om dagen och tävlingen.**

### **Vi behöver er hjälp**

Under dagen behöver vi som arrangör lite hjälp av er som dansar. Många bilar kommer att förflytta sig mellan dansplatserna så ta det lugnt. Köer kan bildas så om det är möjligt förflytta er gärna mellan dansplatserna innan alla dansat klart så elimineras den risken något.

***Samåk gärna under dagen!***

### **Parkering**

Parkeringar finns reserverade för dansare nära varje etappområde. Skriv ut bifogad fil med texten "PARKERING DANSARE" och placera den i framrutan på bilen, så hjälper den parkeringsvakterna under dagen att guida er rätt på samtliga etapper. Till er som inte har med er parkeringsskylt finns det att hämta ut i Hårga på morgonen.

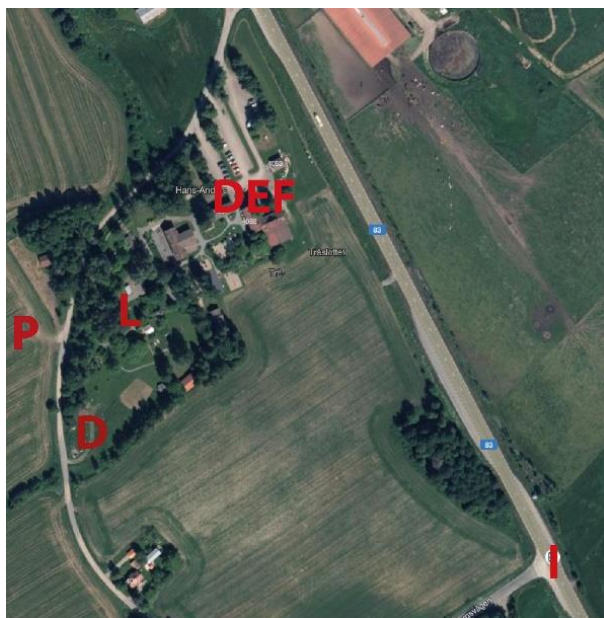
## Parkering LÅNGNÄS Bollnäs Etapp 2



P = Parkering Dansare  
Def = Samlingsplats för Defilering  
(gångväg vid vattnet)  
D = Dansetapp 2

**Koordinater Långnäs** WGS84 DD (LAT,  
LONG) 61.34219, 16.40559

## Parkering TRÄSLOTTET Arbrå Etapp 3



I=Infart  
P=Parkering  
Def=Defilering  
D=Dans  
L=Lunch

**Koordinater Träslottet** WGS84 DD  
(LAT, LONG) 61.45173, 16.38023

## Nummerlappsutlämning

Ni hämtar ut era startkuvert med nummerlapp och information vid hembygdsgården i Hårga på morgonen, från klockan 6.30 till senast 7.30. Utlämningsbordet är placerat intill grindarna till hembygdsgården. Nummerlappen fästs på kavaljerens rygg och ska vara väl synlig.

## Anmälan

Det går bra att direkt anmäla sig på morgonen i Hårga, vilket görs i sekretariatet vid hembygdsgården (intill startkuverts utlämningen) fram till kl.7.30. Anmälningsavgiften vid direktanmälan är 1400 kr/par för vuxna i huvudklass eller seniorklass. 500 kr/par ungdomsklass. Man får endast vara anmäld med en danspartner till Hälsingehambon.

## Defilering

Defilering är en parad där Alfta-, Bollnäsbygdens- och Järvsöspelmanslag tillsammans med elever från kulturskolor i Hälsingland går i tåten av alla dansare ut till dans platsen på etapp Hårga och Bollnäs. På etapp Arbrå och Järvsö går dansarna själv medan spelmännen står på scen och spelar. Dansare går med i defileringen utan bestämd nummerordning. Startplats för defilering finns uppmärkt med flagga vid samtliga etapper. Dansledare finns på plats att svara på frågor vid uppställningen inför defileringen. Försök att passa tid till defilering då det är ett trevligt och festligt inslag när alla dansare tillsammans tågar in på dansområdet (se tidsprogrammet)

## Uppvärmning

Före starten av varje dansetapp är det några minuters gemensam uppvärmning för att känna på takt och underlag. När ni inte dansar är det tillåtet att värma upp utanför ringen så att ni är uppvärmda när det blir er tur att dansa.

