

Manus till nästa Lubba Runt vill vi ha senast den  
4 oktober 1999. Utgivning blir den 18 oktober.

## Lubba Runt

är medlemsbladet för

## Spånga Folkdansgille

c/o Birgitta Weiss, Trolle Bondes Gata 5, 162 24 Vällingby

Vi dansar på Spånga Folkan, Spångavägen 353.

Dar har vi telefonsvarare 08-36 47 78

Dansledare: Kenneth Olofsson 08-760 18 12

Beställning av dansuppvisningar och lekledning  
hos Kenneth 760 18 12 eller på telefonsvararen 36 47 78.

Redaktör för Lubba Runt:

Birgitta Broman, 08-760 07 95, arb 08-28 68 05

Vårt program finns på Internet:

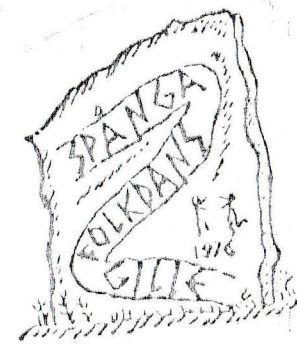
<http://www.tttab.com/sfg>



## Lubba Runt

nr 2 1999





Sommaren var plötsligt här en dag i maj efter en ovanligt kall vår.

Utgivningen av LubbaRunt nr 3/99 har vi senarelagt så att vi kunde få med hela vårprogrammet som avslutades med utflykt till Tobo bruk.

Nu är förberedelser och dansträning i full gång till Midsommarfirandet och på kvällen den 30 juni blir det folkdans och sång i Spånga Kyrka.

Vi ser fram emot varma och sköna sommar-  
kvällar då vi kan dansa på Ulvsättra Loge, Skälby  
Gård och Skansen m.fl.

Trevlig vårfest har vi haft med god mat och dans  
till framåt midnatt.

Vi tackar för alla trevliga bidrag vi fått till vår  
tidning.

Vi i LubbaRuntgänget önskar en trevlig sommar.

*Siw Torsten Erling Birgitta*





# Lite kom ihåg

Midsommarafton Samling i Prästgården	fred.	25 juni	kl 10.00
Spånga Kyrka Folkdansgudstjänst	onsd.	30 juni	kl 19.00

## Höstens terminsstarter

Kvartals- och Funktionärsmöte	sönd	26 sept	kl 18.00
----------------------------------	------	---------	----------

## Dans och musik

Folkdans	månd	6 sept	kl 19.30-21.30
Dansglädje i Spånga	lörd	18 sept	kl 10.00-16.00
Folkdanskurs	tisd.	28 sept	kl 19.30-21.30
Gammel-, Gilles-dans	onsd	15 sept	kl 19.30-21.30

Tensta Marknad	lörd	4 sept eller sönd 5 sept
Spånga Torg	lörd	11 sept

## Dräkt och slöjd

Julmarknads-arbeten	torsd	30 sept	kl 19.00
	torsd	21 okt	kl 19.00
Ljus-stöpning	sönd	3 okt	kl 10.00

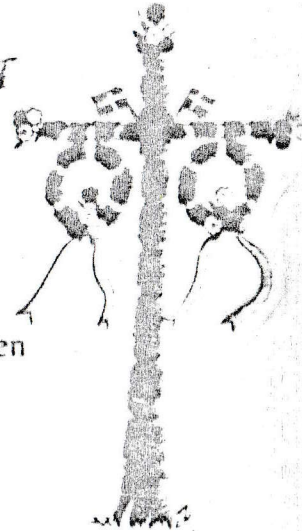
## Sång

Träning	månd	6 sept	kl 18.45-19.30
Sång-instruktion	tisd	14 sept	kl 19.00-20.30
	torsd	7 okt	kl 19.00-20.30

