

“60+ HIPHOP” PÅ DANSEKAPELLET

*En kvalitativ undersøgelse om forhold af betydning
for ældre dansere*

*“And my friend, she's 72 and she said; the best thing of it
I forget my age when I'm doing hiphop”*

Specialeafhandling af Karen Marie Keller Andersen

Kandidatuddannelsen på Idræt og Sundhed

10. semester

Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Vejleder: Susanne Ravn

Afleveringsdato: D. 1. juli 2020

Samlede antal anslag: 141.198 ud af normerede 144.000 anslag

Antal sider: 58,8 ud af 60 normalsider á 2400 anslag



SYDDANSK | UNIVERSITET

Resumé

"60+ hiphop" på Dansekapellet – en kvalitativ undersøgelse om forhold af betydning for ældre dansere.

I dette speciale argumenteres for, at der findes mange forskellige forhold, som gør sig gældende med betydning for deltagerne på "60+ hiphop" på Dansekapellet. Dette underbygges gennem en empirisk undersøgelse af feltet samt deltagerne, hvor disse beskrivelser diskuteres op imod relevante teorier. Dermed fungerer "60+ hiphop" som en case hvormed de betydningsfulde forhold undersøges, med henblik på at nuancere viden omkring ældres deltagelse i 60+ bevægelsesaktiviteter.

Disse beskrivelser og deres fortolkninger funderes ud fra Etienne Wengers (2004) sociale læringsteori omkring praksisfællesskaber, som underbygges af Diane Amans (2017) udlæggelse af Community Dance, som teoretisk begreb. Denne viden suppleres yderligere af relevante, teoretisk viden omkring Community Dance og dennes placering i det videnskabelige felt. Oplevelsen af at indgå på "60+ hiphop" belyses gennem en tematisk analyse, hvor de centrale beskrivelser fra deltagerne og danseunderviserne står frem. Herunder indgår de personlige, sociale og kropslige fortællinger, som har betydning for deltagerne.

Specialet konkluderer at der findes mange forskelligrettede forhold af betydning for deltagerne på "60+ hiphop". På denne måde synliggøres og anerkendes involvering i praksis, som et komplekst og detaljeret fænomen. Der konkluderes at "*Community place*" har en afgørende, kontekstuel betydning for bevægelsespraksissen "60+ hiphop". Dette bidrager til en forståelse af Dansekapellet som et sted med en helt unik karakter og placering. I den individuelle oplevelse fremgår den funktionelle vedligeholdelse af kroppen, den mentale glæde ved dansen, fordomme omkring ældre i bevægelse, samt positivt fysisk pres fra underviserne som særligt betydningsfuldt. I den fællesskabsgivende dans anses gruppens-, underviserens, og musikkens betydning som vigtige elementer for deltagelse. Den sociale kontekst har stor værdi for deltagelse på "60+ hiphop" på begge hold. Der konkluderes at "60+ hiphop" konstituerer en form for praksisfællesskab, som Wenger definerer det, men som adskiller sig på enkelte måder. Undervisningsholdet danner praksis, som et Community Dance hold, dog uden at være centreret omkring et specifikt performanceprodukt, som drivkraft for deltagelse.

Abstract

"60+ hiphop" on Dansekapellet – a qualitative study about meaningful conditions for older dancers.

In this thesis it is argued that, there exist many different conditions, that applies in a significant way for the participants in "60+ hiphop" on Dansekapellet. This is supported by an empirical study of the field as well as the participants, where these descriptions are discussed against relevant theories. Thus, "60+ hiphop" serves as a case study to examine the significant conditions, in order to nuance knowledge about the elderly's participation in 60+ movement activities.

These descriptions and their interpretations are based on Etienne Wenger's (2004) social learning theory about practice communities, which is supported by Diane Amans' (2017) interpretation of Community Dance, as a theoretical concept. This knowledge is further supplemented by relevant theoretical knowledge about Community Dance and its placement in the scientific field. The experience of being part of "60+ hiphop" is illustrated through a thematic analysis, which shows the central descriptions of the participants and the dance teachers. These include the personal, social and physical narratives that are important to the participants.

The thesis concludes that there are many different conditions of significance for the participants in "60+ hiphop". In this way, involvement in practice is made visible and recognized as a complex and detailed phenomenon. It is concluded that "*Community place*" has a decisive, contextual significance for the movement practice "60+ hiphop". This contributes to an understanding of Dansekapellet as a place with a unique character and location. In the individual experience, the functional maintenance of the body, the mental joy of the dance, the prejudice of the elderly in movement, as well as positive physical pressure from the teachers appear to be particularly significant. In the community-based dance, the importance of group, teacher, and music are considered important elements for participation. The social context has great value for participating in "60+ hiphop" in both classes. It is concluded that "60+ hiphop" constitutes a form of community of practice, as defined by Wenger, but which differs in a few ways. The classes forms practice as a Community Dance activity, however, without being centered around a specific performance product, as the driving force for participation.

Indholdsfortegnelse

Resumé	1
Abstract	2
Indledning	5
Problemformulering	7
Undersøgelsesspørgsmål	7
Læservejledning	8
Præsentation af casen	8
Teori	10
Wenger og praksisfællesskaber	10
Praksis.....	11
Mening.....	12
Fællesskab	14
Identitet	16
Amans og Community Dance	16
Ældre i dans: en overordnet forståelse	19
Metode	21
Videnskabsteoretiske overvejelser	21
Litteratursøgning	22
Kvalitativ tilgang og design	23
Udvælgelse af case	23
Empirigenerering	24
Deltagerobservation	24
Semistruktureret interview	25
Semistruktureret informativt interview	26
Fokusgruppeinterview	26
Udarbejdelse og gennemførelse af interviewguides	27
Analysemetode	27
Tematisk analyse	27
Kodning af empirien	28
Udvælgelse af temaer.....	28
Forskningsetiske overvejelser	29
Videnskabelige kriterier	30
Analyse og diskussion	30
Struktur og form for "60+ hiphop"	31
TEMA 1: De ydre forhold og dennes betydning for deltagerne på "60+ hiphop"	32
Placeringen i området og den lokale forankring.....	32
De fysiske rammer hos Dansekapellet og stedets betydning	35
Delkonklusion på tema 1	38
TEMA 2: Den individuelle oplevelse af dansen	38

Opmærksomhed på ældre dansere:.....	39
Forventninger og fordomme til ældre dansere:	44
Delkonklusion på tema 2	47
TEMA 3: Oplevelsen af fællesskabet og dennes betydning	49
Underviserens betydning.....	49
Musikkens betydning.....	53
Fællesskabet og dynamikken i gruppen.....	55
Delkonklusion på tema 3	58
<i>Opsamlende diskussion</i>	59
<i>Metodiske overvejelser og diskussion.....</i>	60
<i>Samlet konklusion</i>	61
<i>Litteraturliste</i>	65
<i>Appendix.....</i>	68
Bilag 1: Samtykkeerklæring.....	68
Bilag 2: Interviewguide – semistruktureret interview.....	69
Bilag 3: Interviewguide – fokusgruppeinterview	71
Bilag 4: Eksempel på observation af mandagshold	74
Bilag 5: Eksempel på observation af fredagshold.....	78
Bilag 6: Fokusgruppeinterview mandagshold	82
Bilag 7: Fokusgruppeinterview fredagshold.....	99
Bilag 8: Semistruktureret interview med underviser – mandagshold.....	112
Bilag 9: Semistruktureret interview med underviser – fredagshold	130
Bilag 10: Informativt interview med lederen af Dansekapellet	134
Bilag 11: Oversigt over feltarbejdstimer	142

Indledning

Udgangspunktet for dette speciale er Community Dance practices¹. Det omhandler derfor forskellige danseaktiviteter, hvor deltagerne har en medskabende funktion. Jeg har, som studerende, tidligere beskæftiget mig med Community Dance, i forbindelse med mit bachelorprojekt. Fokus lå her på betydningen af medskabelse i et performanceprodukt. Jeg undersøgte hvordan min involvering i medskabelse havde betydning for min oplevelse, erfaring og forståelse af den performance forestilling vi afslutningsvis præsenterede. Dette foregik i samarbejde med en professionel koreograf på Syddansk Universitet. I forlængelse af mit bachelorprojekt, er jeg fortsat optaget af at undersøge og beskæftige mig med Community Dance practices.

Dette speciale undersøger målgruppen "60+ hiphop" på Dansekapellet. Jeg vil særligt kigge nærmere på hvilke forhold der har betydning for deltagernes oplevelse og herunder hvordan det opleves at indgå i denne form for sociale kontekst. Undersøgelse af dette kan hermed give indblik i hvilken betydning Community Dance practices har for deltagere, specifikt i forhold til en ældre målgruppe, samt viden om aldersgruppen 60+ og deres præferencer inden for denne form for fysisk aktivitet. Den samfundsmæssige relevans, i relation til dette specifikke speciale, ses ved en nuancering af hvilke egenskaber den samskabende, kreative og fællesskabende dans besidder i forhold til målgruppen 60+ og hvilken betydning dette har for deltagerne.

I nuværende forskning omkring 60+ danseaktiviteter er der foretaget flere internationale undersøgelser. Herunder blandt andet undersøgelsen af oplevelsen af social dans for 60+ i en engelsk kontekst (Cooper & Thomas, 2002), forbedringer af de fysiske funktioner, helbred og velbefindende ved deltagelse i dans for ældre (Keogh et. al, 2009) og fordele og udfordringer gennem dans med ældre mennesker (Bicknell, 2014). Disse undersøgelser repræsenterer forskellige synspunkter, som er relevante i forståelsen af ældre og dans. De afdækker dermed en del af den eksisterende litteratur der omhandler emnet. Disse uddybes yderligere i den teoretiske udlægning af Community Dance som begreb. På denne måde søges der at skabe indblik i på hvilken måde Community Dance danner praksis og udfolder sig i relation til emnefeltet. Ved at søge på litteraturen omkring Community Dance aktiviteter for ældre, synliggøres det i hvilket omfang at der findes lignende undersøgelser i en dansk kontekst. Hertil findes der, at der kun i et begrænset omfang

¹ Brugen af practice og praksisser i forbindelse med begrebet *Community Dance*, vil gennem opgaven bruges løst og sidestillet med hinanden.

findes studier, som undersøger dans for målgruppen ældre i en dansk kontekst. Dette speciale søger dermed at sætte eksplicit fokus på 60+ dans i en dansk kontekst.

Et dansk eksempel på netop dette, er gennem det landsdækkende danseprojekt "Ta' fat om dansen", som kørte i perioden 2014-2017². Projektet var ledet af Dansehallerne og støttet økonomisk af Nordea Fonden med 20,5 millioner kroner. Dansen havde til formål at fungere på tværs af alder og samfundslag, guidet af og i samarbejde med professionelle dansere og koreografer. Dette kom til udtryk gennem 4 programmer, som hver især havde til formål at omfavne den brede præsentation af dansen. Disse er "Dans i skolen"³, "Unge på vej"⁴, "Årets dans"⁵ og "Dans med din nabo"⁶. Disse blev styret af 6 dansefyrtårne, som dækkede hele Danmark.⁷

I projektet "Dans med din nabo" var formålet at forsøge at genetablere en forbindelse til mennesker omkring én i lokalsamfundet, med dansen som fællesskabsgivende omdrejningspunkt. Dansen skulle på denne måde samle mennesker fra forskellige dele af samfundet og give indirekte og direkte fællesskaber, i kreative og aktive udfoldelser med en professionel koreograf. I forbindelse med disse programmer blev der udarbejdet forskellige evalueringsrapporter (jf. Evalueringsrapporter 1, 2017), som blandt andet undersøgte udbyttet af deltagelse i de forskellige danseprojekter. I Evalueringsrapport 1 var der fokus på dans som social og æstetisk aktivitet hvor blandt andet målgruppen 60+ var repræsenteret. Heri konkluderes blandt andet, at det sociale fællesskab havde stor betydning for målgruppen. På trods af, at dette projekt er det største af sin art inden for dans i Danmark, lader evalueringsrapporterne stadig mange forhold være op til fortsat undersøgelse, herunder specifikt i forhold til den ældre aldersgruppe.

Dette speciale undersøger Community Dance som praksis i "60+ hiphop" på Dansekapellet. I forlængelse af "Ta' fat om dansen" og dennes evalueringsrapporter, er jeg interesseret i at undersøge nærmere hvilken betydning de sociale relationer bidrager med og hvilke andre forhold der findes af betydning for deltagerne på "60+ hiphop". Herunder er jeg særligt nysgerrig på at undersøge hvorvidt holdene er karakteriseret ved en form for praksisfællesskab, som

² <http://www.tafatomdansen.dk/om-tag-fat-om-dansen/>

³ <http://www.tafatomdansen.dk/dans-i-skolen/>

⁴ <http://www.tafatomdansen.dk/unge-pa-vej/>

⁵ <http://www.tafatomdansen.dk/aarets-dans-17/>

⁶ <http://www.tafatomdansen.dk/dans-med-din-nabo/>

⁷ Dansefyrtårn Nord (Nordjylland), Midt (Midtjylland), Trekanten (Trekantsområdet), Fyn (Fyn), ROK (Midt- og Vestsjælland) og København og Brøndby (Hovedstadsregionen), der i alt består af 26 kommuner og en lang række kultur- og uddannelsesinstitutioner.

defineret af Etienne Wenger (2004). Wengers teori består af forskellige dele, hvor især fællesskab, praksis, identitet og mening er fremtrædende elementer i forståelsen af praksisfællesskab, som en samlet enhed (ibid). Derudover udfoldes Diane Amans forståelse og definition af Community Dance, som begreb (2017), samt den øvrige, relevante litteratur. Dette vil gennem opgaven blive udfoldet i opgavens teoriapparat. Teorien diskuteres op imod empirien i analysen og bidrager med en nuanceret forståelse for de pågældende forhold der er i spil på "60+ hiphop" holdet. På denne måde vil den valgte teori bidrage til forståelsen af de forhold, som dette speciale beskæftiger sig med og er interesseret i at undersøge.

For at komme tættere på en besvarelse af specialets undersøgelsesområder, formuleres følgende problemformulering:

Problemformulering

Med udgangspunkt i "60+ hiphop" på Dansekapellet, som case, undersøges hvilke forhold der anses som særligt betydningsfulde for deltageres oplevelse.

Undersøgelsesspørgsmål

For at opnå viden omkring hvilke forhold som er særligt betydningsfulde for deltagerne på "60+ hiphop", er det nødvendigt at undersøge deltageres oplevelse af at deltage i undervisningen, suppleret med danseundervisernes syn på dansen. På denne måde opnås en dybere forståelse for, hvad der er på spil, når deltagerne danser på holdet. For at kunne besvare problemformuleringen, opstilles følgende undersøgelsesspørgsmål:

- *Hvilken betydning har de ydre forhold for deltagelse på "60+ hiphop" og herunder hvordan forløber dansepraksissen?*
- *Hvordan opleves deltagelse på "60+ hiphop" og hvilken betydning har dette for deltagerne?*

- *Hvilken betydning har fællesskabet for deltagerne og hvorvidt skaber "60+ hiphop" et praksisfællesskab?*

Læservejledning

I det næstfølgende vil jeg kort præsentere den aktuelle case, som dette speciale tager udgangspunkt i, i forhold til Community Dance. Herefter udlægges teorien omhandlende Wengers praksisforståelse af fællesskaber (2004) og Amans beskrivelse af Community Dance Practice (2017). I forlængelse af dette suppleres med relevant forskning og teori af Community Dance praksisser og hvor denne placerer sig i forhold til den eksisterende litteratur omkring emnet. Efter denne teoretiske udlægning følger den egentlige analyse af praksis. Analysen inddeling i tre overordnede temaer; 1. De ydre forhold og dennes betydning for "60+ hiphop", 2. Den individuelle oplevelse af dansen og 3. Oplevelsen af fællesskabet og dennes betydning.

I gennemlæsningen af dette speciale vil teorien blive præsenteret før de metodiske valg og overvejelser. Opgavens udarbejdelse fremstår herigennem ikke i den kronologiske rækkefølge, hvormed nærværende speciale er blevet til.

Præsentation af casen

I det følgende vil casen "60+ hiphop" blive præsenteret, med en uddybning af i hvilken kontekst opgavens afsæt tager. Hertil beskrives Dansekapellet, som medskabende aktør i udviklingen af "60+ hiphop" og hvilken form for institution denne danner. I forbindelse med beskrivelserne fremgår både Dansekapellet og dennes artistiske leder ved navn. Dette har jeg taget stilling til etisk, samt indhentet tilladelse til i anvendelse gennem specialet.

Dansekapellet har, som relativ nyopstartet danseinstitution, været frontløbere på en institutionalisering af dans, som et bredt funderet element i samfundet. Dansekapellet blev grundlagt i 2012 af Cher Guertze, som er født og opvokset i USA med en uddannelse som danser og koreograf fra Boston Conservatory. Hun flyttede til Danmark som 24-årig, hvor hun var interesseret i at udvide det moderne danse community, i et internationalt lys. I et interview med Cher, beskriver hun således: *"[...] I've always been interested in the pioneer side of what has not been done and what can we build on. So that's what kept me here."* (se bilag __). Som udgangspunkt for opstarten

af Dansekapellet, har der altså været en indledende idé omkring at være nyskabende og anderledes i udbud og som katalog for dans. Dansekapellets værdier er derfor grundlagt på denne baggrund og fremstår herigennem som et sted der nytænker og revurderer dans i sit udbud og repertoire. Det inkluderende og mangfoldige udbud af stilarter og undervisningstilbud, gør Dansekapellet til et centralt sted for udfoldelsen af danseaktiviteter. Dansekapellet er beliggende i den nordvestlige del af København, ved Nørrebro. Dette har for lederen af stedet, Cher, været en bevidst og central del af opbygningen af stedet. Der har været et ønske om at starte et sted op, som inkluderer og tager hensyn til den del af befolkningen, som blandt andet kommer fra svære sociale vilkår og som ikke har haft lignende muligheder for at danse og indgå i et institutionelt fritidsrum, hvor der er plads til forskelligheder. Cher har i denne forbindelse, i de tidlige år af Dansekapellets historie, haft fokus på at henvende sig til unge, udsatte børn, som dansen ellers ikke tidligere har henvendt sig til. Herigennem er der fundet belæg for at fundere stedets overflytning og opbygning, da Dansekapellet skulle opstartes i 2012. Både fonde, private tilskud og politiske tiltag har været med til at støtte opbygningen økonomisk med et to cifret million beløb. Udvalget af stilarter hos Dansekapellet strækker sig bredt over flere forskellige genrer, men primært med moderne dans, urbane dans og visse underground stilarter. Cher forklarer, at der i de øvrige tilbud i både København og på landsplan, findes mange andre steder hvor dansearter som moderne, ballet eller mere standardrelaterede dansearter er bredt tilgængelige. Dansekapellets fokus på at udbyde mere utraditionelle dansegenrer, hænger sammen med deres ønskede målgruppe, som for eksempel dækker børn i udsatte boligområder, børn i folkeskolen og andre minoritetsgrupper.