## Dansetapp

Varje dansetapp sker i ring med ca 12–20 par i varje ring beroende på antalet deltagare. Rättvänd startordning efter startnummer vid alla etapper. I de första ringarna dansar seniorerna och ungdomarna, (4 minuter). Huvudklass dansar 8 minuter. Kom ihåg att vi dansar ute oavsett väder, så ta med regncape att använda vid behov.

Hårga, etapp 1. Dansunderlag slätteräng.

Bollnäs, etapp 2. Dansunderlag trägolv (inomhus)

Arbrå, etapp 3. Dansunderlag gräsmatta.

Järvsö, etapp 4 med semi- och finaler. Dansunderlag trägolv.

## Sista minuten - publikens favorit (gäller ej för seniorklass)

När en minut återstår i huvudklass och 30 sekunder i ungdomsklass, slutar domarna att döma. Dansarna är därmed fria att, om de vill, vara kreativa och göra nya turer i hambodansen. Dans ska dock fortsätta med den partner man började dansen med och man får inte störa de par som dansar före och efter i ringen. Publiken kan naturligtvis rösta på sin favorit under hela etappen. Röstning görs hos informationsbilen och kostar 20 kr/röst. Prisutdelning sker under kvällen på Stenegård.

## Detta bedöms i Hälsingehambon

Hälsingehambo är en mjuk och kraftfull nighambo med betoning på 1:a takt delen genom hela dansen. Dansen ska flyta på i en jämn rörelse framåt genom alla 8 takter i repris. Paren blir bedömda för teknik, balans, samdansning och följsamhet till musiken. Helhetsintrycket påverkar, mer än detaljer, domarnas val av bedömningssiffror.

De fem domarna ger var för sig en bedömningssiffra till varje danspar vid alla etapper. Etapperna dansas på olika underlag och att bemästra dessa är en av utmaningarna i Hälsingehambon. Slätterängen i Hårga och gräsmattan på Träslottet kan på vissa ställen vara gropiga. Skulle ett par vid ett enstaka tillfälle halka och komma ur balans ger domarna dem en ny chans i nästa repris. En annan utmaning i Hälsingehambon är att orka hålla stilen hela etappen igenom, 8 minuter för huvudklassen och 4 minuter för ungdomar och seniorer. Domarna har möjlighet att döma när

som helst under dansen förutom under den sista minuten då paret kan flirta fritt med publiken för att vinna publikens pris.

I finalen, där de par som gett bäst helhetsintryck dansar, fokuserar domarna mer på detaljer vid bedömningen. Detaljerna kan väga olika tungt för varje enskild domare och på så vis kan domarna komma att ge olika domarpoäng. Att vinna är en ära men alla som dansar Hälsingehambon gör en fantastisk prestation.

**Lycka till alla dansare – och kom ihåg att visa energi och dansglädje för det är det allra viktigaste!**

## Semifinal och finaler

I huvudklassen dansas semifinal och ca 10 par går därefter till final.

I seniorklassen dansas ingen semifinal utan ca 8 par går direkt till final efter fjärde etappen.

I ungdomsklassen dansar alla par final efter fyra etapper.

I finalerna sker en öppen bedömning med placeringssiffra och dessa poäng läggs samman med placeringen efter fyra etapper (och semifinal för huvudklass) vilket ger en placeringspoäng.

Om par måste skiljas åt tillämpas 1. Bäst placering efter 4 etapper + semifinal, 2. Flest antal 1:or i finalen.

## Tävlingspriser

Vinster ges till de tre bäst placerade paren i varje klass.

I Öppet spår lottas ett pris ut bland deltagarna.

## Lagtävling

Ett lag ska bestå av minst 5 danspar och max 15 par. Dansklass spelar ingen roll.

Vinner gör det lag som tillsammans samlar mest poäng på etapperna 1 - 4

Anmälan lämnas vid utlämningsbordet i Hårga. Hemlig vinst utlovas!

Anmälningsblankett finns att skriva ut på hemsidan eller hämtas vid utlämningsbordet i Hårga.