**NYÅRSFEST**  
**Spånga Folkan**      **fred. 31 dec kl 19.00-02.00**

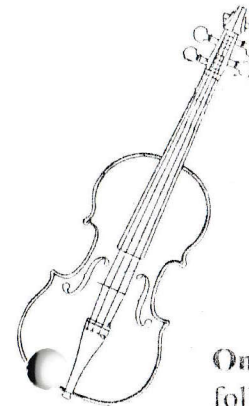
# Midsommar vid Spånga Kyrka

10.00	Samling vid Prästgården
14.00	Midsommarstången kläs med blommor
14.30	Midsommarstången reses
14.40	Dans kring midsommarstången
15.00	Dansuppvisning
15.30	Kämpalekar för barnen
16.00	Avslutning



*Välkomna!*

## Folkdansgudstjänst i Spånga Kyrka



Onsdag kväll den 30 juni kl 19.00 kommer vårt folkdanslag att tillsammans med Hasse Svedberg, violin, och Stig Larsson, nyckelharpa, bjuda på ett stort dans och musikprogram. Vi visar upp ett tiotal olika danser och vid ett par tillfällen medverkar också vår lilla sånggrupp.

Hasse och Stig kommer dessutom att spela tre musikstycken och kvällen avslutas med en kort gudstjänst.

Vi ser fram emot en stämningsfull sommarkväll med mycket folk i kyrkbänkarna.

**Välkomna!**



Ett litet försök att kort presentera vad Dansglädje kommer att innebära.

SFG startade våren -98 en projektgrupp med uppgift att undersöka och ta fram händelser från Spånga med omnejd med inriktning på dans, musik och sång. Inriktningen skall vara en uppvisning av danser i ett historiskt perspektiv från 1000-tal t.o.m. år 2000.

Här följer några exempel på vad som tagits fram.

Berättelser från vikingatiden, med båtsmän, åkarlar, tvätterskor. Från släkten Bondes tid på Hässelby slott, där Bellman enligt vissa källor (sant eller osant) skall ha gästade med sång, från den ökände kvinnotjusaren Lasse Majas äventyr som slutade i Rättegång vid Barkarbys Tingshus. Mera material finns och kommer kanske fram under hand. Gruppen tog också kontakt med Hembygdsgillet i Spånga, där vi fått värdefulla uppgifter och tips om Spångas historia.

Det material vi nu fått fram har vi sedan presenterat för Åsa och Per Olof Jacobsson som är utbildade koreografer med stor vana att arbeta med folkdansgillen av vår kaliber.

Sång och dans i glädjens tecken skall vara den s.k. Röda Tråden i uppvisningen och knytningen till Spånga med sägner och historier skall utgöra basen i programmet.



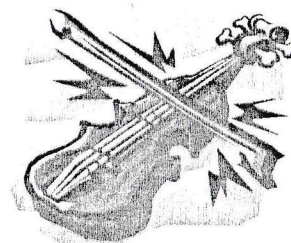
Det är alltså inte helt slut med idé-kläckandet ännu, så kom gärna in med förslag till projektgruppen om ni tror er sitta inne med bra tips.

Ni är Välkomna att delta och försiktig nyfikenhet uppskattas också., kanske finns det något ni kan vara med på, så kom gärna med frågor om något verkar oklart. Vi i projektgruppen lovar att rätta ut frågetecknen så gott det går.

**Instruktörsledda träningar inför scenprogrammet startar den 18 september, och kommer företrädesvis att ske på tisdagskvällar och ett par lördagar. Även måndagar kommer träning att ske, på de "läxor" vi fått av våra dansledare.**

Den ordinarie folkdansträningen startar vi i höst med att träna in ett antal 10-minuters block som vi sedan kan använda vid juluppvisningar och ev. andra dansuppträdanden. För att underlätta dessa träningar tänker vi engagera Rolf och Gudrun Johansson.