Som sted kan der derfor argumenteres for at Dansekapellet bryder med forståelser for, hvem der kan danse og hvem dans er for. Dette bliver eksemplificeret i oprettelsen af holdet "60+ hiphop", som startede ud i 2017. Her blev det i starten udbudt som en mulighed for 60+ deltagere at møde op og være en del af produktionen af en forestilling, som finder sted hvert år på Dansekapellet. I forlængelse af holdets umiddelbare succes og tilslutning, blev underviseren på holdet spurgt, om der var mod på at opstarte holdet fast. Dette har siden hen udviklet sig til to forskellige hold, som afholdes fast hver mandag og fredag, med hver deres faste underviser. Holdene består af kvinder, selvom det er for alle køn, og er i omegnen af 20 deltagere hver især. Der er mulighed for at gå på begge hold samtidig.

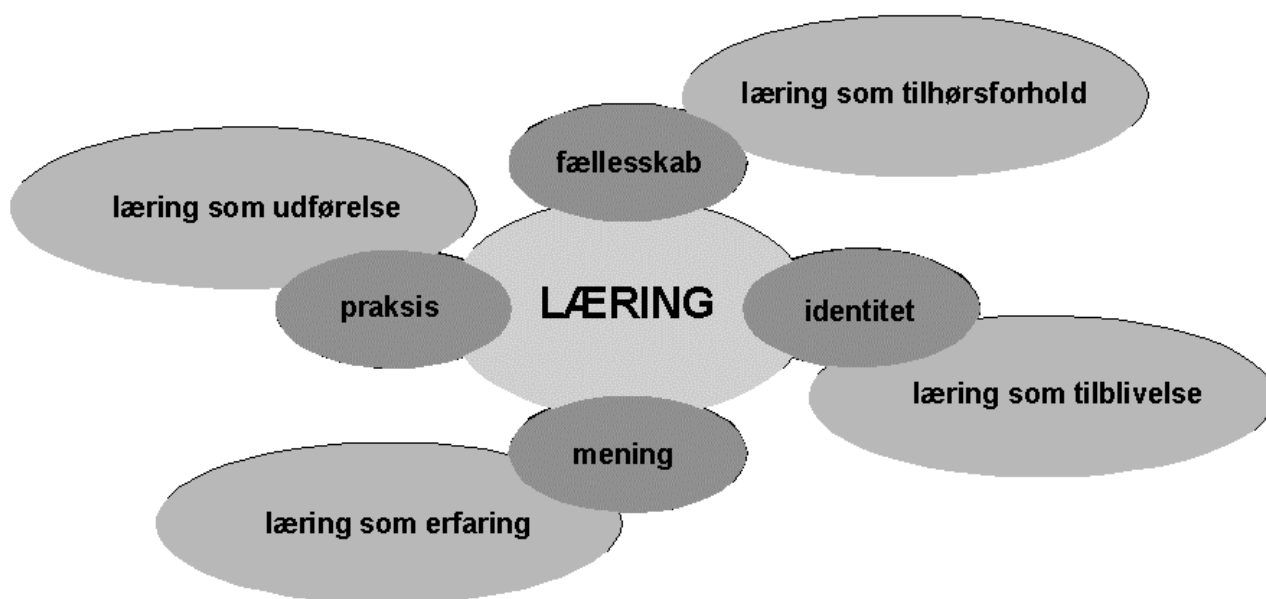
Teori

I det følgende fremstilles de valgte teorier. Først præsenteres Wengers (2004) sociale læringsteori omkring praksisfællesskaber, hvorefter Amans (2017) præsentation af Community Dance følger. Herunder suppleres ind i Amans forståelse, gennem relevant litteratur omkring Community Dance.

Wenger og praksisfællesskaber

Denne teori ses i lyset af at være og fungere som en social læringsteori. Den har forskellige komponenter, som former ikke blot hvad vi gør, men hvem vi er og hvordan vi fortolker det, vi gør (Wenger, 2004, s. 15). Derfor bruges følgende komponenter i forståelsen af det valgte teoretiske greb, som analysen og diskussionen sidenhen vil blive skrevet op i mod.

Læring forstås som en definering af, når vi som mennesker indgår i alle mulige former for virksomheder, hvor vores engagement i udøvelsen afspejler vores interaktion med hinanden og verden. Virksomheder skal herunder forstås i en social kontekst, som en interaktion i relation til hinanden (ibid). I denne afstemning af vores relationer og verden lærer vi. I den kollektive læring kommer de praksisser til syne, som med tiden dannes, hvori udøvelsen af virksomheden og de deraf forbundne sociale relationer skabes. Gennem langvarig udøvelse af en fælles virksomhed, vil disse praksisser tilhøre en form for fællesskab, som er meningsfuldt at betegne som praksisfællesskaber (Wenger, 2004, s. 59). Læring kommer i opgaven ikke til at fremstå som det primære undersøgelsesobjekt, men en skitsering af delene er med til at give et overblik, hvori vinklen på opgaven kommer til udtryk. Komponenterne indbefatter 4 overordnede grupperinger, som vil blive uddybet i dette afsnit. De er mening, praksis, fællesskab og identitet (ibid). I forlængelse af forståelsen af disse inddrages den overordnede inddeling af Wengers læringsteori i det følgende.



Figur 1. Fra Wenger, 2004 omkring komponenter i social teori om læring.

Som det ses på figuren, er følgende komponenter gensidigt definerede og tæt forbundne (ibid). Komponenterne er placeret således at de hver især ville kunne træde i stedet for 'Læring' og stadig give en brugbar model i den samlede forståelse. Forståelsen for begrebet praksisfællesskab, har som begrebsramme en bredere indgangsvinkel, som i den videre forståelse udgør et konstituerende element (ibid). I forståelsen af anvendelse af den valgte teori, skal det ses op imod forståelsen af et praksisfællesskab. Wenger forklarer her at der findes praksisfællesskaber alle vegne og at de fungerer som en integrerende del af vores dagligdagsliv (2004). De udfoldes formelt og uformelt, og er en så almindelig kendt del af vores liv, at vi sjældent overhovedet tænker over, at vi er en del af dem. I de uformelle praksisfællesskaber findes der ikke medlemskort eller navnelister, men vi har en idé omkring hvilke vi tilhører, både perifært og mere centralt.

Praksis

En del af forståelsen omkring begrebet praksis, findes i interaktionen med andre mennesker og den læring der finder sted her (Wenger, 2004). Den er defineret i en historisk og social kontekst, der giver struktur og mening til vores handlinger. Derfor defineres praksis altid som en social praksis (ibid). Den omfatter i denne sammenhæng det eksplicite og det tavse. Dette omfatter alt hvad der siges, repræsenteres og bliver eksplicit formuleret i for eksempel sprog, billeder, symboler,

reguleringer og kontrakter, der ekspliciteres af forskellige praksisser til forskellige formål. Implicit omfatter praksisbegrebet de relationer, tavse konventioner, genkendelige intuitive forståelser, specifikke opfattelser og grundlæggende antagelser, som der blandt andet er på spil. Disse er alle tegn på det medlemskab i praksisfællesskabet, som er afgørende for at virksomheden lykkedes (ibid, s. 61). Den tavse opfattelse af praksisfællesskabet glider i baggrunden i det som vi tager for givet. Den findes som et naturligt og individuelt forhold, men som eksisterer i kraft af den eksplicitering vi udøver over for hinanden (ibid, s. 62). Ved at have et praksisfællesskab hvor i vi kan være, vil vi udvikle commonsense via et gensidigt engagement. Praksis som begreb vil derfor fremhæve den sociale og forhandlende karakter, der både repræsenterer det eksplicite og det tavse (ibid).

I forståelsen omkring praksis som ord, skaber vi vores egne forståelser af teorier og måder at forstå verden på. Her bliver praksisfællesskaberne et sted hvor vi kan udvikle, forhandle og dele disse forståelser. I forhold til den form for læring, som et fællesskab kan engagere sig i, vil forholdet mellem teori og praksis have en stor betydning. Denne relation er altid kompleks og interaktiv. Praksis påvirkes af teori, samtidig med at den ikke fungerer som en ren realisering heraf. I samme forståelse af forholdet mellem teori og praksis, kan det ikke siges at praksis ikke forholder sig reflekterende. Denne refleksion der finder sted over egen praksis, sker på forskellige tidspunkter og i mere eller mindre grad. Evnen til egen refleksion afspejler et vigtigt kendetegn i forhold til den læring, som et fællesskab engagerer sig i. Men dermed ikke sagt, at nogle teoretikere reflekterer bedre over karakteren af deres praksis, end andre. Hertil skal forstås at praksis er praksis, også når den producerer teori (ibid, s. 63). Der vil foregå udvikling af relationer, opfindelse af processer, tolkning af situationer, produktion af artefakter og løsning af konflikter. De forskellige virksomheder giver forskellige kendetegn til deres praksisser, men udøvelsen af disse virksomheder vil ikke desto mindre være forbundet af den samme form for kropslighed, aktivitet, sociale, komplekse og forhandlende deltagelsesproces (ibid). I det næstfølgende vil praksisbegrebet blive udlagt jævnfør figur 1's komponenter (mening, fællesskab og identitet) og den form for sociale fællesskaber, som praksis definerer.

Mening

Forståelsen af praksis, sker først og fremmest gennem en proces, hvorigennem vi kan opleve verden og vores engagement som meningsfuld (Wenger, 2004). Praksis kan herigennem bruges til at skabe

fokus på oplevelsen af meningsfuldhed. Det som denne opgave anser som et af de primære interessepunkter, findes i denne meningsdannelse, hvori fællesskabet og praksis er centrum.

Forud for engagement i en enhver praksis, kræves handling og interaktion (ibid, s. 65). Hertil forudsætter en observation af 60+ deltagernes handlinger og interaktioner altså ikke en meningsdannelse. Der skal spørges ind til og observeres på en sådan måde, at meningsdannelsen blive fremtrædende. Praksis handler om mening som en hverdagserfaring (ibid, s. 66). For at forstå denne udlægning, behandles mening ud fra følgende inddelinger: meningsforhandling, deltagelse og tingsliggørelse, som en fundamental forståelse omkring oplevelsen af mening og for karakteren af praksis (ibid).

Meningsforhandling omhandler en gentagen produktion af mønstre, som afspejler engagementet i praksis. Dette giver anledning til oplevelse af mening. Sociale relationer indgår som faktorer i forhandlingen, men indebærer ikke nødvendigvis samtale eller umiddelbart samspil med andre for at give en oplevelse af meningsfuldhed.

Ved deltagelse i et praksisfællesskab vil man som medlem over tid give udtryk for en forskelligartet deltagelsesproces.

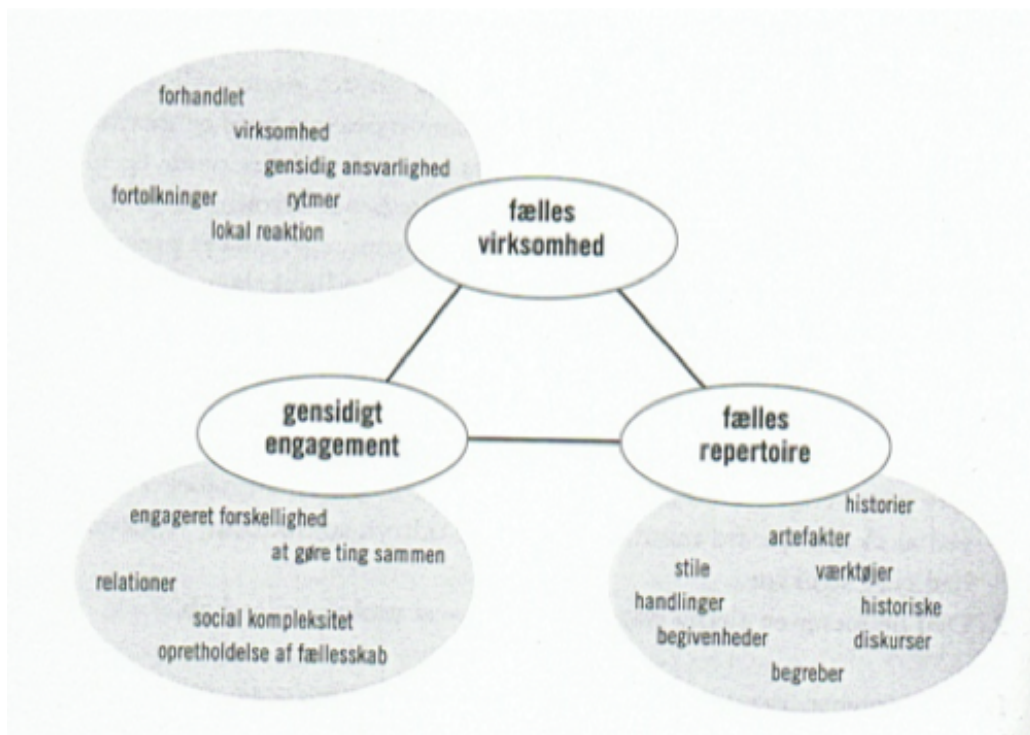
Deltagelse omfatter hele personen, herunder vores krop, bevidsthed, følelser og sociale relationer (ibid). Den anses som en aktiv proces, hvor man som deltager former hinandens oplevelse af mening. Deltagelse former den måde vi opfatter os selv på og giver os en "deltagelsesidentitet", det vil sige en identitet konstitueret gennem deltagelsesrelationer. Meningsforhandlingen finder sted i forskellige former for medlemskab i forskellige fællesskaber. Deltagelse fungerer altså på denne måde ikke som en funktion der aktiveres i forskellige sammenhænge. Den bliver en konstitueret del af vores nærværende selv. Derfor kan der argumenteres for at al deltagelse i verden er social, i kraft af at vi implicit udfører handlinger og engagerer os i forskellige sammenhænge med social karakter (ibid, s. 72).

Tingsliggørelse beskæftiger sig med vores engagement i verden som meningsproducerende (ibid). Her beskrives at "behandle (en abstraktion) som virkeligt eksisterende eller som et konkret materielt objekt". Tingsliggørelse hæfter sig til den etymologiske forståelse af "at gøre til en ting", men uden nødvendigvis at gøre det til et konkret, materielt objekt. På den måde fungerer

tingsliggørelsesprocessen som en genvej til kommunikation (ibid, s. 73). Vi skaber fokuspunkter, som meningsforhandlingen kan organiseres omkring (ibid).

Fællesskab

For at forstå hvad fællesskab betyder i sammenhæng med praksisbegrebet og meningsforhandlingen heri, anvendes tre dimensioner af den relation, hvorigennem praksis er kilden til sammenhængen i et fællesskab (Wenger, 2004, s. 89). Disse er gensidigt engagement, fælles repertoire og fælles virksomhed (ibid). Disse ses i følgende figur, som overblik for forståelsen og anvendelse af disse.



Figur 2. Fra Wenger, 2004 omkring praksisdimensioner som egenskab ved et fællesskab.

Her kan man se hvordan de tre dimensioner er forbundet og hvad deres indbyrdes forhold består af. For at forstå den betydning som de hver især er konstitueret af, vil der i det følgende være en beskrivelse af hver enkelt dimension.

Gensidigt engagement

I den indbyrdes måde hvorpå mening bliver forhandlet, indgår deltagelse i praksis som et gensidigt engagement. Medlemskab i praksisfællesskab defineres derfor i forlængelse af det gensidige

engagement (Wenger, 2004, s. 91). Fællesskabet er funderet omkring praksis og det delte engagement definerer derfor medlemskab og deltagelse. Medlemskab er her ikke en social kategori, ligesom at praksisfællesskab ikke er defineret ved, hvilke relationer der indgår i dette fællesskab. I det gensidige engagement kræves der en fysisk tilstedeværelse blandt deltagerne, samt interaktion gennem handling og tale, ligesom aktiv deltagelse i praksis er nødvendigt. Den fælles praksis er hvad der binder dem sammen, omkring det gensidige engagement. Det gensidige engagement forbinder deltageres kompetencer og skaber individuelle identiteter, samt engagementsrelationer (ibid, s. 93). Det gensidige engagement skaber dybe interpersonelle relationer når det vedligeholdes i praksis (ibid, s. 94). Her noterer Wenger at engagement ikke kun kommer til udtryk gennem positive eller fredelige fællesskaber, men også kan udtrykkes gennem passiv konformitet (ibid).

Fælles virksomhed

Wenger beskriver et af kendetegnende ved praksis, som kilden til fællesskabssammenhængende aktiviteter, som forhandlingen af fælles virksomhed (2004, s. 95). Den kollektive forhandlingsproces, de forhandlede reaktioner på situationen og den gensidige ansvarlighed, som dannes som en integreret del af praksis, er alle med til at holde et praksisfællesskab sammen. Dette indikerer altså ikke at der opnås enighed, men blot at den fælles virksomhed er forhandlet og at de er indbyrdes forbundne (ibid, s. 96). Virkningen og forståelsen af deres fælles virksomhed, behøver således ikke være ensartet for at skabe et kollektivt produkt. Den lokale virksomhed er defineret omkring forståelsen af at den forbinder sig til en historisk, social, kulturel og institutionel kontekst, med specifikke ressourcer og begrænsninger. Den fælles virksomhed er kendetegnet ved at indgå i et større system og være præget af den institution hvormed den beskæftiges. I denne case er denne institution Dansekapellet, og virksomheden er "60+ hiphop" holdet. Definitionen af fælles virksomhed er en proces, der kan skubbe den fælles praksis i mange retninger og som ikke holder den statisk eller på andre måder ude af bevægelse

Fælles repertoire

For at skabe en fællesskabssammenhængende virksomhed, udvikles et fælles repertoire. Praksisfællesskabets repertoire består af rutiner, værktøjer, måder at gøre ting på, ord, historier, gestus, symboler, genrer, begreber eller handlinger som der er blevet produceret og optaget i takt

med at praksissen udvikler sig (ibid, s. 101). Der eksisterer både reifikative og participative aspekter af dette i kombination, hvori medlemmer udtrykker deres medlemskab og identitet gennem. Fællesskabets repertoire er dynamisk og interaktiv idet den er en ressource for meningsforhandlingen (ibid, s. 102).

Identitet

I forståelsen omkring individets identitet som aspekt af den sociale læringsteori, fastholdes fokus til personen ud fra et socialt perspektiv, samt ses i et bredt perspektiv til identifikationsprocesser og sociale strukturer (Wenger, 2004, s. 169). Individet består som del, kun i kraft af deltagelsen i sociale fællesskaber og den skal derfor forstås i forlængelse heraf.

Identiteter i et praksisfællesskab er kun meningsgivende i forhold til at deltagerne anerkender hinanden som deltagere i dannelsen af et fællesskab. De kan bekræfte dette tavs eller eksplicit, men denne afstemning foregår altid i udførelsen af handling og i relation til hinanden. Dannelsen af praksisfællesskaber fungerer på denne måde også som en forhandling af identiteter (ibid, s. 174).

Identitet beskrives som erfaring og en opvisning af kompetence, der ikke kræver et eksplicit selvbillede eller selvidentifikation i et bestemt fællesskab (ibid, s. 177).