## Musiken till tävlingen

**Skvaderlaget** spelar till dansen etapperna 1,3 och 4. Skvaderlaget (fd. Trio KAP XL) består av Karin Denkert, Andreas Idh, Paul Sjödin, Jon Sjödin och Leif Denkert.

*"Skvaderlaget är en grupp folkmusiker som tycker om att spela till dans och har en bred repertoar av polskor och gammeldans som vi tycker om och som brukar uppskattas av dansare. Det är inspirerande för alla när musik och dans blir till ett. Gott samspel och mjukhet är kännetecknen för vår musik." Hälsningar Skvaderlaget*

**Emmas Kapell** spelar till dans på etapp 2 (Bollnäs). En nyskapad trio bestående av de etablerade musikerna Görgen Antonsson (fiol), Urban Andersson (dragspel), Andreas Malmqvist (bas)

## Hälsingehambons tävlingskommitté

Föreningen Hälsingehambons tävlingskommitté ansvarar för detaljerna kring själva tävlingsmomenten. De har uppdraget att tillsätta domare och dansledare, samt under dagen fungera som en länk mellan domare och sekretariat. I tävlingskommittén ingår:

Gabriella Bäcklin Sigtuna, Sofia Lindström Järvsö, Barbro Olsson Trogsta

## Domare 2023

Oscar Björk, Ludvika

Tommy Englund, Gävle

Susanne Björk, Ludvika

Mikael Eriksson, Arbrå

Anna Valsberg, Järvsö

## Mat

Eventuell specialkost meddelas av dansarna själva till Hårga 070-3611310 eller [ingridli@telia.com](mailto:ingridli@telia.com) och till Arbrå (Träslottet) Fredrik Ossmyr 072- 245 59 52 eller [info@traslottet.nu](mailto:info@traslottet.nu)

## Fäbodfrukost Hårga

Fäbodfrukost i Hårga betalas i separat kö för ”dräktklädda”. Kan betalas med swish eller kontant. Dansare och dräktklädda 100 kr. Dansare har ett eget frukostbord att plocka sin frukost från. Övrig publik 150 kr. Ungdomar upp till 18 år gratis.

## Fika Långnäs Bollnäs

Kaffe, glass, hamburgare finns att köpa på plats. Gäller både dansare och publik

## Lunch Träslottet Arbrå

Lunchen serveras från kl.12.30 och ingår i anmälningsavgiften för dansare i Hälsingehambon.

## Middag Järvsö

I Järvsö har restaurangen och trädgårdscafét öppet och det finns även kaffe, korv, Järvsö klämma, m.m. att köpa på området av lokala försäljare. Gäller både dansare och publik.

## Picknick-korg

Medhavd matsäck får ätas överallt förutom vid restaurangernas uppsatta bord.

Fika och mat finns att köpa för dansare och publik under hela dagen.

**Håll rent! Sopsortering finns vid alla dansplatser.**

## Information och sjukvårdsbil - följer oss under hela dagen

Vänd er hit vid frågor och funderingar. Här kan ni även rösta på publikens favorit och betalning kan göras kontant eller med swish. Bilen finns uppställd nära dansplatsen på samtliga etapper.

**Sjukvård** utbildad sjukvårdspersonal följer med under hela dagen. **Hjärtstartare finns.**

## Bad i Ljusnan

Längs Ljusnan finns många fina badplatser med möjlighet till svalkande dopp. I Hårga finns en liten badplats nära dansplatsen. I Långnäs parken i Bollnäs finns en fin sandstrand intill dansbanan. En liten badstrand finns även vid båthamnen nedanför Stenegård.

## Entré

För att stödja föreningarna tas entré för publik.

50 kr/etapp. Hårga, Bollnäs, Arbrå och Järvsö.

150 kr dags biljett (samtliga 4 etapper) finns att köpa i Hårga.

Ungdomar under 15 år går in gratis. Entrén betalas med Swish eller kontant på samtliga etapper.

***Varmt välkommen till Hälsingehambon!***

***Vi ser fram mot att träffa er alla!***

***Hälsningar Föreningen Hälsingehambon***

[www.halsingehambon.com](http://www.halsingehambon.com)

E-post: [info@halsingehambon.com](mailto:info@halsingehambon.com)

**Gilla oss gärna på Facebook!**