**VÄLKOMNA att delta i Årtusendets bästa och intressantaste projekt!  
Dansglädje i Spånga - 2000!**



Projektgruppen. / e.u Eina Olofsson





## Spånga Folkdansgilles Vårvandring 1999-03-27

När vi vaknade på morgonen visade det sig att Björn, som lovat sol, lovat lite för mycket. Det var dimma, men tur för oss det såg ut att läta.

Vi kom till Kårsögården strax före tio och då tittade solen fram och det var var i luften, vi fick papper och penna av "reseledarna" här skulle bli tips-promenad.

Tretton kluriga fragor med svarsalternativ som nästan inte skilde, och de handlade om Spånga som vi ju borde känna till. Vandringen var inte lång men det var dock lite besvärligt i spåret då det var mycket isigt.

När alla var klara med promenaden samlades vi vid Brostugan för att dricka kaffe med tillugg och där gick Björn igenom svaren. Det intresserade även andra cafégäster som deltog i diskussionen.

En vinst fanns också, ett band av och med Masen Johansson. Då vi var fler som hade bästa resultat (11 rätt) lottades vinsten ut. Undertecknad hade turen att vinna och fick då också i uppdrag att skriva en liten not om detta, som härmed är gjort.

Hälsar Margareta Klintholm

Vill du testa dig själv och din kunskap följer våra fragor nedan.

**Fraga 1:** Varje landskap i Sverige har ett landskapsdjur, vilket landskapsdjur har det landskap du nu befinner dig i?

1. Räv                      x. Havsörn                      2. Gös

**Fraga 2:** Spångagillet hemort var länge en ort utanför Stockholm så är det inte idag. Vilket datum inkorporerades Spånga med Stockholm?

1. 1948-01-01              x. 1949-01-01              2. 1950-01-01

**Fraga 3:** Alla har vi relationer med Spånga Folkdansgille och bör kunna gillet historia. När grundades Spånga Folkdansgille?

1. 1975-03-05              x. 1976-02-19              2. 1977-06-11

**Fraga 4:** Spånga Folketshus, vår dansoas, har funnits i alltid eller hur? Inte riktigt, om man skall vara ärlig, men vilket år byggdes Spångafolketshuset?

1. 1935                      x. 1937                      2. 1939

**Fraga 5:** Spånga rundradiostation, som låg där Spånga IP nu ligger var ett "landmärke" för Spånga. Vilket år invidades Spånga rundradiostation?

1. 1929                      x. 1930                      2. 1931

**Fraga 6:** Att Spånga rundradiostation var ett landmärke berodde på de två masterna som bar upp antennen. Hur hög var den högsta masten?

1. 145 m                      x. 150 m                      2. 155 m

**Fraga 7:** En annan känd byggnad i Spånga är kyrkan. Vilket århundrade byggdes den?

1. 1000-talet              x. 1100-talet              2. 1200-talet

**Fraga 8:** Midsommar, en gammal svensk tradition firas i juni varje år, firandet avlöser varandra denna dag. Vilket år började Spånga Folkdansgille att arrangera midsommarfesten vid Spånga Kyrka?

1. 1978                      x. 1979                      2. 1980

**Fraga 9:** I dagens IT-samhälle skriver vi våra brev på virtuellt papper, så gjorde man inte förr i tiden. Hur många runstenar finns det i dag i Spånga?

1. ca 40 st                      x. ca 30 st                      2. ca 20 st

**Fraga 10:** Spånga ett modernt samhälle. I dag tycker vi att el-leveranser är självklara. Men vet du vilket år Spånga elektrifierades?

1. på 30-talet              x. på 40-talet              2. på 50-talet

**Fraga 11:** Folkdräkter, ett kulturarv vi värdar. I Spånga Folkdansgille förekommer en dräkt med mycket lokal anknytning, Margaretas Spångadräkt. Var hittade man förlagen till denna dräkt?