Grundlæggende set fungerer identitet som en oplevelse, der både indebærer deltagelse og tingsliggørelse og defineres i kraft af dens kompleksitet og forskellighed (ibid, s. 189). Identitet er altid forhandlet og foregår som et vedvarende arbejde gennem hele livet. I forbindelse med medlemskab i et fællesskab sker der identitetsdannelse, som har en social karakter. Denne sociale karakter vil i det følgende læses ind i forståelsen af Community Dance som begreb.

Amans og Community Dance

I følgende afsnit vil begrebet Community Dance practice blive udfoldet, ved at danne et overblik over dens betydning samt karakteristika. Det er med det primære afsæt i Diane Amans (2017) fortolkning af Community Dance practice at begrebet udfoldes.

Community Dance har, siden sin udbredelse i 1970'erne, udviklet, omdannet og nytænkt sin praksis gennem mange forskellige definitioner (Amans, 2017). Det er derfor også svært, hvis ikke umuligt, at komme med en enkelt, dækkende definition eller identitetsbeskrivelse af Community Dance. Den

forholder sig dog fortsat reflekterende til sit procesorienterede værdisæt, som blandt andet indeholder: fokus på deltagerne, samskabende relationer, inklusions praksisser, muligheder for positive erfaringer og hyldest til mangfoldighed (ibid). Overordnet set inkorporeres der mange forskellige grene af praksisser gennem udøvere, som besidder et bredt spektrum af kvalifikationer. Den praksis der udøves karakteriseres gennem muligheden for at tilgå uanset baggrund og færdigheder i danse aktiviteter. En mulig definition, som benyttes af Amans fra People Dancing i 2016, beskriver Community Dance på følgende måde:

“Community Dance is about community dance artist working with people. What makes it ‘community dance’ as distinct from other kinds of participatory dance activity, is determined by: the contexts in which it takes place (where, with whom and why), approaches to dance that are informed by a set of beliefs and philosophies and the values that it embodies and promotes.”

Citatet udviser en bred forståelse af, på hvilken måde at Community Dance practices skal forstås. I kontekst til citatet, fremgår *People Dancing* som en af de ledende skoler indenfor Community Dance practices. Ofte foregår Community Dance uden for institutionelle rammer, såsom professionelle og uddannelsesmæssige kontekster. Derudover støttes projekter i forbindelse med Community Dance ofte gennem økonomiske bidrag fra fonde og lignende organisationer (Amans, 2017).

Det har, som det er beskrevet, været og er fortsat bredt diskuteret og debatteret hvad formålet med Community Dance er. I 1980'erne er der blandt andet beskrevet at formålet omhandler afmystificeringen af dans som en kunstform, at give muligheden for at så stor en del af befolkningen som muligt kan indgå i danserelaterede aktiviteter, uafhængigt af alder, klasse eller kulturelle baggrunde og at genindsætte dans som en integreret del af livsstilen i vores samfund (Rubidge, 1984; Amans, 2017). En anden supplerer, i denne forståelse, er omkring accepten af at prøve at definere noget, som i dens essens er individuel for forskellige geografiske områder, funderede strukturer, populationer og underviserens aspirationer (Jasper, 1997 i Amans, 2017). Denne kontekst afhængighed ses som en vigtig pointe at forholde sig til, idet der ikke findes et Community Dance projekt, som kan genskabes i hverken tid, sted, deltagere eller situation. Derfor vil dens definition altid forholde sig til disse specifikke parametre. Community Dances kvaliteter og værdier bliver herudover beskrevet ved at henvende sig til folk, som holder af at danse, udtrykke sig selv og

deres livserfaringer kreativt, lære nye ting og forbinde sig til hinanden, deres samfund og kulturer (People Dancing, 2016; Amans, 2017). Derudover forholder Community Dance practice sig også til dans med æstetiske kvaliteter, hvori man kan komme tættere på sin egen 'stemme' inden for dans. Herigennem skabes et sikkert rum, hvor individer kan indløse deres menneskelige og kreative potentialer (ibid).

For at nuancere begrebet Community Dance inddrages en inddeling af Chris Thomson. Heri inddeles i 3 overordnede kategorier, som hver giver indblik i de forskellige former for Community Dance. Disse er 'alternative', 'ameliorative' og 'radical'⁸ (1997). Ved alternative forstås en tilgang, som har fokus på en holistisk fremgangsmåde, som inkorporerer udførelsen af det fysiske i kombination med terapi for sindet. På denne måde suppleres dansen ind i øvrige terapeutiske tilbud og muligheder. Community Dance søger derved at skabe meningsfulde ritualer og grænseløse erfaringer. Argumentationen er, at siden dansen tilsidesættes med det alternative, vil dens egenskaber også tillægge sig terapeutiske og holistiske værdier (Thomson, 1994; Amans, 2017). Den radikale form for community dance, står i kontrast til den alternative, ved at have fokus på individets styrkelse af diskrimination og undertrykkelse. Heri består Community Dance som folkeligt udbud i dens alsidighed blandt andet. Den radikale form bliver ofte også forbundet med "community actions", hvor aktiviteten ofte står i samspil med sociale værdfærdssydelsers. Den ameliorative eller lindrende Community Dance form, består i at tilbyde dans som en mulighed for at dyrke deltagerens "well-being" igennem en lang række danse aktiviteter. Her er fokus på at dyrke rekreation og afslapning gennem Community baserede aktiviteter. Hertil tilføjer Thomson, at de forskellige former kan afløses af hinanden og blive brugt i det omfang, som deltagerne finder dem nødvendige (1994; Amans, 2017, 12). Der argumenteres herunder hvordan største delen af Community Dance grupper kan anses for at være ameliorative (Jasper, 1995; Amans, 2017). Dette på grund af den overbevisning der findes omkring at dans er for alle, som stammer fra traditionen omkring dans som uddannelse (ibid). Hertil påpeges en anden klassifikation af Community Dance, som involverer "community building". Denne er klart adskilt fra den mere mainstream opfattelse af Community Dance, idet den lægger sig op ad Thomsons radikale term. Her beskrives de grundlæggende principper som et delt ejerskab af arbejdet med dansen, lige adgang til dansen, inklusion af dansere fra forskellige baggrunde og evner (ibid, 13). Den forskelligartede tilgang og den stadig højere

⁸ Disse begreber kommer fra engelsk og bibeholdes i deres oprindelige oversættelse fremadrettet.

prioritering, som Community Dance projekter får i samfundet, giver adgang for marginaliserede gruppe som socialt udsatte unge, ældre mennesker og andre, der i samfundet oplever eksklusion eller undertrykkelse (Amans, 2017). Hertil noteres det interessante i at undersøge på hvilken måde at Dansekapellet, som danseinstitution, indskriver sig i denne forståelse, i forlængelse af præsentationen af casen.

”Community Dance” har, som begreb, en bred mening og forståelse og giver anledning til at diskutere i hvor bredt et omfang at begrebet kan bruges i forhold til hvornår en praksis indgår under dette. Bevægelsen Community Dance indeholder så mange forskelligrettede, kulturelle og alsidige tilbud med forskellige formål for et bredt præsenteret tværsnit af mennesker, at klassifikationen ’community’, som et sammenhængende begreb synes for begrænset. I den forstand findes der intet ’community’ der binder alle danse projekter sammen (ibid). Dans som aktivitet forbinder grupper, men forskelligheden i bevægelsesformer, æstetik og specificerede formål, skaber en opdelt karakterisering som adskiller sig fra paraplybegrebet ’community’. Det samlende aspekt i denne sammenhæng findes i organiseringen og udførelsen af Community Dance practices designet til amatør dansere. I lyset af denne diskussion anses det dog stadig for relevant at anvende begrebet Community Dance. I kraft af sin teoretiske og begrebslig forståelse omfattes mange forskellige dansepraksisser under dette. På denne måde vil en praksis kunne identificere sig som en Community Dance praksis og dermed skabe en fælles forståelse og udgangspunkt, for udviklingen, udfoldelse og meningsdannelse af en praksis. Herunder giver det altså fortsat mening at benævne ”60+ hiphop” på Dansekapellet, som en Community Dance praksis.

[Ældre i dans: en overordnet forståelse](#)

I dette afsnit suppleres ind i forståelsen af Community Dance, sådan som den er udlagt af Amans (2017). Her vil der eksplicit lægges fokus på, hvorledes ældre oplever deltagelse i danseaktiviteter, herunder i Community Dance aktiviteter. Dette afsnit kortlægger derudover i hvilken grad at den eksisterende forskning har undersøgt ældre i dans og skitserer dermed emnefeltet. Den afdækkende litteratur skaber på den måde et delvist billede af forskningen på området, og jeg er i undersøgelsen opmærksom på, at det ikke repræsenterer en total afdækning af al relevant forskning. Litteratursøgningen udfoldes yderligere i det metodiske afsnit.

I forståelsen omkring dans og ældre, udlægges i første omgang de sundhedsmæssige og mentale fordele omkring fysisk aktivitet for ældre. I denne sammenhæng er det undersøgt på hvilken måde at bevægelse og fysisk aktivitet har en positiv effekt på ældre (Tulle & Phoenix, 2015). I undersøgelsen af dette fremgår hvordan fysisk aktivitet forbedrer en lang række fysiologiske forhold, såsom kræft, hjertekar- og luftvejssygdomme samt type-2 diabetes (ibid). Som det fremgår af undersøgelsen foretaget af Keogh et. al. (2009), så findes de fysiske fordele ved dans hos ældre også i en signifikant forbedring af blandt andet aerob styrke, fleksibilitet, balance, smidighed og gang gennem dans. Herudover udlægges en forbedring af ældres muskle styrke, såvel som en reduktion af udbredelsen af fald og hjertekar-sundhedsrisiko (ibid). Derudover findes også undersøgelser, som bekræfter at den mentale sundhed forbedres, herunder ældres reaktionstid og kognitiv performance (Bupa, 2011). Ældre nyder danse sessioner og er mere tilbøjelig til at fortsætte, hvilket resultere i en proportional større deltagelse i fysisk aktivitet og heraf forbedring af fysisk velvære. De sociale aspekter af dans hjælper herudover med at overkomme følelser af social isolation og depression. Dansen anses som en inklusiv bevægelsesaktivitet, hvor der ikke eksistere mål, nederlag, eller som står i kontrast med sports-baserede aktivitets filosofier (ibid). I den videre forståelse omkring ældres deltagelse i dans, antages det dermed at fysisk aktivitet bidrager med mange positive effekter, både fysisk, mentalt og helbredsmæssigt. I forhold til undersøgelser omkring dans og ældre, undersøges hvordan dans som bevægelsesaktivitet kan være en medskabende faktor for (gen)skabelsen af glæde i det senere liv.

”While age brings increasing physical challenges, dancing can remain a vehicle for elderly individuals to navigate fear, to realize hope, and to become immersed in make-believe. Dancing, as an embodied way to re-imagine the past, present and future, provides a life-long doorway to experiences of fantasy” (Stinson, 1985, Rowe et. al; Bond, 2019).

Meget af den eksisterende forskning med fokus på ældre i dans, har afhjælpende funktioner af dans og en kreativitet til at fordre fysisk og mentalt velvære, som det primære undersøgelsespunkt (Rowe, McMicken & Newth, 2019; Bond, 2019). Forholdet omkring en professionel koreograf og den kreative, samskabende dans i Community Dance, kan opfattes som et modsatrettet forhold, idet en koreograf i traditionel sammenhæng, er en der bestemmer bevægelserne og hvordan det

artistiske udtryk skal se ud. Heri opstår et forhold mellem rigtige og forkerte bevægelser. I Community Dance praksisser bruges koreografen eller underviseren som en mediatør for dansen, som faciliterer mere end hun bestemmer deltagernes bevægelser (Barr, 2013). Heri ligger antagelsen omkring "choreographer as expert-dancer as instrument", hvor Community Dance forsøger at benytte "choreographer as pilot-dancer as contributor" (Butterworth, 2004, p. 54 og 58; Barr, 2013). Dette kan fremstå som en udfordring, for dansere som normalt indgår i en dansepraksis, hvor man følger underviseren eller på anden måde oplever modsætningsforholdet mellem "rigtige" og "forkerte" bevægelser. De sagte og usagte udfordringer mellem produkt og proces bliver tydelige gennem dette (Barr, 2013).

I en undersøgelse af Bicknell (2014) fremgår det også, hvorledes ældres deltagelse i Community Dance projekter, udover at bidrage med sundhedsmæssige fordele, også kan hjælpe ældre med at opbygge selvtillid, sociale netværk, en fornemmelse af formål og genopdage eller lære nye færdigheder. Ved at opmuntre ældre performance grupper til at vise deres performance produkt foran et publikum med blandede aldersgrupper, er det derudover også muligt at udfordre bestemte aldersbetonede holdninger og opfattelser (ibid). Som det fremgår af undersøgelsen foretaget af Cooper og Thomas (2002) medfører Community Dance hos ældre også muligheden for at være social og have det sjovt på måder, som både reflekterer bevægelsesglæde udover deres yngre år, som dansere. Herudover bidrager dansen med en følelse af fællesskab og sammenhold, samt indeholder følelser af værd og en opnåelse af evner lært gennem dansen. Dansen bidrager herudover med glæden ved en krop i form (ibid).

Metode

I dette afsnit vil specialets centrale metodologiske og metodiske overvejelser blive belyst.

Videnskabsteoretiske overvejelser

Videnskabelige undersøgelser af en praksis, udtrykker et ønske om at tilgå velbegrundede og sande antagelser om et fænomen. Disse antagelser påvirkes af et paradigmatisk erkendelsesinteresse og udgangspunkt (Petersen & Muckadell, 2014). For dette speciale indgår der overordnet set en humanistisk-samfundsvidenskabelig forskningstradition, hvor erkendelsesinteressen består af det mellem menneskelige og menneskets handlinger og tanker (ibid). Det samfundsvidenskabelige

udgøres af interessen for at undersøge strukturer, som de mellem menneskelige fællesskaber består af, samt anskuelsen af hvordan disse kommer til udtryk på et individplan. Dette afspejles i emnefeltets metode- og teorivalg. Der kan derfor argumenteres for, at den grundlæggende forståelsesramme der anvendes i følgende speciale, udgør en proces-, subjekts- og oplevelsesorienteret paradigme. Dette bygger således på en forestilling om mennesker som kulturelt, uforudsigeligt, kreativt, handlende og dynamisk (Launsø et. al, 2011). Idet dans fremstår som det sociale fænomen, som undersøges og som samtidig indskrives sig i den kvalitative forskningstradition, arbejdes der med en forståelsesmæssig tilgang, som skal tilnærme sig en fortolkning af subjektive meningsindhold, som centrale dele for beskrivelsen af beskrivelsen, analysen og diskussionen i opgaven (ibid; Petersen et. al, 2014). I undersøgelsen af fænomenet "60+ hiphop" på Dansekapellet, knytter studiet sig til en historisk-, kulturel- og kontekstbunden erfaringsviden. Dette indebærer en antagelse om, at viden konstrueres socialt og bygger på meningstilskrivning (Launsø et. al, 2011). Atkinson (2016) beskriver hvordan etnografisk feltarbejde placerer sig kritisk realistisk. Dette er med til at afspejle at den sociale verden omkring os, ikke blot er 'givet', men konstrueret af meninger og overbevisninger, som den undersøgende enhed bidrager til og former. Indsamlingen af viden, sker i samspil med den omgivende verden og viden indsamles dermed ikke, men genereres (ibid). Jeg er som specialestuderende i den forbindelse opmærksom på min egen placering i dette, og det, at jeg har en baggrund inden for dans selv. Derfor antages det ligeledes at dette foregår i samspil med min egen deltagelse i den sociale verden. Ved at jeg tillægger mig mine egne interesser, værdier og perspektiver, vil jeg derfor ikke stå uden for indflydelse i det undersøgte. Ved at være opmærksom på disse forhold, kan risikoen for en fejlplaceret forudtagethed, minimeres ved at være bevidst og reflektiv i forhold til min egen forforståelse. Dette tilstræbes ved at udvise undren til praksis gennem spørgsmål undervejs i specialet (Amit, 2000; Atkinson & Hammersley, 2007).

Litteratursøgning

For dette speciale er der søgt efter forskellig relevant litteratur, som skulle afdække den nuværende forskning på området og kaste lys over i hvilket omfang, at litteraturen manglede svar på specialets emnefelt. Herunder for at identificere forskning, der orienterer sig mod betydningsfulde forhold for ældre dansere og deres oplevelse af deltagelse i disse. Dette blev gjort gennem bevidst tilfældig

litteratursøgning, hvor afsæt lå i kædesøgning, eller 'sneboldmetoden', hvor man begynder med en pålidelig udgivelse og derfra får oplysninger om flere pålidelige udgivelser, som igen giver yderligere udgivelser i osv. (Petersen & Muckadell, 2014). Derudover blev der søgt under "60+ hiphop" på google.dk, for at komme emnefeltets aktualitet nærmere.

Kvalitativ tilgang og design

Da denne opgaves undersøgelsesformål, er at forstå hvilke forhold der har betydning for deltagerne på "60+ hiphop", er det nødvendigt at udvælge det korrekte forskningsdesign. Dette gøres for at opnå en dybdegående undersøgelse af det valgte fænomen. Den kvalitative forskning søger hermed at beskrive og forstå udvalgte menneskers sociale liv og erfaringer (Brinkmann & Tanggaard, 2010). Ved kvalitative undersøgelser fokuserer man på konkrete handlinger og begivenheder, i det fænomen som undersøges (ibid). Til dette speciale bruges single casestudiet, som forskningsdesign. Denne bruges idet der er tale, om en enkeltstående, detaljeret beskrivelse af et udvalgt, fremstående eksempel (Flyvbjerg, 2015). På den måde faciliterer det kvalitative casestudie en dybtgående undersøgelse af komplekse fænomener (Ramian, 2007). Herunder beskrives, hvordan et single casestudie defineres ud fra en afgrænsning i tid og lokation (Hodge & Sharp, 2016). I denne undersøgelse er single casen Dansekapellet, på baggrund af sit specifikke og funktionelle system, hvormed undervisere, ansatte og deltagere fungerer og er indlejret i, den fysiske afgrænsning af sted og lokation hvormed undervisningen finder sted og afgrænsningen af tiden, hvormed undersøgelsen har fundet sted i specialets tildelte tidsperiode. Foruden designet, vil metode til at undersøge dette, gøres gennem observation og interview. De forskellige metoder, er med til at belyse den valgte case, som kendetegner dens forskningsdesign (ibid). Designet har til formål at sikre, at den dokumentation der fremsættes i opgaven, er i stand til at besvare det oprindelige spørgsmål så utvetydigt som muligt (Andersen, 2013, s. 99).

Udvælgelse af case

Casen med "60+ hiphop" blev valgt på baggrund af, at der var mulighed for at indgå i et allerede eksisterende samarbejde mellem Dansekapellet og post doc. forsker Robin Conrad, som er tilknyttet Syddansk Universitet. Den indledende kontakt og relation til Dansekapellet, blev foretaget af Robin, som derefter skabte kontakt mellem mig og Dansekapellets leder, Cher Guertze. Gennem denne

kontakt fik jeg adgang og tilladelse til at kontakte "60+ hiphop" underviserne. I første omgang kontaktede jeg fredagsholdet, for at undersøge muligheden for at observere på deres hold. Jeg var i denne forbindelse opmærksom, på min egen bias i forhold til, at jeg i forvejen var bekendt med underviseren på fredagsholdet på "60+ hiphop", i det at hun er en studerende fra min egen årgang. Efterfølgende kontaktede jeg underviseren på "60+ hiphop" holdet om mandagen, hvor jeg på samme måde fik tilladelse til at sidde med og observere.