1. på kyrkvinden              x. på Akalla gård              2. på Hägerstalund

**Fraga 12:** De flesta delarna till folkdräkterna finns både beskrivna och bevarade. Ett undantag är de så kallade "fästmannsskjortorna". Varför finns det så få fästmannsskjortor bevarade idag?

1. de syddes i dåligt material              x. de användes som svepning

2. man förlovade sig inte förr i tiden

**Fraga 13:** Folkdans, det är något man aldrig blir fullärd i. Kan du ange vilken dans man skall dansa till ... och har fick vi lyssna till "Morgonrusning på SL-garaget" av och med Yngve "Masen" Johansson.

1. snoa                      x. polka                      2. mazurka



## Högmässa med folkdans i Spånga Kyrka

I 900 år har Spånga kyrka stått där mitt i byn men aldrig har man, såvitt någon vet, dansat folkdans under högmässan i den – förrän nu.

Söndagen den 11 april dansade till fyra nyckelharpor och ett dragspel och det var fullt i bänkarna.

– Sjung och dansa till Herrens ära, så står det i Bibeln, sade prästen Jan Folksén från predikstolen och kyrkoherden Kurt Sundén tyckte att detta inte hände en dag för tidigt.

–Det finns en tradition med dans i kyrkan, sade han, för länge sedan hade man tempeldans.

Nu blev det ingen tempeldans men väl Skördedans (dock utan liar och räfsor), Ekebykadrilj, S:t Bernhards vals och Färnebopolska.

Det är nog inte många som dansat vals i koret under högmässan i någon kyrka.

Under kollekten spelades, mycket påpassligt, Skänklåt från Bjuråker men om folk lättade mer än vanligt på pungen vet väl bara kyrkvärden.

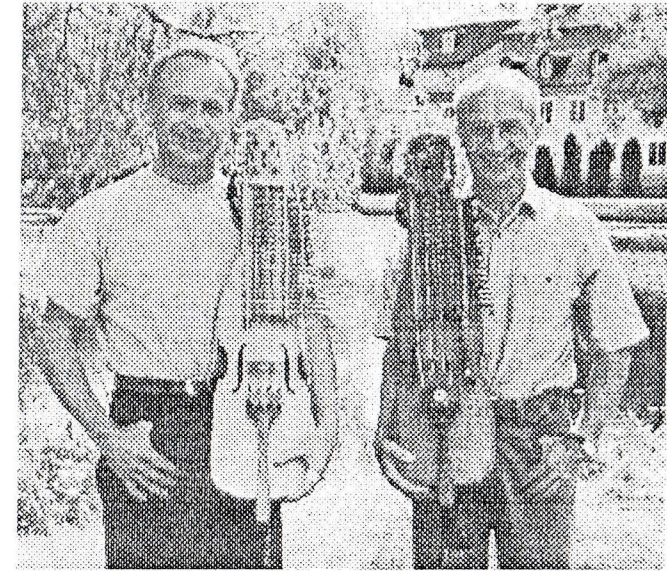
De som spelade nyckelharpa var Yvonne och Carl-Henrik Österberg, Tor Lundin och Stig Larsson från Järfälla nyckelharpsgille. Veteranen och dragspelaren Alf "Pixtorpam" Lundgren sade att han faktiskt spelat i kyrka förr, men aldrig under en högmässa.

Någon kyrkobesökare kanske blev förvirrad ty i programmet stod det att det skulle bli dansbandsmässa.

Lars Porne



## TOBO-resan Maj -99.



Solen strålade från en kornblå himmel när vi på slingrande Upplandska vägar ringlade oss fram till Tobo. Vitsippor i ofantlig mängd bredde ut en matta av vitt på grön botten på vägens båda sidor. Fåglarna sjöng av hjärtans lust. Bara Goken höll nabben. Våren var betagande skön men något kylslagen.