I forbindelse med adgangen til stedet, har der været flere gatekeepere, som muliggjorde min adgang til feltet. Disse nøglepersoner anses som individer med magt til at tillade eller nægte adgang for forskeren til feltet (Atkinson & Hammersley, 2007). I og med at relationen allerede var opbygget mellem Robin Conrad og Dansekapellet, var min adgang til feltet deraf lettere.

Empirigenerering

I specialet anvendes observation og interview, som kvalitativ metode. Denne viden genereres for at opnå viden omkring "60+ hiphop" deltagernes erfaringer, oplevelser og forståelse (Launsø, 2017). For at sikre så nuanceret empiri, som muligt, anvendes flere empirikilder, der er medvirkende til at undgå bias. Undersøgelsens kompleksitet i informationer og kilder er dermed imødekommet, ved at vælge flere forskellige empiriske kilder (Smith & Sparkes, 2016). Ved at anvende denne form for metode, bruges metodetriangulering, som, gennem en flersidet empirigenerering, sikrer at jeg er med til at belyse casen bedst muligt (Stake, 1995).

Deltagerobservation

I det følgende beskrives studiets brug af deltagerobservation og hvordan disse fungerer som praksisfunderede beskrivelser af dans, som forskellige forhold af betydning for deltagerne på "60+ hiphop". Feltarbejde tillader, at praksis, herunder deltagernes perspektiver og handlinger, studeres i en normal kontekst, sådan som de udfolder sig. Den metodiske tilgang underbygger dermed casestudiets metodologiske præmisser om at studere enkelte cases i dybden in situ (Atkinson & Hammersley, 2007; Hastrup, 2010).

For at opnå indforstået viden om hvordan selvfølgheder opstår eller ændres, der automatisk hæmmer eller fremmer bestemte handlinger inden for det sociale fællesskab, kræves engagement og indlevelse i den studerede sociale verden. Dette opnås blandt andet gennem deltagelse (Hastrup,

2010). Det er nødvendigt at være tæt på oplevelserne i den konkrete setting, for fortolkende at kunne beskrive praksis og samtidig tydeliggøre de selvfølgheder der mødes (Atkinson & Hammersley, 2007). Heri er det en forudsætning at deltagelse deler tid og sted med dets deltagere (Hastrup, 2010). I genereringen af feltnoter indtog jeg som studerende en passiv, perifer position, hvor jeg i mødet med feltet (Dansekapellet, underviseren og danserne) ønskede at indfange så meget som muligt som feltnoter. Herfra kunne jeg lytte, stille spørgsmål og observerer, sammen med Robin Conrad, som i første omgang sad med til "60+ hiphop" holdet om fredagen. På mandagsholdet stod jeg selv for al empirigenerering. I denne fase havde jeg mulighed for at fokusere på at nedskrive feltnoter på computer, for efterfølgende samme dag at blive renskrevet, for at gengive og huske så mange værdifulde detaljer som muligt. I takt med at jeg observerede mandagsholdet for "60+ hiphop", begyndte der at vise sig mønstre, som jeg sidenhen ville give større opmærksomhed i min observation på "60+ hiphop" holdet om mandagen. Dette kan være med til at blokere for den umiddelbare forståelse af mandagsholdet, idet at jeg fik et øget kendskab til undervisningen, deltagerne, samt tilegnet erfaring med nedskrivning af feltnoterne (ibid). Derudover var det også et bevidst valg at gå fra passiv deltagerobservation til aktiv deltagende i praksis. Dette kan dog godt medvirke at relevant empiri bliver overset eller fortrængt, men bidrager på samme måde med et supplerende perspektiv på praksis (ibid, Atkinson & Hammersley, 2007). For at imødekomme dette, blev derefter endt deltagelse produceret feltnoter umiddelbart efter, for at gengive deltagelsen så detaljeret som muligt.

Semistruktureret interview

I den aktive- og passive deltagerobservation, indgik uformelle samtaler med deltagerne og underviseren. Disse var afgørende for at etablere relationer i feltet, der undervejs fungerede som drivkraft til indsigt (Amit, 2000). I denne sammenhæng fandt der spontane samtaler sted, som afstedkom faktuel information, tillid mellem deltagerne og mig og større indblik i oplevelse af praksis. De formelle interviews der blev afholdt med underviserne af "60+ hiphop" holdene mandag og fredag havde en varighed på ca. 1 time og blev foretaget med en interviewguide, som umiddelbart udgangspunkt for samtalen. Formålet med interviewguiden var at strukturere situationen hvormed interviewet fandt sted, og dermed kvalificere empirigenereringen (Kvale & Brinkmann, 2009). Det var tiltænkt under afviklingen af de semistrukturerede interviews at tilsikre et sprogbrug på informanternes præmisser, samt undervejs at følge op på svar og anlægge nye

vinkler på emnet (ibid). Jeg havde som interviewer særlig opmærksomhed rettet mod at skabe og opnå så tryk og uformel en stemning til afholdelse af interviews, som muligt. Dette blev gjort for at informanterne kunne give så umiddelbare og reflekterende svar, som de kunne, hvor jeg i min forskerrolle påtog en receptiv, lyttende og empatisk stilling, der skulle tilstræbe rum for informanten (Brinkmann & Tanggaard, 2010). Alle interviews blev optaget via diktafon på en telefon og efterfølgende transskriberet i fuld længde, så ordret som muligt. De gældende retningslinjer for transskriptionerne kan ses i bilagene over de afholdte interviews.

Semistruktureret informativt interview

Der blev afholdt et interview med Dansekapellets leder Cher Guertze, som havde til formål at kvalificere min forståelse af hvilken praksis der var tale om. Dette blev samtidig gjort for at skabe baggrundsviden vedrørende Dansekapellet, som danseinstitution samt de faktuelle oplysninger. Dette interview blev afholdt som et semistruktureret interview, af informativ karakter og udarbejdelsen af interviewguiden er lavet i samarbejde med Robin Conrad. Det informative interview er anvendt i præsentationen af casen.

Fokusgruppeinterview

For at komme tættere på "60+ hiphop"s deltagernes oplevelse, blev der udført fokusgruppeinterviews. Fokusgruppeinterviews bliver brugt for at få data om de sociale gruppers interaktioner, fortolkninger og normer (Halkier, 2015). Til fokusgruppeinterviewet på mandagsholdet deltog 8 kvinder, og på fredagsholdets fokusgruppeinterview deltog 10 kvinder. Til alle interviews var der kun kvinder repræsenteret, på trods af at holdet er åbne for begge køn. Dette har jeg, som interviewer, været opmærksom på, men har ikke tillagt det yderligere betydning i udformningen af de pågældende interviewguides og dennes spørgsmål. Denne form for interview er brugt, for at sikre åbne og gode muligheder for diskussion og samtale, blandt informanterne. Jeg har forsøgt at tilsikre så gode forhold, som muligt, for informanterne, ved at sidde i et afslappet miljø og gøre omgivelserne så tillidsvækkende, som muligt. På denne måde har jeg ønsket at skabe et trykt rum, som alle informanterne føler sig afslappede nok til at åbne op for deres erfaringer, tanker og idéer mellem hinanden (Brinkmann & Tanggaard, 2010).

Udarbejdelse og gennemførelse af interviewguides

I udformningen af interviewguides er der forsøgt at bibeholde en opbygning, som skal tillade informanten at bygge videre på sine egne udtalelser, samtidig med at interviewerens forståelse af sammenhængen af det udtalte. Derfor fungerede første del af interviewguides som en deskriptiv forklaring af dem selv, hvorefter der følger en mere udtømmende og afklarende beskrivelse af deltagelse i praksis. Spørgsmålene er forsøgt lavet, så de spørger ind til eksempler til deltagelse på "60+ hiphop" holdene. Disse spørgsmål og overordnede interviewguides adskiller sig fra de forskellige adspurgte informanter. I udarbejdelsen af interviewguides er der ikke anlagt et teorifunderet syn, idet dette kan have konsekvenser for forståelsen af den mulige viden, som er tilgængelig. I den forbindelse arbejdes induktivt, uden en styrende teori, i genereringen af empiri. Dette tillader empirien at være styrende for hvilke teoretiske synspunkter og mønstre, som gør sig gældende og synlige gennem bearbejdningen af dem (Brinkmann & Tanggaard, 2010).

Analysemetode

I det følgende vil specialets analysemetode blive udlagt, for at se nærmere på hvordan undersøgelsens datamaterialet er blevet analyseret.

Tematisk analyse

For at få de fremstående mønstre i data til at stå så tydeligt frem som muligt, benyttes tematisk analyse. Denne metode bruges, hvis man gerne vil identificere meningsfulde mønstre, på tværs af et kvalitativt dataset (Braun et. al., 2016). Igennem den tematisk opbyggede analyse har jeg læst på tværs af empirien og sammenlignet informationer fra alle interviewpersoner i forhold til hvert enkelt tema. Fordelen ved den tematiske analyse, består her i at jeg kan gå i dybden med hvert tema. Herigennem kan jeg målrettet arbejde med hvert tema, og anlægge forskellige teoretiske vinkler, hvilket skaber en helhedsmæssig forståelse af temaerne. Idet at jeg har arbejdet induktivt med den teoretiske forståelse og anvendelse, har denne form dermed passeret. Man skal dog være opmærksom på, at denne form for metode, kan løsrive tekstafsnit fra deres oprindelige sammenhæng. Jeg har derfor været opmærksom på at tænke citaterne ind i den sammenhæng de oprindeligt er indgået i. For at bevare helhedsperspektivet, har jeg derfor vekslet mellem at læse på tværs og at læse hver enkelt interview (Thagaard, 2004).

Kodning af empirien

For at beskrive hvordan temaerne er fremkommet, har der i specialet været anvendt kodning af den genererede empiri. Ved at gennemlæse feltnoter og transskribere interviews flere gange, er de pågældende temaer trådt frem. Her trådte især udtalelser omkring deltagernes kropslige oplevelser, det at være en del af undervisningen på "60+ hiphop" med underviseren, musikken og fællesskabet, samt deltagelsen mere generelt i forhold til Dansekapellet. Herunder stod forskellige undertemaer frem, som hver især kunne placeres under disse overordnede temaer. Ved at markerer hver gang noget stod frem i teksten, og kigge efter lignende temaer på tværs af alt empiri, blev disse temaer tydelige. Jeg lavede i denne forbindelse et bevidst valg i forhold til stedet, Dansekapellet, og hvilken betydning dette kunne have for deltagelse. Dette blev især gjort, idet det ikke har stået særligt tydeligt frem i den øvrige litteratur, som omhandler ældre og generelt Community Dance inspireret dans. Derfor vægtes det højt, at prioriterer dette i den tematiske inddeling. For at sikre et overskueligt overblik over kodningen af empirien inddeltes tematikkerne i farvekoder for at synliggøre på hvilken måde disse temaer relaterede sig og viste sig selv.

Udvælgelse af temaer

Efter at have gennemlæst al empiri med tanke på hvilke overordnede temaer, som i første omgang stod frem, klassificerede jeg disse temaer i tre kategorier. Disse er:

1. De ydre forhold og dennes betydning for "60+ hiphop"
2. Den individuelle oplevelse af dansen
3. Oplevelsen af fællesskabet og dennes betydning

Ved at opdele teksten, bliver den brudt ned i mere overkommelige stykker. Denne kategorisering er et tegn på en bestemt tolkning, af det materiale som behandles (Strauss & Corbin, 1998). Ved at samle materialet i temaer på denne måde, fandtes der nu grundlag for at se mønstre, sammenligne og studere variationer i hvert tema (Thagaard, 2004). I udarbejdelsen af dette, blev der brugt farvekodning, som markerede hver gang et af de tre, overordnede temaer var på spil. De havde på den måde hver sin farvekode. Dette er eksemplificeret i bilag 6 og 7, hvor denne farvekodning kan

ses i det transskriberede interview. I inddelingen af temaer, fandtes også tekststykker og citater, som ikke indgik under et af disse temaer. Jeg noterede mig disse, men foretog sidenhen et valg omkring ikke at benytte disse. På den måde er noget af data blevet fravalgt i forlængelse af dens relevans og betydning.

Forskningsetiske overvejelser

I indsamlingen af data, er det nødvendigt, som forsker at være opmærksom på hvilken form for etiske overvejelser man gør sig i den forbindelse. Dette gøres for at udvise hensyn til både de involverede parter, samt som hensyn til videnskaben (Tjørnhøj-Thomsen, 2003). I den anvendte empiri vil alle navne være anonymiseret, dog vil der i sammenhæng med de adspurgte hold, fremgå hvilket hold der er tale om. Dette gøres idet det bliver relevant for forståelsen og differentieringen af de to "60+ hiphop" hold, som benyttes. På samme tid har det været vanskeligt at gøre det utydeligt hvem der er tale om af for eksempel underviserne på holdet. I denne forbindelse er der ved start af hvert interview blevet oplyst brugen gennem en samtykkeerklæring, som kan ses i bilag 1. På denne måde, er de involverede parter blevet gjort opmærksom på brugen i specialet og deres egen indvirkning. Alle parter har i denne forbindelse givet samtykke til anvendelse i specialets analysering af data. I anvendelsen af informanternes udsagn på mandagsholdet er der benyttet pseudonymisering, hvilket betød at alle navne er opdigtede og ændret i materialet. Idet transskriberingen og brugen af fredagsholdets interview er foretaget i samarbejde med Robin Conrad, har det ikke været muligt at gøre det samme her, dog fremgår alle involverede anonymiserede. Alle informanter fremgår på denne måde sådan i materialet og sidenhen analysen. Da genereringen af empirien foregik som et samarbejde med Robin Conrad, fremstår denne empiri på engelsk i de anvendte citater. Det har været vigtigt at formidle deltagelsen i alle interviews gennem en frivillig og inviterende procedure. Jeg har, i forbindelse med deltagerobservationer, derfor pointeret muligheden for at deltage i interviews tidligt, for at give muligheden til deltagerne om hvorvidt de vil deltage eller ej. Derudover er fokusgruppeinterviewet om mandagen, afholdt i umiddelbar forlængelse af en aktiv deltagerobservation, hvor jeg, inden undervisningstimens start, påmindede omkring deltagelse til fokusgruppeinterviewet, for på den måde at støtte op omkring den frivillige og aktive deltagelse i det.

Videnskabelige kriterier

For at sikre sig at kvaliteten i den kvalitative forskning bibeholdes, må den ses i forlængelse af den valgte forskningstilgang og videnskabsteoretiske forankring. Hertil benyttes gyldighed, transparens og genkendelighed, hvis formål er at sætte læseren i stand til at vurdere lødigheden og fornuften i undersøgelsens resultater, kritisk vurderer gyldigheden, samt en gennemsigtighed omkring grundantagelser og fremgangsmåder (Brinkmann & Tanggaard, 2010). Gyldighed skal i denne kontekst forstås ved, hvorvidt der findes overensstemmelse mellem det teoretiske og empiriske begrebsplan (Andersen, 2013). Altså om det er muligt for læseren at arbejde sig igennem en logisk argumentation af, hvad der bliver fremsat i teoriafsnittet og om det empiriske materiale hænger sammen med dette. Ved at facilitere en tydelig gennemgang af alle trin af opgavens design-, analyse- og gennemførelsesproces, tilstræbes det at efterleve disse kriterier. Dette involverer en eksplicit beskrivelse af hvordan emnefeltet er valgt, problemformuleringens spørgsmål er defineret og hvordan den kvalitative analyse er udført. Heri ønskes, med nærværende speciales undersøgte casestudie, at bidrage med nuancering af det nuværende vidensfelt omkring 60+ deltagelse i danseaktiviteter, der inddrager Community Dance Practices. Den globale gyldighed må endvidere søges i hvorvidt denne lokale viden er overførbart og kan skabe mening i beslægtede kontekster (Launsø et. al., 2011).

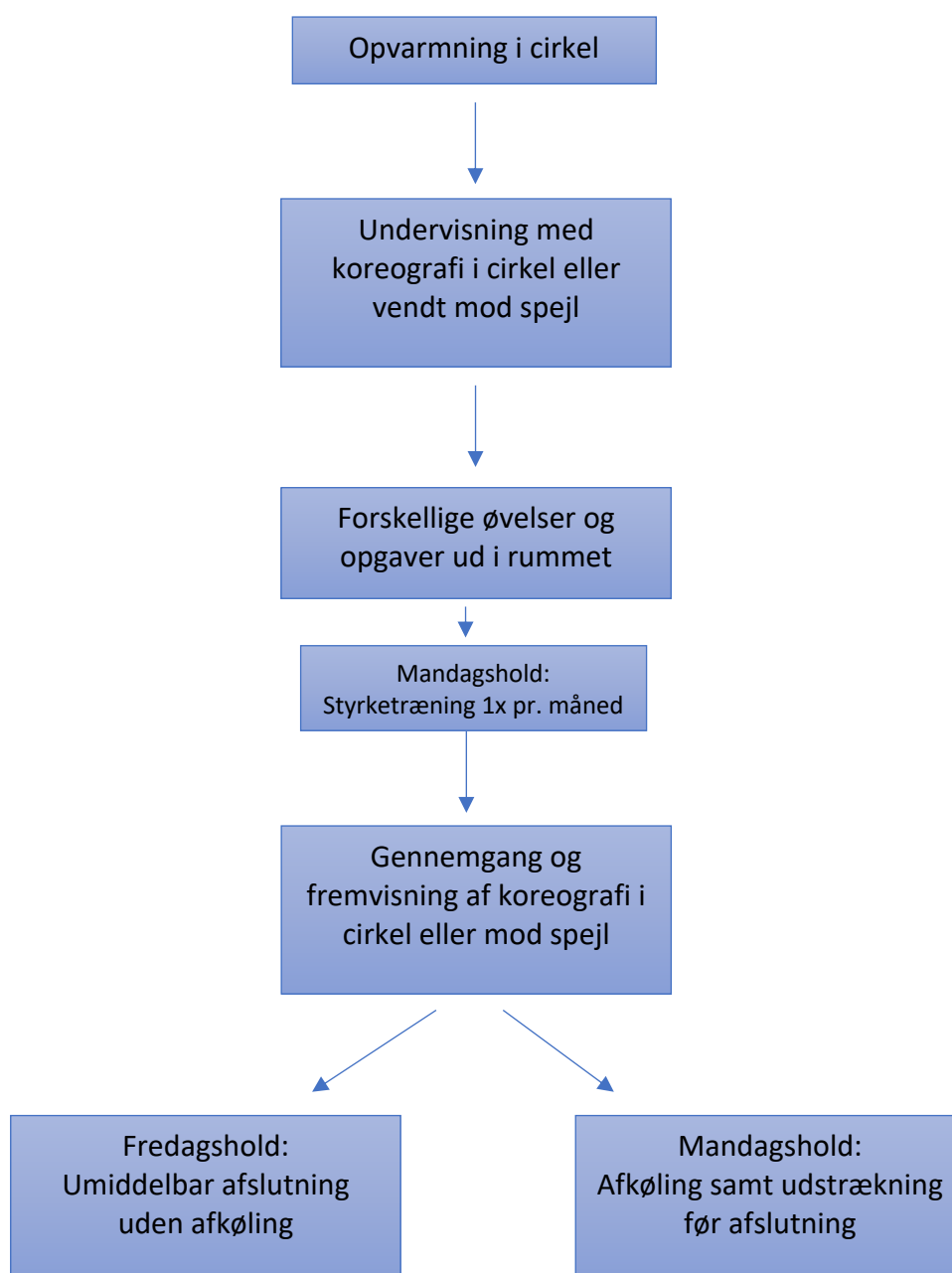
Analyse og diskussion

I dette afsnit vil specialets genererede empiri blive fremstillet gennem undersøgelse af 3 udvalgte tematikker. Disse temaer skal være med til at afdække en besvarelse af problemformuleringen, samt dennes undersøgelsesspørgsmål. Under hvert tema vil der være subtemaer, som er med til at belyse de relevante emner, som stod fremtrædende i den genererede data. Derudover findes efter hvert tema, et opsamlende afsnit, som delkonklusion. Denne opdeling har til formål at belyse den analytiske proces. Temaerne skal imellem tiden forstås tætforbudne med hinanden.

Før den analytiske- og diskuterende gennemgang, fremstilles en gennemgang af både mandagsholdet og fredagsholdet, for at skitsere formen for undervisningen.

Struktur og form for "60+ hiphop"

På begge undervisningshold, "60+ hiphop" om mandagen og fredagen, foregik undervisningen i en time om formiddagen. Timerne inkluderede nedenstående elementer, som de er vist i figur 3. Inddelingen er lavet ud fra de observationsgange, hvor jeg var ude og observere undervisningen, samt fra undervisernes udtalelser i de udførte interviews. Begge undervisere understregede dog, at de med jævne mellemrum godt kunne finde på at ændre i indholdet og rækkefølgen, eller bevidst lave noget helt andet. I den analytiske gennemgang af empirien, tager jeg udgangspunkt i formen, sådan som de fremgår af figur 3. Figur 3 fungerer dermed som udgangspunktet for forståelsen af indholdet i undervisningen på "60+ hiphop".



Figur 3. Samlet overblik over undervisning på "60+ hiphop" holdene mandag og fredag.

Som det fremgår i figur 1, så ligner de to hold hinanden i form og struktur. Begge hold starter indledningsvist med opvarmning, som foregår i en cirkel. Herefter bruges en del af undervisningstimen på en koreografisk gennemgang, hvor deltagerne efterligner underviserens bevægelser til et udvalgt stykke musik. Mandagsholdet afholder styrketræning en gang i måneden, som et bevidst valg fra underviserens side. Til sidst gennemgår eller fremviser holdene dagens koreografi, enten med underviseren eller selv, op til flere gange. Fredagsholdet laver ikke nedkøling eller udstrækning, hvorimod mandagsholdet bruger den sidste del af undervisningstimen på dette.

TEMA 1: De ydre forhold og dennes betydning for deltagerne på "60+ hiphop"

Den strukturelle og indholdsmæssige inddeling, som de er vist i figur 3, giver indblik i hvordan undervisningen udfoldes. Dette afsnit omhandler de ydre forhold på "60+ hiphop" og betydningen af hvorvidt sted, lokalområde og placering af Dansekapellet blandt andet har betydning for deltagelse på "60+ hiphop". Analyseringen og diskussionen af tema 1, besvarer specialets første undersøgelsesspørgsmål.

Placeringen i området og den lokale forankring

Som det er beskrevet tidligere, er Dansekapellet lokaliseret i København, i den nordvestlige del af Nørrebro. I præsentationen af casen blev der fremstillet hvilket sted Dansekapellet er og hvilket sted de har intention om at være. I den videre forståelse af dette, tydeliggøres stedet og dennes placering som et forhold af betydning.

Lone: "Jamen det, altså jeg er kørt forbi i rigtig, rigtig mange år. Og jeg har altid været meget fascineret af bygningen, af området og det er også noget [jeg] synes... Det er også det der gør at man er nysgerrig, eller jeg er nysgerrig på stedet, det er nogle meget smukke rammer, og fungerer i som mennesker ikke?" (mandagshold, s. 5)

Som det læses, så beskriver informanten Lone en tiltrækning til bygningen, området og stedets rammer. Hun beskriver endvidere hvordan disse er medvirkende som forhold hvormed man fungerer som mennesker. I den udlagte teori omkring Community Dance, beskrives hvordan at stedet hvori danseaktiviteten finder sted, ikke er bundet af en bestemt lokation (Amans, 2017). Den kan foregå i fritidsregi, men det fremgår generelt set ikke som et afgørende element, i forståelsen af hvad der udgør en Community Dance practice. Betydningen for deltageren omkring Dansekapellets placering bliver derfor interessant, på den måde som den står frem i empirien.

Den følgende observationsnote fra d. 22. november, uddyber dette:

”Da jeg går hen imod Dansekapellet, noterer jeg mig, at stedet ligger for enden af et T-kryds, som gør at man med det samme lægger mærke til det i bybilledet, hvad enten man er på vej til et sted eller passerer det på en gåtur. Det er en speciel bygning, med en høj mur omkring, med en stor kuppelbygning i midten. Lokalerne ved siden af virker til at ligge rundt om kuppelbygningen, som er i centrum. Det er anderledes end alle andre steder hvor jeg har oplevet dans før.”

Som det fremgår af dette uddrag af observationsnoterne omkring Dansekapellet, så placerer stedet sig mærkbart i forhold til sine omgivelser. Som det læses, så er stedet anderledes end andre dansesteder. Dette kunne godt tænke sig at have noget at gøre med det faktum, at stedet har været brugt til noget andet, før at Dansekapellet tog over. Som det fremgår i præsentationen af casen, så har stedet været et kapel og gravsted og indeholder derfor nogle bestemte, lokale minder og er oprindeligt, qua dens tidligere brug, indrettet med dette i tankerne.

I dette følgende citat, fra underviseren på mandagsholdet, forklares et andet aspekt omkring den historiske kontekst, hvori at Dansekapellet indfinder sig. Denne beskrivelse er med til at kortlægge på hvilken måde, at Dansekapellet udgør en helt speciel form for 'setting' i forhold til danseaktiviteter, der inkluderer Community Dance Practices. Der argumenteres dog for at dans, i sig selv, ikke behøver et sæt af bestemte forhold eller lokaler, for at kunne fungere:

”Lokalerne her og rummene her har jo en helt bestemt unik historie, og [...] det er jo super fedt at være en del af. Selve rummene her er lækre, lokaliteten er lækker. For mig, som underviser, betyder det ikke så meget, altså selvfølgelig er det lækkert med gode lokaler. Men spejl er slet ikke et must,

og slet ikke på det her hold. For mig er det mere vigtigt at du mærker inde i din krop, om det føles rigtigt når vi laver nogle ting.” (mandagsunderviser, s. 18)

Det der fremhæves, er selve dansen og dens betydning overfor den historiske kontekst og Dansekapellets placering. Flere synspunkter kommer dog til udtryk gennem citatet. Først bliver de positive træk ved Dansekapellet, som sted, tydeliggjort, hvori *'en helt bestemt unik historie'*, de fysiske faciliteter i rummene og lokaliteten fremhæves. Alt dette pointeres som særligt ved Dansekapellet og *gør*, at vedkommende beskriver det som *'super fedt at være en del af'*. Dernæst beskrives dog, at alt dette ikke er afgørende for en god dansepraksis. Det vigtigste for underviseren er, at man mærker kroppen og at det *'føles rigtigt'*. Det som her især står frem, er den dualitet mellem oplevelse af krop og oplevelse af hvornår noget føles rigtigt. I forlængelse af den ovenstående diskussion omkring betydningen af lokaler, sted og lokalitet, fremhæves netop at disse forhold er med til at skabe en oplevelse af en god dansepraksis. Derfor er der i dette citat, en dobbelthed omkring udtalelsen af, at det fra underviserens side er vigtigt, at det først og fremmest mærkes rigtig i kroppen, når de afholder undervisningen. Enten kommer deltagernes følelser af at lave bevægelser, som føles rigtige først, og ellers kommer netop denne følelse i kraft af hvilket sted, lokalitet og fysiske rum, de befinder sig i. Dette er underviseren selv en del af, men måske i en mere ubevidst udstrækning. Altså; er det underviseren og deltagernes egne vurdering af om det føles rigtigt, der skaber oplevelsen af en god dansepraksis, eller er det stedet og det rum som de træder ind i, som *gør*, at deltagerne er i stand til at føle netop disse ting? Herunder kan underviseren eller den ansvarlige for Community Dance aktiviteten fremhæves, som af særlig betydningsfuld karakter. Som det er udlagt af Amans (2017), så findes der mange forskellige former for undervisere. Heri beskriver Barr (2013) underviseren eller koreografens rolle, som enten en der bestemmer bevægelser eller opfordre til medbestemmelse. Dette kan på "60+ hiphop" have indflydelse på hvilken undervisningsform der er tilstede og hermed hvordan stedet fremstår for deltageren. Et andet vigtigt forhold, som *gør* sig gældende for deltagerne, som et udefra kommende element, findes i selve stedets personale og forskellige undervisningshold og forståelsen af hvilken betydning disse dele har. Dette bliver beskrevet af en af deltagerne på fredagsholdet i følgende citat:

“To me it is enough that it is dancing. I didn't know anyone else at all. So far, it's not far from where I'm living. And then this place, that's also part of it to me. And actually, yeah, Friday is

not always the best day because I'm working in the evening and so I wouldn't choose to come here at half nine if there wasn't something special. And besides the group and the dancing itself, this place, Dansekapellet, it's something quite special. (Agreement) When we leave there is yoga in the round room and when we leave, they come with babies and there are dancers and it embraces all ages, so I think it's really...yeah something quite special, Dansekapellet."

Det er altså tydeligt for deltageren, at der er nogle specielle forhold til stede, i forbindelse med deltagelse på "60+ hiphop". Som det læses i citatet, er der et sammenfald af flere forhold, som er medvirkende til at vedkommende prioriterer at deltage. Denne prioritering giver udtryk for at Dansekapellet faciliterer et sted, som i sin praksis udbyder gode forhold og attraktive muligheder for dens medlemmer. Der beskrives herudover også en opmærksomhed, som er vendt mod de andre hold, som starter når "60+ hiphop" er færdig. Denne beskrivelse giver udtryk for en diversitet, alsidighed og mangfoldighed, som Dansekapellet som sted besidder i kraft af deres udbud og inklusion af forskellige hold. For deltageren handler det ikke kun om hvad der foregår inde i selve undervisningslokalet, men deltagelsen rækker ud over selve deltagelsen i undervisningen på "60+ hiphop". Denne deltagelse rummer på denne måde en fornemmelse af hvilket sted Dansekapellet er i sin helhed og den eksplicite deltagelse i Dansekapellet, som en del af et større fællesskab. I kraft af sin placering, muliggør Dansekapellet dermed et bredt udbud af mangfoldige hold.

De fysiske rammer hos Dansekapellet og stedets betydning

I følgende subtema, omkring betydningen af de ydre forhold, stod det fremtrædende hos deltagerne, hvilken tiltrækning de fysiske rammer har og hvordan de kan være medvirkende til at udvikle nysgerrighed og interesse for stedet og dets muligheder. Dette kommer blandt andet til udtryk gennem følgende citat, fra en deltager på mandagsholdet. Her fortæller Lone:

"[...] Og jeg tænkte ej, det kunne jeg altså godt tænke mig det der inde. Og så i starten har jeg været ude og se forestillinger også med mine børnebørn. Og så trængte jeg til at sparke mig selv i rumpetten og komme i gang med noget, fordi jeg er holdt op at arbejde. Så derfor begyndte jeg."

Her kan man læse, at der har været en indledende tiltrækning til stedet, som i første omgang har bestået i at deltage fra et besøgende standpunkt. Som det tolkes ud fra citatet, er det først stedet og Dansekapellet, som en danseinstitution, der har virket tiltrækkende og ikke det specifikke dansehold "60+ hiphop". I den indledende tilgang til stedet, er det derfor til dels de fysiske rammer omkring Dansekapellet, som har en appellerende effekt på deltagerne. Betydningen af bygningen og området, indbyder og giver lyst til at undersøge eller deltage.

Lone: "[...] Altså der er noget ved stedet, ikke kun de fysiske rammer men også dem der er her. Folk går op i det og folk gør sig umage, og det er jo sådan noget min generation godt kan lide, ikke?"
(mandagshold)

Her bliver der komplementeret i forståelsen omkring betydningen af stedet og de mennesker som er en del af Dansekapellet. Det har betydning, at der ikke kun eksisterer et bredt udvalg af hold og undervisning, men også at de ansatte, rent faktisk går op i kvaliteten af indholdet og gør sig umage, for at give en god oplevelse på Dansekapellet. Denne forståelse har, som det beskrives af Wenger, en afgørende betydning for meningsdannelsen hos deltagerne, i forhold til at finde accept og blive en integreret del af den kultur og praksisfællesskab, som findes (2004). Det kan her diskuteres, hvorvidt eller hvorhenne dette praksisfællesskab starter og slutter. I tolkningen af citatet findes flere forskellige former for fællesskaber, som er defineret af hver deres praksis. Ved at træde ud af rummet, hvori undervisningen med "60+ hiphop" foregår, afløses denne af et andet praksisfællesskab, hvor der findes andre medlemmer og former for deltagelse. Herunder beskriver Wenger hvordan der findes flere praksisfællesskaber inden for det samme rum. For eksempel en arbejdsplads, hvor kontoret er et og kantinen er et andet (2004). Derfor kan det diskuteres hvorvidt der findes flere praksisfællesskaber på Dansekapellet. Med udgangspunkt i citatet tolkes dermed to praksisfællesskaber – et i "60+ hiphop" og et udenfor, i kraft af personalet og det fysiske rum.

Udover deltagernes oplevelser af det fysiske rum, har det også betydning for underviseren hvilket sted undervisningen foregår i og hvilke muligheder dette giver. Dette læses i følgende citat fra mandagsunderviseren:

”Ja, så stedet her i sig selv har stor betydning for mig og har gjort, at sådan som underviser er jeg rigtig glad for også at komme ind her, for der er mange muligheder, det er et stort hus, og der er mange dygtige dansere der er tilknyttet stedet her. Og der er mange hold og mange muligheder.”

Som det kan læses i ovenstående citat, er underviseren positivt påvirket i forhold til at indgå og være en del af stedet. Dette i kraft af mulighederne, underviserne og holdene.

I følgende citat fra mandagsunderviseren, uddybes det konkrete hold med ”60+ hiphop”, som suppleres ind i forståelsen omkring hvad der er med til at skabe Dansekapellet som sted:

”Det er virkelig et lækkert sted og det giver plads til udfoldelse og kreativitet. Og anderledes hold, ligesom at de har 60+ hold her. Jeg synes at det er så fedt at de udbyder det og har startet det.”

Der argumenteres, i det ovenstående citat, for at stedet er medvirkende til udfoldelse og kreativitet. Denne udfoldelse og kreativitet er dernæst medskabende til anderledes hold, såsom ”60+ hiphop”. Som det beskrives af Amans, forholder Community Dance practices sig netop til det medskabende og kreative (2017). Dermed fremstår Dansekapellet, som et sted der inkluderer Community Dance praksisser.

Det kan diskuteres hvorledes at Dansekapellet placerer sig i forhold den ydre forståelse der findes af stedet. I relation til Wengers forståelse af den meningsforhandling der finder sted i udfoldelsen af en praksis, bruges deltagelse og tingsliggørelse (2004). Her beskrives tingsliggørelse, som tidligere beskrevet, som en reifikation af en abstraktion, et symbol, proces, udtryk eller begreber, men dog uden at nødvendigvis fremstille et materielt, konkret objekt (ibid, s. 72). Heri kan det diskuteres hvorvidt Dansekapellet fungerer som en tingsliggørelse, gennem dens udmeldelser og præsentationer af nye hold og aktiviteter. På den ene side, kan der argumenteres for at stedet, i sin omtale og brug, fungerer på denne måde, ved for eksempel at bruges i en kontekst, såsom: ”Dansekapellet er et sted, med meget kreativitet og åbnehed for forskellige slags dansehold”. Heri ligger en selvstændiggørelse af begrebet, hvormed Dansekapellet får sit eget liv, som en abstraktion og tingsliggørelse (Wenger, 2004). Det bliver gennem denne form for omtale, en måde at beskrive hvordan stedet fungerer og hvilke egenskaber og kvaliteter stedet rummer. Det er på samme tid bredt forstået og accepteret, at Dansekapellet består af mange forskellige enheder og mennesker,

som hver især er med til at forme og danne de meninger, holdninger og valg, som er definerende for stedet. Derfor vanskeliggør det også at betegne Dansekapellet, som en ren abstraktion. Ved at kigge på en opsat plakat i forhallen, omkring eksempelvis opstart af nye dansehold, formes bestemte holdninger omkring hvilket slags sted Dansekapellet er, der igen projicerer en speciel reifikation af stedet. Det kan derfor diskuteres hvorvidt ethvert sted, der i sit omfang og udbredelse, som danner tradition for bestemte aktiviteter, på den måde vil skabe en tingsliggørelse i sig selv.

Delkonklusion på tema 1

Som det er gennemgået i ovenstående subtemaer, findes der forskellige forhold som er med til at give en forståelse for hvilken sted Dansekapellet er og på hvilken måde det har betydning for deltagerne. Det faktum at Dansekapellet omfavner et bredt udvalg af forskellige muligheder af dans, og at disse spænder over en bred aldersgruppe, giver en alsidighed og mangfoldighed, som giver Dansekapellet en unik og speciel karakter. I gennemgangen af dette tema tydeliggøres hvilken form for påvirkning det har, ikke kun på deltagerne, men også underviseren. Mange af deltagerne har gennem en lang periode iagttaget stedet ude fra, for sidenhen at udforske stedet og dennes muligheder. Den tiltrækning og nysgerrighed der finder sted ved denne indledende adgang, bliver meddefinerende for den aktive deltager hos Dansekapellet. I tema 1 tydeliggøres det, på hvilken måde at Dansekapellet, i kraft af sine valg af hold, ansatte og tilknyttede dansere, giver en unik mulighed for deltagelse. Det diskuteres hvorvidt Wengers opfattelse af praksisfællesskaber, bliver definerende for Dansekapellet og de aktiviteter, som udfolder sig her. Herunder kan Dansekapellet opfattes tingsliggjort ved den måde, som den omtales hos deltagerne på "60+ hiphop".