Masugnens karakteristiska profil höjde sig över den laga bebyggelsen som ett minnesmärke över den forna järnhanteringen omgivet av herrgård och pittoreska arbetarbostäder. Här inkvarterades vi på Erik Sahlström Institutet i ljusa trevliga dubbelrum för att forlusta oss med dans, spel och gemytligt sällskap. Redan vid ankomsten hade Stina och Elsmarie dukat upp kaffe och litet smorgasbord. Detta var inledningen på en rad oemotståndliga lackerheter vi kom att forlunas med cirka tre timmars intervall. Här serverades den mest perfekta kyckling, rostbiff med potatisgratäng, frukostbord och kokt lax. Allt till det facila priset av 560,- och då ingick också rummen. Fantastiskt!

Vi var 36 deltagare. De flesta med flera års erfarenhet men också 7 från nyborjarkursen.



Och dansa gjordes det. På lördagen hela åtta timmar. Eina och Kenneth Olofsson instruerade och förmedlade nya gilledanser och varianter i en strid ström. Var och en som har redigerat ihop ett band vet hur mycket tid det tar. Kenneth och Eina både letar upp danser och väljer matchande musik så att det blir ett helgjulet program. Säkert går mycket ledig tid åt till detta. Ett mycket imponerande arbete. Före middagen var det dans till levande musik. Bröderna Esbjörn och Sture Hogmark spelade Nyckelharpa. Av dessa eldsjälar fick vi på ett entusiasmerande sätt lära känna nyckelharpans historia, dess konstruktion och lite om Erik Sahlströms liv och skapande. Och trevligt hade vi. Utan överdrift kan jag konstatera att jag inte träffat ett sammansvetsat gäng som det varit så lätt att komma i kontakt med som er i Spånga folkdansgille. Tillsammans med er blir man inte sittande länge förrän ni tar er an att tålmodigt instruera oss nybörjare. Jag tycker att det kan kännas lite knepigt med både gilledanser och varianter. Jag behärskar inte ännu inte gammeldans tillräckligt och jag antar att grunden därför är lite vacklande. Jag kan också mycket väl tänka mig, att för er som har dansat flera år känns inte gammeldans som någon utmaning längre och att det krävs lite nya turer och varianter för att behålla intresset.

Efter frukost på söndagen guidade en väl påläst Björn Kjellander oss runt bruket och berättade trevligt om järnhantering och livet på bruket. Framställningen pikant kryddad på Björns vis med anekdoter och vardagsdetaljer från förr. Därefter åter en svängom med Kenneth och Eina före lunchen.

"Nu leken tystnat har. Till hemmet nu vi far" men med en verkligt minnesvärd veckohelg. Tack för all god mat, dans, musik, trevnad, planering och förberedelser. Ni som inte var med - Ni har faktiskt gått miste om något. Och vid hemkomsten provas förstås den nyinköpta skivan med Hogforsarna och som om det inte var nog dansat i Tobo ser jag strax hustrun glatt skutta runt i vardagsrummet.

Christer Ekwall



## Vårfesten på Bryggan

Den sjuttonde april traskade vi iväg till Bryggan i ösregnet, men så fort vi kom innanför dörrarna så kändes det att våren var på gång. Stämningen var hög från allra första stund, det hördes att vi var drygt 60 personer. Lite knepigt var det att med hjälp av ett halvt spelkort hitta sin plats vid marbordet, men snart satt alla på sina platser.

Maten var helt otroligt god, som alltid och nästan alla tog ytterligare en gång. Vi sjöng några visor tillsammans och vår sänggrupp, som ej vill bli kallad sängkör, sjöng några små trevliga visor, ett mycket uppskattat inslag.

Alla hjälptes åt att få bort bord och stolar för att dansen skulle kunna börja och Yngve, Brumme och Lasse behövde bara börja spela så var dansgolvet fullt. Eina och Kenneth lärde oss ett par nya danser som vi klarade ganska bra, dansen pågick till klockan tolv, med avbrott endast för kaffe och tårta.