Denne vurdering af stedet og den umiddelbare forståelse for hvilken relevans det fysiske rum har, er med til at åbne op for en udvidet forståelse omkring stedets betydning. Dansekapellet kan i denne forbindelse siges at have en mærkbar betydning for hvornår og hvorfor deltagerne vælger at indgå og deltage på de hold, som der udbydes. I det følgende tema, vil den enkeltes syn på deltagelse på "60+ hiphop" blive gennemgået mere detaljeret.

TEMA 2: Den individuelle oplevelse af dansen

Som det er fremgået af tema 1, indgår Dansekapellet, som et sted med betydning for deltagerne. Denne viden supplerer ind i deltagelse på "60+ hiphop". Med dette analysetema undersøges den

individuelle oplevelse af dansen i "60+ hiphop", samt hvilke forhold der har betydning for denne deltagelse.

I den genererede data trådte den personlige fortælling omkring deltagelse i "60+ hiphop" frem. Her trådte især to forskellige subtemaer frem, som er blevet inddelt under "Opmærksomhed på ældre, dansende kroppe" samt "Forventninger til ældre, dansende kroppe". Disse er med til at afdække besvarelsen af andet undersøgelsesspørgsmål, som er stillet i besvarelsen af specialets problemformulering.

Opmærksomhed på ældre dansere:

Gennem interviews med 60+ deltagerne, blev det tydeligt at der for dem blandt andet var et stort fokus på, i hvilken grad ældre kroppe skal holdes ved lige og ikke i samme grad kan tåle en stationering af dens funktioner. Dansen er, som middel, en del af grunden til, at flere af deltagerne valgte at være med. Her forklarer en af deltagerne på "60+ hiphop" om fredagen, hendes fysiske krop og behovet for bevægelse:

"Then there has been 10-15 years more...it hasn't been that much because my body started to ache – my knees, my hips. And now the body is quite different from what it used to be. And so, it was all practicing making exercises just to protect your knees, make your hip better, your back. And it was all a whole lot of...everything that I was doing with my body was to make the body better physically. And then I thought, and it wasn't funny. It was at the beginning you could see how you could get stronger and better, but it was not funny. The joy of movement disappeared."

Den fysiske forbedring af kroppen står i dette citat, som et vigtigt element i forhold til vedligeholdelse af kroppen og dens funktioner. Der beskrives dog også hvordan glæden ved bevægelse føles tabt, efter som at det ikke blev opfattet som sjovt, på trods af den kropslige forbedring. Det kan diskuteres hvorvidt bevægelsesglæden bliver mere fremtræden, jo mindre den fysiske krop udgør et element af smerte. I citatet fremstår *"the joy of movement"* som et vigtigt forhold, i forhold til fysisk aktivitet. Dette kommer til udtryk gennem Community Dance, hvor det at være aktiv, i bevægelse som ældre og samtidig opleve at det er sjovt, har afgørende betydning for deltagelse (Cooper & Thomas, 2002). Dette suppleres i udtalelsen fra Kirsten på mandagsholdet, som siger:

"[...] Men altså der er nogle ting, som jeg kan mærke på min krop, det kan jeg ikke mere. Men så er der andre ting jeg stadigvæk kan. Jeg føler stadigvæk man kan være med (flere er enige). Men man skal selvfølgelig holde kroppen ved lige, det skal man gøre hele sit liv faktisk. Hvis du bare stopper op en enkelt gang, og ikke er med en sæson, så mærker man med det samme, det giver bagslag. Så det er om at holde sig i gang, og det er jo også det der holder os unge, tror jeg."

Det er altså ikke kun nok med bevægelsesglæde, for at finde mening i bevægelsen. Det er for Kirsten et samspil mellem den fysiske bevægelse og glæden ved bevægelsen, som er motivationskraft for at holde sig i gang og som "holder os unge". Ældre kroppe skal holdes i gang for at kunne holde sig unge, hvilket medfører en fortsat vedligeholdelse af den fysiske krops bevægelsesmuligheder (Bupa, 2011). Dette er ikke kun en nødvendig betingelse for at vedligeholde en yngre krop. Som det bliver fremstillet i følgende citat, fra Vicky på mandagsholdet, viser der sig også et mønster for bevægelse gennem livet:

"Ja, fordi jeg tror da at det er vigtigt, altså jeg tror da at vi alle sammen har holdt os i gang i åreerne. Hvis man ikke holder sig i gang, stopper som 40-årig eller sådan, så er det svært at gøre det vi gør nu. Det tror jeg virkelig."

Med denne udtalelse ligger der en underliggende antagelse omkring, at der er behov for bevægelse gennem hele livet, for at være deltager på "60+ hiphop". De deltagere, som er en del af "60+ hiphop", har på denne måde holdt sig i gang og truffet valg der, gennem livet har været med til at bibeholde en vis fysikalitet samt kropslig vedligeholdelse. En måde hvorpå denne kropslighed bibeholdes, er gennem styrketræning, som mandagsholdet afholder en gang om måneden. Det bevidste valg fra underviserens side, om at fokusere på at vedligeholde styrken og træningen af målgruppen, afviger på denne måde fra hiphop-delen. Til dette siger Hanne fra mandagsholdet:

"[...] jeg [kan] godt lide den der, at man får noget styrketræning en gang i mellem, fordi det har man altid brug for. Til sin holdninger. Til at kunne holde ud til ting."

Denne udtalelse supplerer Sanne fra mandagsholdet:

”Ja, og styrketræner også ind i mellem, så jeg vil gerne være aktiv og bruge min krop, ja. Ja, det kan jeg godt lide.”

På trods af sit fastlagte genrevalg omkring hiphop, så vurderes der af underviseren et behov for en træningsdel i undervisningen, som omfatter styrkelse af den fysiske krop. Dette omhandler med stor sandsynlighed det faktum, at målgruppen hedder 60+ og at den normale undervisningsstil hermed tilsidesættes. Som det er udlagt teoretisk, er de fysiske fordele ved at bibeholde fysisk aktivitet, som ældre af betydelig karakter (Tulle & Phoenix, 2015, Keogh et. al., 2009, Bupa, 2011). I citatet ses derudover en dualitet omkring formålet ved bevægelsen, som et tilbagevendende forhold hos deltagerne på ”60+ hiphop”. Dette omhandler bevægelsesglæden vs. behovet for fysisk aktivitet, som nødvendighed for den ældre målgruppe. Hertil læses ind i en dobbelthed omkring vægtningen af motivation for bevægelse, som giver en forside og en bagside, i forhold til at vælge motioneringen fra og til. Begge dele er en nødvendighed. Den ene del fremstår positiv og tiltrækkende og vægter det mentale og psykiske helbred højt. Den anden er en givet nødvendighed, som ellers kan have konsekvenser for de ældre deltagers fysiske helbred.

Et andet synspunkt, som blev tydeligt i gennemlæsningen af empirien, bestod i argumentationen omkring det specifikke valg om at danse på ”60+ hiphop”. Her opstår en undren, i forhold til hvilke bevægegrunde og kvaliteter, som deltagerne vurderer at de bliver mødt med i deltagelse på holdet. Som det kan læses i nedenstående citat, bemærkes den fysiske kraft, som et grundlæggende forhold for den aktive udfoldelse:

Lone ”Altså jeg, det her der er noget mere leg og der er noget mere kraft og sådan noget. Jeg kan godt lide at bevæge mig og jeg ved at jeg har kræfter, men så når man kommer op i min alder så kan man pludseligt mærke at man ikke har de samme kræfter mere. Og så tænkte jeg at det her det var fysisk dejligt provokerende, at man bliver, hvad hedder det, altså man har brug for, jeg har savnet at være i kontakt med mine egne kræfter. Og det kommer man, synes jeg, når man skal lave noget, det er sådan lige på grænsen til at være ’argh, kan jeg den her planke, kan jeg den der’. Det er et spark.” (mandagsholdet)

Kontakten til kroppen, som beskrives i citatet, er med til at understøtte idéen omkring en vis grad af fysikalitet i dansen. Den er nødt til at indeholde en vis grad af anstrengelse for at give Lone en fornemmelse af kontakt til hendes egne kræfter. Denne kraft lader til at have været en konstant gennem livet for Lone, som sidenhen *"pludseligt"* er forsvundet. For at opnå en genetablering af disse kræfter, bliver Lone nødt til at bruge kroppen i en fysisk aktivitet, som går ud over en "normal" eller mindre provokerende bevægelsesform. Dansen til "60+ hiphop" beskrives, som en måde hvorpå dette opnås. Provokerende forstås ikke kun i form af sin anderledes stilart for aldersgruppen, men også i sit fysiske udtryk, som skaber "provokerende bevægelser" eller en tilpas mængde udfordringer for ældre kroppe. Med fokus på vedligeholdelsen af kroppen, beskriver Hanne på mandagsholdet i forlængelse at *"man skal ikke lave lange pauser, det skal man ikke. Man skal bevæge sig hele tiden"*. Det er altså ikke kun et spørgsmål om at finde en bevægelsesaktivitet, der genetablere tabte kræfter, men også en vedligeholdelse af den fysiske aktivitet kontinuerligt.

I forlængelse af temaets fokus, omkring opmærksomheden rettet mod ældre, dansende kroppe, er der flere synspunkter som træder frem hos deltagerne. En af deltagerne beskriver følgende om sin deltagelse på fredagsholdet:

"Well I think yeah in my own body 2 things because actually this right hip doesn't like it. So usually I... it's very much... [The teacher] almost always goes forward on the right leg. She doesn't change. So actually, the day after it would hurt more. But despite of that, I have signed for the season in the spring. And that's the other thing that you get, I feel alive in the body because it's the first season I have an advantage because some of the steps I know from other kinds of dancing but actually I have been, it has been necessary to really concentrate. With [the teacher], it's like follow me and with [a substitute] it's more pedagogical. He will do it slowly and then build up. And [the teacher] is; alright let us have a party and we're dancing."

I dette citat fortælles om en indre konflikt i deltagelsen på "60+ hiphop". På den ene side beskrives en sammenhæng mellem oplevelsen af fysisk smerte i hoften og deltagelse, som varer helt til næste dag. På den anden side forklarer vedkommende at hun har tilmeldt sig forårets hold og hermed fortsat deltager på holdet. Derudover beskrives følelsen af at *"feel alive in the body"*, som igen indikerer en kropslig forbundenhed. Dette siger altså noget omkring, at deltageren vælger at gå på

holdet og være en del af den "fest", som der beskrives at der opleves, på trods af at dette medfører smerter. Beskrivelsen af energi, som er til stede, hænger sammen med underviserens måde at undervise og det fokus, som der bliver lagt for hvordan oplevelsen af at deltage skal være. Dernæst beskrives at denne form for energi og følelsen i rummet, bliver forhøjet, når deltagerne indgår i interaktion med hinanden. Dette element svarer i høj grad til den måde, hvorpå Community Dance udfolder sig. Her fokuseres på at de sociale relationer, den kreative, fantasifulde og udfordrende dans, bliver en måde at genetablere forbindelse til yngre versioner af deltagerne (Stinson, 1985, Rowe et. al; Bond, 2019). Igangsættelsen af en "fest" i dansen, vil på den måde være med til at facilitere en kreativ udfoldelse, som skaber værdi hos deltagerne.

Forståelsen af den opmærksomhed der er hos deltagerne på "60+ hiphop" opleves også gennem det, som deltagerne beskriver som en ændret sindstilstand i sammenligningen mellem før og efter de har danset. Dette kommer til udtryk hos flere af deltagerne på både mandags- og fredagsholdet, hvor blandt andet en af deltagerne på fredagsholdet siger:

"When I bike up here Friday morning, I can think oh it's hurting, it's hurting. And when I go home it's gone. And I think like you said you don't mention so much more than you follow the dancing and I feel better when I go home." (fredagshold, s. 6)

Denne præsentation af oplevelsen af at danse på "60+ hiphop", giver en indsigt i, at det psykiske og det fysiske er tæt forbundne. Der beskrives en oplevelse af at kroppen kan være i en tilstand af smerte inden personen indgår i praksis, hvorefter der opleves en forbedring af den fysiske krops tilstand. I det psykiske og mentale aspekt, kan det antages at der gennem en nedsat opmærksomhed på den fysiske dimension af kroppen, sker en opløftning af sindet gennem dansen. Denne form for sammenvævning af sind og krop, har stor betydning for oplevelsen af at deltage på "60+ hiphop". Hertil tilføjer en anden deltager, på det samme hold at:

"You feel it if you take the bike and go from here.... you feel now I can do everything in my life that I want. And so, it has an influence on the day."

Denne beskrivelse af opløftning af at deltage og følelsen af, at kunne alt det, som deltageren gerne vil i sit liv, indikerer en forbedring af både kroppen og deraf det mentale. Det kan her diskuteres hvorvidt der er tale om deltagelse på grund af disse forhold og forbedringer. Hertil forklarer en anden deltager omkring sin grund til at deltage:

"You get in a very good mood. But that was not the reason for me. It was to get the pulse up first of all. But I like it what comes to you also."

Denne deltager beskriver, at det i første omgang har været vigtigt for personen, at få pulsen op og derigennem opleve en ændring af den mentale sindstilstand. Det beskrives som en sidegevinst i forhold til at være en aktiv del af holdet, mere end en egentlig grund. I samme stil beskriver flere af deltagerne på mandagsholdet, at de oplever lignende forhold omkring forbedring af den psykiske og mentale tilstand, hvortil Hanne, på mandagsholdet beskriver: *"Jeg synes jeg har det godt i min krop bagefter alt det der dans der. Fantastisk [...]"* og som suppleres af Vicky, på samme hold, der siger at *"når man kommer og hvis man er træt, så er man frisk når man går."* På trods af udtalelser omkring den fysiske vedligeholdelse af kroppen findes der, i forlængelse af empirien, mest fokus på den opmærksomhed, der skabes af at danse på "60+ hiphop", som en opløftet følelse i kroppen.

Forventninger og fordomme til ældre dansere:

Et andet forhold, som træder frem i deltagernes beskrivelser, er forventninger og fordomme hos andre i forhold til kroppens funktionalitet, som ældre. Forventninger forstås her i forhold til deres egne, kropslige forventninger, samt hvilke forventninger der kan findes til dem, som deltagere på "60+ hiphop". De forventninger og oplevelser, som deltagerne havde, kommer blandt andet til udtryk gennem dette citat fra Rikke på mandagsholdet:

"[...] der er sådan noget eksemplarisk der er sjovt. At vores alder, altså det man fortæller at man går til hiphop, de synes at det er lidt sjovt og lidt modigt. Og jeg synes at det er sjovt at blive ved med at gå til noget, lidt også for at provokere den indstilling der ligesom er til ældre mennesker. Og der synes jeg det er sjovt, for vi har haft vikar nogle gange. Og der er faktisk hos nogle der er lidt yngre end [underviseren], en ængstelse for at undervise os og det synes jeg er så mærkeligt"

fordi det vidner jo om et utroligt ukendskab til at vi repræsenterer jo, altså når vi tager en runde, vi har jo gået til et hav af ting ikke? For lang tid siden og for ikke så lang tid siden, og sådan noget. Og der synes jeg bare at det er utrolig vigtigt også at vise, at vi vil ikke gå i stå, vi vil benytte os af de ting vi kan benytte os af.”

Her fortæller informanten om hvordan de forventninger der kan være til ældre og deres kroppe, kan være med til at udgøre en "ængstelse" eller begrænsning for udefrakommende og deres forventninger til målgruppen. I citat fremhæves en uvidenhed fra yngre vikarer for holdet. Dette udviser en mangel på viden omkring ældres funktionalitetsniveau og heraf en berøringsangst i forhold til hvordan ældres kropslige formåen håndteres. Gennem denne fordom fremsættes en bestemt fremstilling af ældre mennesker og deres fysiske kroppers præstationsniveau. Beskrivelsen af 'ængstelse' skaber en udfordring, i forhold til at indgå i et samarbejde på tværs af aldersgrupper. For Rikke omtales derudover en provokation i bevidst at gå til bevægelsesaktiviteter og dermed udfordre fordomme og forventninger omkring ældre kroppe. Denne udtalelse giver udtryk for en selvbevidsthed, som skal synliggøre et modtræk til den stereotype forståelse af en ældre og hvad deres krop er fysisk i stand til. Hermed udfordrer Rikke de yngre vikarers fordomme og uvidenhed. Mette, på mandagsholdet, udtaler omkring opdagelsen af stedet og dens muligheder: "[...] Og så tænkte jeg 'gud, der er noget til os gamle her.'" Dette supplerer dermed ind i Rikkens udtalelse omkring tilgængeligheden for ældre, til dans og fysisk aktivitet.

Som modpol, til Rikkens bevidste provokation i udfordringen af ældres fordomme, udtaler Hanne på mandagsholdet følgende:

"[...] Altså hvorfor, jeg ved ikke, jeg er også i nogle miljøer hvor der er unge mennesker og så mener de et eller andet med ældre mennesker. Vi danser lidt mere på kryds af alder, der hvor jeg kommer. Men det, jeg kender godt det der. Jeg ignorerer det altså. Og jeg tror slet ikke at man skal hæfte sig så meget om hvad nogen synes om det der. Tænk på, 'hvad vil jeg', og så gør jeg det der. Og det tror jeg egentlig er meget vigtigere, end hvad de andre synes. Det kan man altså ikke bruge til ret meget."

I citatet synliggøres en forskel på hvordan fremstillingen af ældre fremgår. Heri udtaler Hanne, på trods af en relationel kontakt til yngre, at hun ikke tager sig af, hvad andre tænker om hende. Denne selvbevidsthed adskiller sig dermed fra Rikkes, som er anderledes bevidst omkring udefrakommende forventninger og fordomme.

Som det fremgår af det følgende citat fra en deltager på fredagsholdet, så opstår der en distancering til den fysiske alder gennem dansen:

“And my friend, she's 72 and she said the best thing of it I forget my age when I'm doing hip hop.”

Gennem dansen glemmes den fysiske alder og dermed de kropslige udfordringer der opstår i forlængelse af dette. Ved at give udtryk for dette, kan den fysiske alder og den mentale alder adskille sig fra hinanden og skabe et andet fokus, som ikke inkluderer de fordomme og bestemte sæt af forventninger, som aldersgruppen møder på ”60+ hiphop”.

I mødet med de forventninger og fordomme, som ældre møder i dansen, udtaler en deltager på fredagsholdet:

“I think it has moved my borders, my own...I think I could do something but [the teacher] and the hip hop in all have moved what I can. We have been on some shows here when the class stops in summer we have shows up in the (round room) and last summer we were asked to make a show in the music house and it was only 7 [participants] with spotlights and high music and many audience and I said, wow I said yes. And I done it. It was also something I hadn't expected that I would dance. And so, it moves something for me.”

Heri fremgår en detaljeret beskrivelse af hvad den specifikke deltager har fået ud af deltagelse gennem ”60+ hiphop”. Ved at deltage har vedkommende fået rykket sine kropslige grænser, men der fremgår også en mental forrykning af grænser. Dette er kommet til udtryk gennem deltagelse i de ”summer shows”, som afholdes sidst på sæsonen. Her beskrives en indre konflikt i de forventninger, som deltageren har til sin egen deltagelse. Dermed rykkes disse forventninger og indre fordomme, ved at deltageren vælger at deltage i showet og dermed skaber en mental

forandring. Udover de interne fordomme og forventninger, beskrives eksterne forventninger fra familie og venner. Dette kommer til udtryk gennem følgende citat:

“At least when I have told friends and my sister and so on, I have found this hip hop 60+. It crosses in their heads; no, it can't be. So, it's so far away from what you would expect, yeah.”