Trötta och nöjda vandrade vi hemåt i natten. Ett stort tack till festkommittén för en mycket lyckad vårfest och en bra början på våren

Inger o Ragnar





## DILLKYCKLING 4-6 port

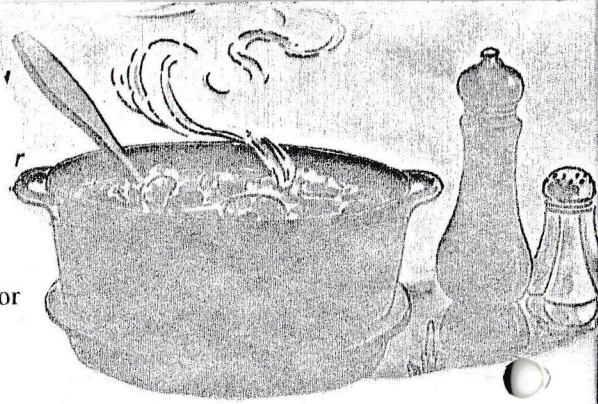
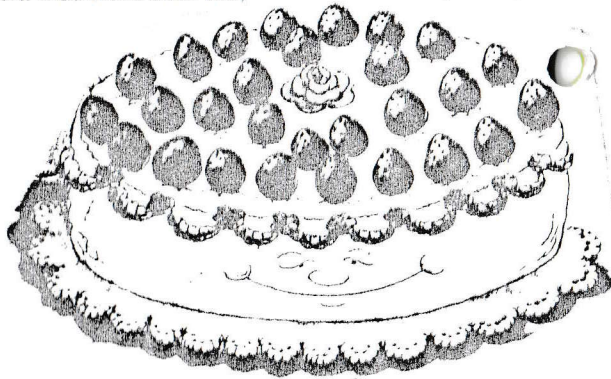
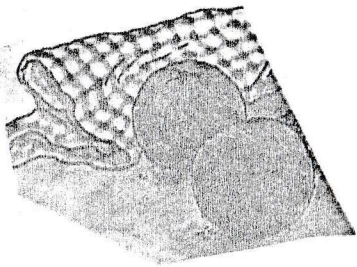
1-2 kycklingar i portionsbitar  
 1-2 gula lökar finhackade eller i klyftor  
 1 stor knippa färsk dill  
 1 förp dj fr dill  
 2 hönsbuljongtärningar  
 5 dl vitt vin eller vin + vatten  
 3 dl grädde  
 Majzenamjöl att reda av såsen

Dela kycklingen i portionsbitar, bryn dem + löken + dillkvistarna i lite marg. Lägg alltsammans i en gryta, tillsätt buljongtärningarna + vinet. Låt koka till köttet är färdigt. Lyft bort dillstjälkarna, slå på grädden och red av med lite Majzenamjöl. Tillsätt dj fr dillen smaka av med salt och vitpeppar.

## BROTTOMTÄRTA

4 dl grovriven mandelmassa  
 4 ägg  
 2 dl creme fraiche  
 1 tsk vaniljsocker  
 frukt eller bär av valfri sort

Mixa samman mandelmassa och ägg till en slät smet och häll i en smord form (gärna med löstagbar kant) och grädda i 175 grader grader i ca 15-20 min. Låt kakan svalna. Blanda vanilj och creme-fraiche och bred över kakan. Garnera med frukt eller bär.



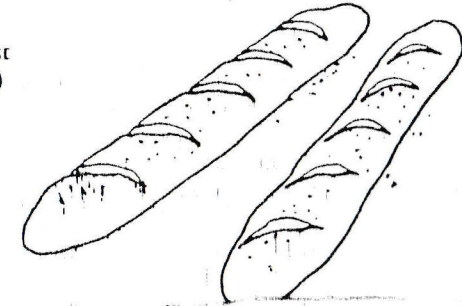
## Baguetter

Här ett bra recept på baguetter som får en spröd men ganska rejäl brödkorpa. Baguetterna blir "sprödsega". Speciellt om man gör sig besväret att duscha bröden med vatten (det går fint att använda blomspruta) då och då under gräddningen.