Dette citat fra en deltager på fredagsholdet beskriver hvilke fordomme, omkring ældre i bevægelse, der findes hos deltagerens venner og søster. Herunder virker det til at der findes en stolthed, i at kunne sige at de, som ældre, går til en bevægelsesaktivitet, som er meget anderledes. Ikke nok med at de bryder med forventninger omkring deltagelse i fysisk aktivitet, som ældre, så kan der ligge en form for prestige i at fortælle at denne bevægelsesform hedder ”60+ hip hop”, som dansegenre. Udover de indre forventninger og fordomme, og de eksterne fra familie og venner, så får underviserens forventninger og fordomme betydning for deltagerens involvering og engagement i undervisningen:

“What I like most about [the teachers] way of teaching is that she sees us as people who can do more than we even think that we can do. I like that. Because other teachers they're taking too much care of elderly people because with [the teacher] we're doing a lot – more than we thought we could. And I say, oh let's have a break and she said; “5 minutes more and then you have a break”. And that's very fine so, we do a little more with here and I like that.”

Som det kan læses, så oplever deltageren på fredagsholdet, i dette citat, at underviserens forventninger til deltagerne, som 60+, er højere end deltagerens egne forventninger. Den kropslige præstation og ydeevne normaliseres hermed og vidner om en undersøgelse af deltagernes personlige grænser for den kropslige præstation. Hermed kan underviseren siges at udsætte deltagerne for et fysisk pres, som går imod de forventninger og fordomme, som er beskrevet i de øvrige udtalelser. I interaktion med den ældre generation, er det som underviser og koreograf, vigtigt at bibeholde den legende, kreative og udfordrende tilgang til dansen (Barr, 2013).

Delkonklusion på tema 2

I sammenfatningen af de to subtemaer, er der flere forskellige aspekter som bliver fremtrædende i fremstillingen af den individuelle oplevelse i dansen. Kroppens fysiske potentiale fremstår som et betydningsfuldt forhold, idet den ældre krop er en konstant hos deltagerne og skaber refleksion omkring deres egen fysiske deltagelse. I dette skabes et spændingsfelt mellem glæden ved bevægelse og nødvendigheden for bevægelse. Flere deltagere danser primært for at holde sig i gang og vedligeholde kroppen og dens funktioner, samt minimere smerter. Som det er blevet diskuteret, beskriver deltagerne at man som 60+ ikke kan tillade sig at holde en pause fra bevægelse, da der herved opleves en forringelse af kroppens funktioner. Herunder beskriver deltagerne, at de dermed konstant må holde sig i gang. Udover en forbedring af den fysiske krops færdigheder og funktionalitet, forbedres fysiologien i form af hjertekar- og luftvejssygdomme (Keogh et. al. 2009). Dermed sker der både en indvendig og udvendig synlig forbedring og vedligeholdelse af kroppen gennem dansen. Som et tredje forhold af betydning giver mange af deltagerne udtryk for en særlig opmærksomhed rettet mod den positive psykiske og mentale forbedring, som dansen har på dem. Her udtrykkes en ændring af sindstilstanden fra før deltagelse i undervisningen til efter. Dansen på "60+ hiphop" har dermed flere fællestræk med en Community Dance praksis, hvor de fællesskabsgivende, inkluderende og samskabende kvaliteter kommer til udtryk (Amans, 2017).

Som det er blevet diskuteret i tema 2, findes der mange forskellige forventninger og fordomme til ældre, dansende kroppe. Her fremgår det hvordan flere oplever en række fordomme og forventninger omkring dem og deres aktive kroppe. Fordommene og forventningerne omkring ældre kroppe og deres funktionalitet og præstation opleves som interne og eksterne. Den interne kommer til udtryk gennem den måde, som kvinderne på "60+ hiphop", bruger deres krop og oplevelsen af succes med dansen på trods af deres egne fordomme og forventninger. Herudover opleves de eksterne forventninger og fordomme via venner, familie og underviseren på "60+ hiphop". Herunder bemærkes en uvidenhed til ældre kroppes funktionalitetsniveau, som årsag til disse fordomme og forventninger. Underviseren fremstår som en særlig vigtig person, der går imod negative forventninger og fordomme og presser 60+ deltagerne fysisk. Dette pres er med til at udfordre deltageres egne fordomme og forventninger til dem selv.

Som det fremgår i det følgende tema, vil disse forhold, som de er diskuteret og fremstillet i tema 1 og 2, bidrage med supplerende forståelser for hvordan det opfattes og opleves at være en deltagende del af fællesskabet på "60+ hiphop". Dermed væves tema 1 og 2 ind i den analytiske forståelse af tema 3.

TEMA 3: Oplevelsen af fællesskabet og dennes betydning

I dette afsnit behandles på hvilken måde at gruppen og fællesskabet har betydning for oplevelsen af deltagelse til "60+ hiphop". Temaet er med til at besvare det tredje undersøgelsesspørgsmål i specialet. Der vil i det følgende laves opdelinger i subtemaer, der behandler de forskellige dele af empirien, som de stod fremtrædende. Disse er underviserens betydning, musikkens betydning og fællesskabet og dynamikken i gruppen. Til sidst opsamles i et delkonkluderende afsnit.

Underviserens betydning

I deltagerobservationer og udtalelser fra informanterne i interviews, fremgik det hvorledes at underviserne på begge "60+ hiphop" hold (mandag og fredag) havde stor betydning for deltagerne. Deres betydning havde indvirkning på både det individuelle plan, såvel som på fællesskabet og hvordan dette følte oplevet. Begge undervisere brugte i vid udstrækning ens struktureringen af timen og vil derfor i det følgende beskrives ud fra den samme strukturering.

Dorte: "Der er en rigtig god ting, og det er når det er en god lærer. Altså jeg synes at vi har en rigtig god lærer, som kan se hvad niveauet er og som forlanger, hvad man kan præstere. Hun efterlader ikke nogen med sådan nogle store mindreværdskomplekser, eller helt ude i hjørnet hvor de ikke bare slet ikke kan følge med. Og det er jo en af måderne man kan gå op i det og blive, det er jo når man faktisk kan leve op til det der bliver krævet af en. Og det, alle de der ting jeg gør, det er jo hendes personlighed der hjælper hendes dygtighed, og så ja musikken, det man føler sig godt tilpas i gruppen." (mandagshold, s. 13)

Beskrivelsen af oplevet succes, bliver et fremtrædende og vigtigt element, i forståelsen af hvilken betydning underviseren har for gruppen. Som det læses i ovenstående citat, er en af måderne for fastholdelse gennem en oplevelse af succes og evnen til at efterleve kravene. Denne beskrivelse af

underviseren, er medvirkende til at forstå hvilken form for undervisning, der er tilstede på "60+ hiphop". Det fremgår som en prioritet hos underviseren, at alle oplever at de kan finde ud af det og skaber en succesoplevelse ud fra deltagelsen. Derudover beskrives en sammenhæng mellem underviserens 'dygtighed' eller sæt af kompetencer, som underviser og hendes personlighed. Heri trækkes den subjektive person, som underviseren udgør, ind i diskussionen af hvorvidt undervisningen opfattes som vellykket eller ej.

Som det fremgår i følgende citat, er det ikke kun underviserens personlighedsmæssige karakteristika der har betydning for deltagerne, men den aldersmæssige gruppering fremtræder, som et forhold af betydning på "60+ hiphop":

Lone: "[...] Og det betyder meget at hun er ung, fordi i vores aldersgruppe der bliver man tit placeret, man er tit meget sammen med sin egen aldersgruppe. Det er faktisk enormt vigtigt at blive udfordret på alle mulige måder af forskellige aldre."

Heri fremstår det for Lone som et særligt betydningsfuldt forhold, at underviseren er yngre. I citatet beskrives en placering i samme aldersgrupper, som værende et problematisk forhold. Placeringen vidner på samme tid om en fratagelse af det selvstændige valg og indikerer en udefrakommende indblanding i ældres levede, sociale liv. Herudover beskrives betydningen af at "blive placeret" med en yngre målgruppe, samt betydningen af udfordringer på tværs af aldre.

I det følgende citat beskrives en fascination af underviseren, som afstedkommer en fastholdelse af deltageren på holdet:

"I was just fascinated by [the teacher] like you (gestures to other participant) and I was on her first class and have followed her since so I think it's...I priorities to come here each week because it gives much more to your body, it gives to your mind also. And I have been to the border of depression, so to be here is very nice."

Som det kan læses i det ovenstående citat, så findes der en grundlæggende motivation for at deltage og fastholde deltagelsen. Dette opnås gennem en beskrivelse af det kropslige, som dansen bidrager med. Det mentale aspekt og det, som dansen giver "to your mind also", har en afgørende betydning

for deltageren. Den fascination der beskrives deles mellem flere deltagere og giver en forståelse af, at det ikke kun har betydning at der danses, den fysiske dimension af brug af kroppen, men også hvilken rolle underviseren har og får for deltagerne i det mentale aspekt. Deltageren beskriver at hun har deltaget siden holdets opstart og siden underviseren begyndte, og at dansen på denne måde afholder hende fra depression. Som det beskrives af Thomson, i Amans (2017), så findes der forskellige former for Community Dance Practices. Heri alternative, radical og ameliorative. Som det er beskrevet, henvender den ameliorative form for Community Dance sig til den lindrende form for dans, der promoverer en forbedring af deltagerens velbefindende. Der kan i denne sammenhæng argumenteres for, at deltageren bruger "60+ hiphop", som en lindring i forhold til at have oplevet at være på randen til depression. Dansen har en anvendt evne til at lindre netop disse forhold (Bupa, 2011). Omvendt beskrives den alternative form for Community Dance også som en tilgang der har en terapeutisk og holistisk filosofi. Det som bliver et afgørende kendetegn for deltagerens synspunkt i citatet, vedholder at det tager et personligt udgangspunkt. Når der snakkes om forskellige former for Community Dance practices, kan man ikke ud fra følgende beskrivelse, argumentere for at alle oplever dette på samme måde, eller at holdet kan siges at være enten ameliorative eller alternative. Som det fremsættes af Jasper (1995; Amans, 2017), argumenteres for at alle Community Dance praksisser kan siges at være ameliorative. Deltagerene på holdet kan opfatte deres deltagelse som radikal, idet de oplever en frigørelse af en form for undertrykkelse, enten af deres krop og andre betydningsfulde aspekter (Thomsen; Amans, 2017). Holdet udgør dermed en specificeret og individualistisk Community Dance-form, afhængig af den subjektive grund til deltagelse. Det kan diskuteres hvorvidt Thomsons opdeling af Community Dance Practices, giver mening at anvende på nogen måde, da det bliver op til hver enkelt deltager at vurderer deres enkelte formål og udbytte. Omvendt får underviserens rolle en afgørende betydning for hvad der overordnet set anses for meningen med holdet. Underviseren bliver dermed et retningsgivende element for meningsdannelsen for deltagelsen. Dette kan italesættes gennem samtale og indbyrdes diskussion på holdet. Underviserens er modsat ansvarlig for at tilrettelægge og strukturer undervisningen på den måde, som vedkommende finder meningsfuld og formålsgivende. Gennem disse forhold er det op til den enkelte deltager at skabe mening. For at skabe en meningsfuld deltagelse i praksis, tages udgangspunkt i handling og interaktion som udtryk for engagement i praksis (Wenger, 2004). Heri består underviserens betydning, som et særskilt og fremtrædende forhold.

Et andet forhold, som står frem i citaterne fra deltagerne, er underviserens personlige påvirkning på deltagerne. Det har ikke kun betydning at de er der og faciliterer en undervisning, hvorigennem deltagerne kan udleve deres personlige tilrettelagte formål og ønskede udbytte, men også gennem en oplevet tilstedeværelse af underviseren. Dette kommer blandt andet til udtryk gennem følgende citat, fra en deltager på fredagsholdet:

“For me [the teacher] has a great influence. We have had [a substitute teacher] once and he was very good, and I enjoyed it. It was a good class, but it wasn't where you feel you get alive. For me, I guess that it's also the processes that happen chemically perhaps and I bear depression and it has to have a certain intensity to provoke the energy and with the energy comes also the joy. I do yoga and other things and it's nice and your body and mind are connected but it doesn't give that kind of...yeah. [The teacher] and then it is so high intensity. But dance also moves you away from...you don't have to think that much. If you do have to think it's about the choreography.”

Her omtales betydningen af 'energi' og 'where you feel you get alive' som forhold der har stor betydning for deltagerens involvering og oplevelse af deltagelse på holdet. Denne energi kommer til udtryk gennem underviseren og som et personificeret element af hvordan underviseren opleves. Det er ikke uden betydning hvem der underviser og hvilken 'energi' denne tilfører. Den kemiske proces som omtales, medfører et fysiologisk, kropsligt element som afstedkommes af den fysiske aktivering. Denne er ikke i sig selv ensbetydende med en bestemt form for 'energi' og oplevelsen "to get alive". Beskrivelsen af at føle sig levende adskiller sig fra øvrige bevægelsesaktiviteter, såsom yoga, og giver indikationen af at dans som bevægelsesform og underviseren som persona, medfører specielle omstændigheder, hvormed deltagelsen opleves. Dette suppleres i det følgende citat af underviseren på fredagsholdet:

“[...] some of the things they say when I'm not here and they have a substitute. It's not the same energy. It's not the moves and the steps because everybody can do that. It's the energy. And I put a lot of energy. I put a lot of energy in it and then I get a lot of energy out of them. And that makes me high so, that's win-win in a way.”

Her vises en opmærksomhed rettet mod den *'energi'*, som sker i samspil med holdet og det fællesskab de deler. Der beskrives en bevidsthed omkring forskellen mellem underviserne og den betydning som personen har i dette samspil. Det er bemærkelsesværdigt hvilket forhold der eksisterer mellem deltagerne og underviseren, i forhold til at dele og give *'energi'* til hinanden. Det er ikke kun deltagerne der har en oplevelse af *'energi'*, som noget de modtager fra underviseren alene. Underviseren her beskriver hvordan hun bevidst bidrager med en stor mængde *'energi'* til holdet, gennem sin person. Modsatrettet modtager hun *'energi'* fra deltagerne. *'Energien'* eller stemningen på holdet opbygges gennem undervisningstimen. Det gensidige engagement der opleves på holdet, forbinder deltagernes kompetencer, skaber individuelle identiteter samt engagementsrelationer (Wenger, 2004, s. 93). Hermed defineres medlemskab og deltagelse i praksis (ibid). Den fælles *'energi'* afspejler hermed det gensidige engagement.

Musikkens betydning

Underviserens betydning fremgår i det ovenstående, som et forhold af stor betydning for deltagelsen i fællesskabet på "60+ hiphop". I den genererede empiri fremgår musikkens rolle og indvirkning på fællesskabet. I forståelsen af musikkens betydning for deltagelse på "60+ hiphop", inddrages oplevelsen i kroppen, samt hvilken påvirkning musikken har. Her udtaler Sanne, fra mandagsholdet:

"[...] jeg har også gået til sådan noget stillesiddende, har nogle kommandoer eller se et eller andet, hvor man ligesom ikke rigtig får tid til at leve med i det, hvor det gør man mere her hvor man kan se sig ud af det og føler sig ud af det, med lyden og musikken."

Dansen får dermed en kropslig dimension, som blandt andet kommer til udtryk i oplevelsen af lyden og musikken. Der sammenlignes med tilsvarende bevægelsesformer, som ikke bidrager med samme mulighed for indlevelse og fordybelse. Det fremgår hvordan Sanne beskriver musikkens evne til at forme hendes deltagelse. Musikken giver mulighed for at *"føle sig ud af det"* og bidrager på denne måde til et forhold af betydning. I det fælles repertoire består praksisfællesskaber af rutiner, gestus, handlinger eller måder at gøre ting på (Wenger, 2004, s. 101). Det kan dermed argumenteres hvorledes musikken tager form, som en del af et fælles repertoire på "60+ hiphop". Gennem brug

af musikken produceres og optages praksisfællesskabet, i takt med udvikling af praksis (ibid). Heri udtrykkes medlemskab og identitet i praksis, som både reifikative og participative aspekter.

I forlængelse af de kropslige dimensioner, der er forbundet med den specifikke brug af musik, udtaler en deltager på fredagsholdet følgende omkring musikkens betydning:

“It's [the music] not so bad, but actually I find the music awful and that's part of why I thought hip hop...never, never. It's not the music actually, perhaps the beat and so on. I would never listen to music like that. Only this class one hour a week. Of course, there's a beat and the energy.”

Her gives udtryk for at deltageren ikke bryder sig om det rytmiske *'beat'*, som findes i den anvendte musik. På trods af den afstandtagen til musikken der gives udtryk for, fortsættes deltagelse på holdet. Det fælles repertoire, som musikken udgør, skaber dermed fælles virksomhed hos deltageren. Herigennem dannes en meningsforståelse, som bidrager til en engagementsidentitet (Wenger, 2004, s. 94). Dette medfører den fortsatte deltagelse på ”60+ hiphop”.

Herudover beskrives der en differentiering mellem mandags- og fredagsholdets brug af musik. Den specifikke underviser har, gennem sin personlige præferencer, mulighed for at påvirke deltagernes oplevelse af musikken. Underviseren på fredagsholdet udtaler:

“[...] Also, the music...I'm comparing to [the teachers] class on Monday because she's using some of the new music and I'm using a lot of old school 1980s hip hop and some of it is new as well. But I think that the old school hip hop is very much on the beat and it's easy for them to follow. And I think some of the new music is...some words I don't think are appropriate. So, I'm thinking a lot about what music I use.”

Det fremgår som et bevidst valg hvordan de to undervisere inkorporerer musik på deres respektive hold. For underviseren på mandagsholdet fremgår en bevidsthed omkring valg af musik, som passer til målgruppen og som ikke findes upassende. Herudover indgår bevidstheden i forhold til at

musikkens rytme skal være nem at følge for deltagerne. Som det fremgår af citatet, lader dette til at være mere bevidst for underviseren på fredagsholdet, end for mandagsholdets underviser.

I det følgende udtaler Vicky, en deltager på mandagsholdet, hvordan musikken har udviklet sig over tid, gennem deltagelse på holdet:

”Altså jeg synes ikke at det er al hiphopmusikken, som jeg bryder mig om (nogle griner). Men det har noget at gøre med at når du så først, når de så finder ud af det, for de er jo også musiske de der lærer vi har, når de så finder ud af at lave nogle øvelser, så bliver det ikke så slemt hvis det er noget af det man ikke kan lide, fordi man finder rytmen i hvordan bevægelsen skal være. Så du følger på en eller anden måde musikken, men sådan er det jo med al musik. Der er noget du bedre kan lide end andet, og det gælder jo også inden for pop eller jazz eller hvad det er. Men jeg synes at de på en eller anden måde, at jeg er da begyndt at høre mere til sådan noget andet musik end jeg har gjort tidligere.”