Degen är lustig, den ska jäsa riktigt länge så att maximal smak och arom hinna bildas, men den ska inte knådas alls. Degen jäser ett par timmar i rumsvarme, men man kan istället jäsa degen i kylskåpet över natten.

## TILL 3 BAGUETTER:

1/3 (ca 17 g) paket jäst  
 (gärna 1 msk honung)  
 1 1/2 tsk salt  
 6 dl kallt vatten  
 ca 13 dl vetemjöl



□ Börja med att smula ner den lilla mängden jäst i en bunke. Strö på salt (jag tar alltid i lite honung också) och häll på en skvätt av vattnet. Rör om så att jästen löser sig helt. Håll då på resten av vattnet.

Tillsätt mjölet och rör om. Jäs som sagt degen i 2 timmar i rumsvarme eller i kylskåp (bunken väl täckt, så att degen inte torkar) över natten. Smörj en bakplåt.

Värm ugnen till 250-275° C. Häll ut den jästa degen på väl mjolat bakbord. KNÅDA INTE! Det är det som är hemligheten här! Skär i stället (vass kniv!) degen i tre delar och bara forma eller "fös" ihop degbitarna till avlånga baguetter - lika långa som bakplåten.

Mjola de utbakade bröden lite lätt - flytta över dem på den smorda plåten. Skära dem med vass och tunn kniv. Jäs i ca 10 minuter.

Grädda mitt i ugnen i den starka ugnsvärmen ca 15 minuter. Sänk sedan värmen till 175° och grädda i ytterligare ca 15 minuter. OBS! Spreja med vatten 3-5 gånger under gräddningen - det är enkelt, man ger bara bröden en lätt dusch. Då bildas ånga, som ger bröden en i det närmaste perfekt baguette-yta.

Låt bröden svalna utan bakduk.

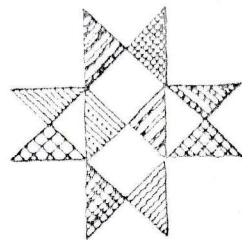
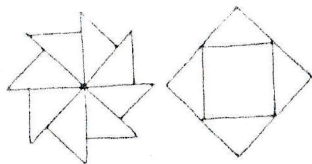
*Källa: Rosenbröd och majorer  
 Anna Bergström*

Frosttips: Baguetterna går fint att frysa - de tinas då långsamt (ca 25 minuter) i 150° ugnsvärme och blir då som nybakade.

*Sejda vid  
 Anna-Göta*

*1/3 bryter ut i ett  
 vetemjöl med i ett  
 skoldmjöl*





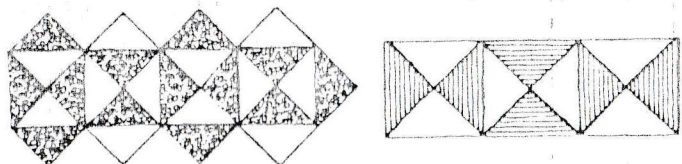
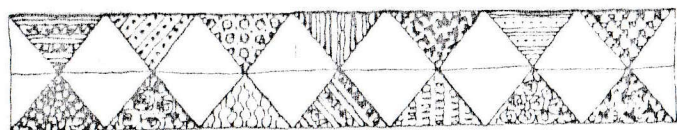
## KURS I LAPPTEKNIK

Dräkt & Slöjd har under vårterminen haft en kurs i lappteknik på Anna-Gretas Bryggan under en lördag och två torsdagskvällar. Gunnel Pettersson var vår lärare och hon är en baddare på olika slags lapptekniker. Gunnel hade med sig massor av fint material, som hon hade tillverkat själv.

Lapptekniken verkade svår när vi startade, men när Gunnel hade förklarat mysteriet med hur de olika lapparna skulle ligga, gick det hela som en dans.

Ett av resultaten, förutom att vi hade roligt, blev ett lapptäcke, som vi ska ha som vinst i ett av våra kommande lotterier.

*Siv*



# DANSEN PÅ SKANSEN -99!

Full fart på Skansens dansbanor från 15 juni till 28 augusti!

## MÅN-, TIS-, TORS- & LÖRDAGAR

### JUNI

Ti 15 Mats Bergmans  
To 17 Gamla polare me' Ludgo-Pelle  
Lö 19 Nick Borgens

Må 21 Goodtimers  
Ti 22 Juniors  
To 24 Georg Lundbergs Kapell  
Fr 25 Grindsätters (Bollnästorget)

(Midsommarafton) Intact (Galejan)  
Lö 26 Grindsätters (Bollnästorget)  
(Midsommardagen) Intact (Galejan)

Må 28 Ballroom Big Band  
Ti 29 Candela

### JULI

To 1 Lill-Stickans  
Lö 3 Paula & Co

Må 5 Skansens Storband  
Ti 6 Tommys  
To 8 Mac Olssons  
Lö 10 Joyride

Må 12 Skansens Storband  
Ti 13 Nils Thores  
To 15 Norrtelje Elitkapell  
Lö 17 Hjältarna

Må 19 Skansens Storband  
Ti 20 Dingtunas  
To 22 Westlings Spelmän  
Lö 24 Jannez

Må 26 Skansens Storband  
Ti 27 Cavalkad  
To 29 Tierps Spelmanslag  
Lö 31 Wahlströms

### AUGUSTI

Må 2 Skansens Storband  
Ti 3 Löpsjötorparna  
To 5 Slagsta Gille

Må 9 Skansens Storband  
Ti 10 Norrländers  
To 12 Starkens Spelmän

Må 16 Skansens Storband  
Ti 17 Gideons  
To 19 Bålsta Dragspelsgille  
Lö 21 Höilands

Må 23 Skansens Storband  
Ti 24 Micke Ahlgrens  
To 26 Kultisarna  
Lö 28 Schytts

### Jazz/storbandsdans

på Galejan

Måndagar kl 20-23

(ej mån 14/6)

OBS! 21/6 50-talsmusik,  
swing/rockabilly

### Blandad dans

på Galejan

Tisdagar kl 13-16

& kl 20-23



### Gammaldans

på Bollnästorget

Torsdagar kl 20-23

### Modern dans

på Galejan

Lördagar kl 20-24

(ej lör 7 & 14/8)

Med reservation för ev. ändringar



# eftersnack



**KVARTALSMÖTET** söndagen den 25 april

hade som viktigaste uppgift att fastställa höstterminens program. Du får det som bilaga med detta nr av Lubba Runt.

Den största nyheten vad gäller dans är att vi skall försöka få igång en **introduktionskurs i folkdans**. Det blir glada byggedanser, enkla folkdanser varvade med en och annan gammeldans. Kursen är planerad till åtta tisdagskvällar - vilka kan du se i programmet. Känner du någon, som har dansat folkdans tidigare och vill komma igen eller någon som vill bygga vidare på sina kunskaper i gammeldans - bjud ner dom till oss. Den första kvällen kostar inget.

Fyra tisdagskvällar kommer att användas för instruktion i projektet **Dansglädje i Spånga**, som presenteras på annan plats i detta nummer.

På måndagar och onsdagar går dansen för fullt på samma sätt som tidigare. Ta gärna med vänner och bekanta till den **första onsdagsdansen den 15 september**. Jarva dragspelsklubb har lovat att ställa upp varannan kväll och Mariann vill gärna lära oss några nya varianter mellan varven.

*Erling*