I dette citat læses en forståelse omkring oplevelsen og betydningen af musikken. Der eksemplificeres en forståelse af, at man gennem udøvelsen af bestemte bevægelser, kan se gennem fingre med hvilken musik der spiller. Dette på trods af den personlige holdning som deltageren giver udtryk for at have. Herudover udtales der omkring en alsidighed i forhold til at deltage og lytte til musik på ”60+ hiphop”. Deltageren forklarer at hun gennem deltagelsen, er begyndt at lytte til mere musik end tidligere og dermed at musikken har haft en positiv betydning for hende. Det kan her diskuteres hvorledes musikken optræder, som en tingsliggørelse af deltagelsen på holdet. Musikken skabes som et fokuspunkt, hvormed meningsforhandlingen organiseres omkring (Wenger, 2004, s. 73).

Fællesskabet og dynamikken i gruppen

I følgende afsnit fokuseres eksplicit på fællesskabet på ”60+ hiphop”, samt den sociale kontekst, som et interrelationel og dynamisk forhold.

I den generede empiri fremgår det relationelle som værende af stor betydning hos alle deltagere. Heri sættes et spændingsforhold op i forhold til individet over for gruppen. Som det kommer til udtryk i følgende citat, har det stor betydning at dansen foregår i relation til andre:

Sanne: "[...] Altså din ydelse, den er afhængig af det de andre yder. Men det er ikke en kollektiv produktion vi laver, men det er en individuel produktion. Men jeg ville synes det var kedeligt, hvis jeg skulle have en individuel undervisning for eksempel i hiphop, ikke?"

Der opsættes hermed et modsatrettet forhold af oplevelsen på "60+ hiphop". Præstationen beskrives individuel, men optræder afhængig af den kollektive produktion. Det kan her diskuteres hvorvidt produktion henviser til produktet (dansen) eller det at indgå relationelt på holdet. Herunder supplerer Rikke fra mandagsholdet: *"[...] Man giver glæden videre ligesom eller sådan. Gode fornemmelser og sådan. Ja."* Denne relationelle deling af "gode fornemmelser" sker kun i forhold til og i kraft af andre. På den måde udgør deltagelse i fællesskabet en bestemt identitetsforståelse. Som det beskrives af Wenger, vil deltagelsesidentitet kun være meningsgivende i forhold til at blive anerkendt af andre deltagere af fællesskabet (2004, s 174). Vurderingen af medlemskab kan foregå tavst eller eksplicit, men udføres altid i handling og relationelt. Ved at indgå i praksisfællesskaber forhandles identiteten (ibid). Ved at forholde sig til hinanden på "60+ hiphop" forhandles denne deltagelsesidentitet.

Dette underbygges af følgende citat, hvor Dorte, fra mandagsholdet, forklarer sin deltagelse i fællesskabet:

"Man kommer meget ud i, altså man bliver halet ud af sin egen stemning og ind i dansestemning. Altså det er lidt svært at forklare, men det er bare det der med at den stemning der opstår når der er 17 på holdet i stedet for 3 på holdet. Den er man afhængig af når man yder. Altså min ydelse ville overhovedet ikke blive på samme måde, hvis der var meget få."

Det er betydningsfuldt for Dorte, at der eksisterer et fællesskab hvormed praksis udfoldes 'når der er 17 på holdet i stedet for 3'. Heri kobles deltagerens ydelse til det relationelle fællesskab og den dynamik der opstår i relationerne. Som det læses i det følgende, er det mærkbart hvordan det opleves at starte, som ny på mandagsholdet:

Lone: "[...] jeg er jo relativ ny på holdet, man kan selvfølgelig godt mærke at når man kommer ind på et hold at der er nogle der er gået sammen, men jeg synes ikke at det har betydet at 'nej, her gider jeg ikke være' [...]"

Her fremgår hvordan deltagelse på holdet, som ny, medfører en usikkerhed hos deltageren. Dette beskriver Wenger, som en naturlig del af at indgå i et nyt praksisfællesskab, samt at opnå den relationelt forhandlede deltagelsesidentitet (2004). Gennem deltagelse over tid opstår en optagelse af medlemmet til fællesskabet, som medfører en overgang fra nyt medlem til erfarent (ibid).

I forståelsen af deltagelsesidentiteten i fællesskabet fremhæves følgende citat fra en deltager på fredagsholdet:

"I think when we start we are one and one and one but, in the water pause or after, we talk more together and maybe just laughing or maybe just...we are more together after the class than when we begin (vocal agreement and affirmation from the group)."

Hermed dannes en sammensmeltning af den kropslige interaktion, samt interrelationel forhandling af medlemmerne på "60+ hiphop". Citatet beskriver praksis som måden hvormed fællesskabet og medlemskab heri dannes. Dermed er medlemskab i praksis forbundet af kropslighed, aktivitet, sociale-, komplekse- og forhandlende deltagelsesprocesser (ibid, 63).

"I suggested that perhaps we were sitting and having a coffee once a month because as I said before we even don't know all the names even though we have seen one another for one year, two years. So, I would like a little more connected. We're not that connected although we are smiling and feeling good in one another's company. But it could be better, I think. I should like that."

Som det læses i ovenstående citat fra fredagsholdet, rækker betydningen af fællesskabet ud over undervisningen på "60+ hiphop". Deltagelse centrerer ikke kun om indgåelse i praksis, men i relationsdannelsen uden for praksis. Heri en intention om at forlænge medlemskab i fællesskabet

til et månedligt, socialt møde uden for undervisningens rammer. Dermed skabes relationelle bånd, som indikerer et engagement, udover deres deltagelsesidentitet i praksis.

Fredagsunderviseren udtaler:

“I think teaching in a circle is something I've considered. I can see all of them. I can look in their eyes. And the energy is surrounding us. So, it's a little bit different. Dancers sometimes look in the mirror or the class is in rows, but I don't think that's my goal with this class. So, I think moving together and you can see each other, and you can laugh. And one laugh and then another laugh and the energy. You take energy from one another as well.”

I citatet udtrykkes en bevidsthed omkring undervisningens formål. Der beskrives hvordan det relationelle fællesskab er medskabende for *'energi og stemning'* på holdet. Det som karakteriserer holdet defineres i kraft af fællesskabet og det gensidige engagement heri.

I forlængelse af dette beskriver fredagsunderviseren i det følgende hvordan det i enkelte tilfælde er op til deltagerne selv at skabe en bestemt stemning på holdet:

“But sometimes the class...for example today, [participants name], she's a very funny lady and she spreads a lot of positive energy and she was not here today so sometimes I can be like...oh she's very good to take my energy and give it to the others. So sometimes I feel like oh I have to do the work myself.”

I citatet fra underviseren beskrives oplevelsen af at skulle løfte *'energien'* selvstændigt. På denne måde distancerer dette forhold sig dermed fra fællesskabet som en helhed og hvilken betydning den samlede mængde af deltagere kan have på holdet. Med denne forståelse af enkeltpersoners evne til at bidrage til fællesskabet og den deraf skabte dynamik, står praksisfællesskabets definerede deltagelsesidentitet mindre tydeligt frem.

Delkonklusion på tema 3

Som det fremgår af tema 3, så er der forskellige forhold der har betydning for oplevelsen af fællesskabet og dennes dynamik. I behandlingen af de tre subtemaer omkring underviseren,

musikken og fællesskabet og dynamikkens betydning, gives der udtryk for et nuanceret indblik i de forskellige forhold der bidrager til forskellige opfattelser af deltagelse på "60+ hiphop".

Underviseren har, som det fremgår af den analytiske gennemgang, en mærkbar betydning for deltagerne. På begge hold beskrives 'energi' og 'stemninger', som betydningsfulde forhold. Derudover har musikken betydning for oplevelsen af deltagelsen. Denne kommer både til udtryk gennem positive og negative oplevelser, men ses generelt som medvirkende til en opløftet og opbyggende stemning på holdet. Fællesskabet medvirker til at skabe en helt bestemt 'stemning', som sker i kraft af deltagerne og deres indbyrdes relationelle forhold. Herunder dannes en deltagelsesidentitet, som forhandles af alle medlemmer af praksis (Wenger, 2004). Dette inkluderer underviserne og opbygges i kraft af deres strukturering af undervisningen, som påvirker deltagerne gennem social interaktion. Den relationelle interaktion i fællesskabet er hermed belyst, som et betydningsfuldt forhold for deltagerne på "60+ hiphop".

Opsamlende diskussion

Gennem de behandlede temaer er der anskueliggjort hvilke forhold, som har betydning for afvikling af praksis på "60+ hiphop". Følgende afsnit opsamler hermed den tematiske analyseproces og afdækker hvorvidt "60+ hiphop" kan anses som et praksisfællesskab, som det er defineret af Etienne Wenger (2004), samt placeringen af denne som en Community Dance praksis.

I tema 1 blev de ydre forhold omkring sted, lokalitet og placering analyseret og diskuteret. Heri opstår en diskussion af hvorvidt sted har relevans i forhold til forståelsen og definitionen af en praksis. Som det beskrives af Amans (2017) fremgår steder hvormed Community Dance praksisser afvikles, ikke som et afgørende forhold for udfoldelsen af praksis. Dansekapellet fremstår som sted, som et lokalt forankret og betydningsfuldt element for deltagerne og giver dermed de fysiske rammer en væsentlig indvirkning på både adgang samt indledende interesse. Dermed kan der argumenteres for "*Community place*", som et særligt betydningsfuldt element i den kontekstuelle opfattelse af en Community Dance praksis.

Tema 2 beskæftiger sig med den individuelle oplevelse af dansen, hvorunder opmærksomhed på forskellige aspekter af deltagelse, samt forventninger og fordomme til ældre, dansende diskuteres. Herunder ses et spændingsforhold mellem bevægelsesglæde og nødvendighed for bevægelse, som et særligt betydningsfuldt element. Den kropslige funktionalitet står i kontrast til at deltage i

forlængelse af oplevet glæde ved bevægelse. Forventningerne samt fordommene skaber indre konflikt hos deltagerne. Herunder ses deltagelse som et modsvar til disse fordomme og forventninger, samt en selvstændiggørelse og fraskrivelse af sådanne fordomme og forventninger. Underviseren er med til at bestemme udfaldet af denne opfattelse, men bidrager med egne formål og intentioner for undervisningen og dennes forløb. Samlet kan det diskuteres hvorvidt disse fordomme og forventninger bliver nedbrudt gennem deltagelse i praksis, men ikke udenfor praksis. Herunder er det udlagt hvorledes uvidenhed for målgruppens funktionsniveau er med til at bidrage til fastholdelsen af disse fordomme og forventninger.

Tema 3 forholder sig til betydningen af fællesskabet og dennes dynamiske relationsdannelse. Herunder diskuteres det hvorvidt "60+ hiphop" kan anses som et praksisfællesskab ud fra Wengers sociale læringsteori. På den ene side indeholder praksis forskellige elementer, som bidrager til forståelsen af praksis som et praksisfællesskab. Herunder forhandlet deltagelsesidentitet, musikken som fælles repertoire, gensidigt engagement og fælles virksomhed (Wenger, 2004). Heri opfattes praksis, som en form for praksisfællesskab der kan identificere flere af de gældende forhold. På den anden side adskiller "60+ hiphop" praksissen sig fra denne forståelse, ved at være defineret af sine kontekstuelle og specifikt gældende forhold. "60+ hiphop" kan dermed siges at forholde sig til sin egen identificering, som indeholder andre forhold der afspejler praksis udover de identificerede forhold som Wengers forståelse af praksisfællesskab indeholder. Identificeringen af praksis rækker dermed udover Wengers praksisfællesskabsforståelse.

Metodiske overvejelser og diskussion

I bearbejdningen af videnskabelig genereret empiri, er det nødvendigt at forholde sig kritisk og reflektivt i forhold til processens forløb og hvilken betydning denne har haft. I det følgende vil de anvendte metodologiske og metodiske valg reflekteres og diskuteres.

I den empiriske generering var det påtænkt at udføre yderligere opsamlende interviews, både i semistruktureret form af underviseren og af fokusgruppeinterviewet af "60+ hiphop" deltagerne. Dette var desværre ikke muligt på grund af Covid-19 virussen, som i kraft af deres målgruppes særlig risiko lukkede ned kort efter de første interview blev udført. Dette ville have bidraget med en større detaljegrad af de beskrivelser, som har dannet tematikker til analysering og diskussion gennem dette speciale. Ved gennemlæsning af de udførte interviews synliggøres emner som ikke er fuldt ud belyst, hvorved yderligere spørgsmål kan opstå hos interviewer (Hastrup et. al., 2014).

Under det semistrukturerede interview af mandagsunderviseren, anses det som en styrke at jeg selv har baggrund og viden inden for dans. Jeg er dermed bevidst omkring min egen forhåndsviden om feltet, på trods af at det kan diskuteres hvorvidt dette begrænser min objektivitet og neutralitet (Tanggaard & Brinkmann, 2015, s. 37). Der argumenteres for, at dette kan være med til at styrke mit grundlag hvormed jeg udfører interviews, idet at jeg kan stille de mest relevante og bedste spørgsmål i kraft af min viden (og interesse) om emnet (ibid, s. 38). Herunder indgår refleksion omkring informanterne i fokusgruppeinterviewet og adgangen til relevant og brugbar viden. De indbyrdes relationer mellem deltagerne, samt deres tillidsniveau til mig som interviewer, er i denne sammenhæng afgørende for at jeg kan generere så detaljeret og reflekteret viden, som muligt. Heri anerkendes at interviewinteraktionen er struktureret af konversationen som social praksis (ibid, s. 33). Hermed udgør konteksten et afgørende forhold for det der siges. Selvom jeg ikke har foretaget opfølgende interviews, har jeg haft oplevelse af, at den genererede empiri har været tilstrækkelig i forhold til at give indblik i deltagerne samt underviserne oplevelser af "60+ hiphop".

Samlet konklusion

Dette speciale har haft til formål at undersøge de betydningsfulde forhold for ældres deltagelse i casen "60+ hiphop" på Dansekapellet. Dette kommer til udtryk gennem følgende beskrivelser af forhold:

1. *Stedets betydning* fremgår som et væsentligt forhold, der bidrager med en unik forståelse af Dansekapellet som sted. Herunder placering, lokalområde og de fysiske rammer. Derudover optræder "*Community place*" som et særligt betydningsfuldt element.
2. *Den individuelle oplevelse af dansen* giver indblik i en praksis, hvor kropslige forståelser for bevægelsespotentialet hos ældre dansende er særligt tilstede. Hertil anses fordomme og forventninger i forhold til ældre i bevægelse på forskellig vis, som et betydende aspekt i forhold til årsager for deltagelse.
3. *Fællesskabets dynamiske betydning* fremgår som en vigtig årsag til deltagelse på tværs af holdene. Herunder har underviserne betydning for deltagerne samlede oplevelse, samt brugen af musik.

Som der er argumenteret for i tidligere afsnit, beskrives praksis som et detaljeret og komplekst fænomen på mange måder. Gennem undersøgelse af disse afdækkes den specifikke praksis "60+ hiphop" på Dansekapellet.

Som det fremgår i delkonklusionen på tema 1 og i den opsamlende diskussion om emnet, omhandlende de ydre forhold og stedets betydning, har Dansekapellet, som sted en unik og særegen betydning for deltagerne på "60+ hiphop". Her bliver der tale om en udlægning af begrebet "*Community place*", som et forhold af betydning inden for Community Dance praksisser. Med dette betydes hvormed stedet, det fysiske rum, og de ydre, øvrige forhold har indvirkning på hvordan det opleves at deltage på "60+ hiphop". Ikke kun Dansekapellets fysiske bygninger og lokaler har indvirkning på dette. Placeringen i lokalområdet, Dansekapellets personale, samt ledelsen af stedet, værdier og udvalget af hold giver en samlet forståelse stedet. Denne form for tydeliggørelse af stedets betydning og den lokale forankring, har stor betydning i forhold til at forstå på hvilken måde, at Dansekapellet indskrives sig som danseinstitution. Dansekapellet udgør dermed et sted, som ikke findes i lignende grad i Danmark.

I tema 2 analyseres og diskuteres den individuelle oplevelse af dansen. Herigennem konkluderes, at mange forskellige delelementer er medvirkende i hvordan det opleves at deltage, som ældre, på "60+ hiphop". Herunder findes der mange forskellige synspunkter, som har indflydelse på denne oplevelse. Blandt andet fremgår det som et tydeligt forhold af betydning, på hvilken måde at bevægelsesglæden fremgår. Fordomme og forventninger er desuden med til at udgøre refleksion og diskussion for deltagerne. Deltagelse på holdet fremstår som en særskilt og selvstændig beslutning, uden om et fællesskabsgivende slutprodukt. Hermed adskiller "60+ hiphop" sig fra Community Dance praksisser, der i mange tilfælde inkluderer og centrerer sig om et performanceprodukt. Dette kommer dog til udtryk gennem et afsluttende show sidst på sæsonen og konkluderes derfor at imødekomme mange af de diskuterede forhold for en Community Dance practice.

Tema 3 diskuterer fællesskabets betydning. Her konkluderes der at deltagelse i den sociale kontekst, som "60+ hiphop" udgør, skaber interrelationelle dynamikker, som opfattes som positive for deltagerne. Derudover er underviseren med til at skabe et positivt fysisk pres og skubber dermed deltagerens grænser i forhold til kropslig og mental forbedring. Den musikalske anvendelse bidrager

med en forbindelse til kroppens bevægelser, selvom denne påvirker i både negativ og positiv retning. Derudover diskuteres hvorvidt "60+ hiphop" som praksis, kan anses som et praksisfællesskab. I kraft af de diskuterede elementer, som indgår i beskrivelsen af sådan et praksisfællesskab, udgør "60+ hiphop" en form for praksisfællesskab, der dog på nogle måder rækker ud over dennes beskrivelse. Dermed konkluderes det at "60+ hiphop" kan siges at indeholde elementer af denne praksisforståelse, dog med undtagelser og afvigelser som gør den gældende for yderligere definition og udlægning.

Ved at kigge på de fremstående elementer, som er behandlet i dette speciale, bliver det tydeligt på hvilke måder, at der stadig er behov for en undersøgelse af praksisser, før at der kan tilnærmes en mere velbegrundet udtalelse omkring praksisser som "60+ hiphop".

For at forstå hvordan en Community Dance inspireret praksis fungerer og udfolder sig, vil det være nødvendigt med endnu flere dybdegående og deltaljerede beskrivelser og udtalelser fra deltagerne. I dette studie af en Community Dance practice, er det blevet tydeligt at der er mange forhold, som hver især er medvirkende til at gøre "60+ hiphop" til en meningsgivende praksis for deltagerne.

Derfor vil der rimelighed kunne siges, at Dansekapellet er medvirkende til at støtte op omkring udviklingen af sådanne hold for aldersgruppen 60+. Derudover støttes de relationelle forhold mellem deltagerne, samt oplevelsen af kropslig og mental succes hos den individuelle deltager.

For at kunne komme med flere udtalelser i en samfundsmæssig relevans, er det nødvendigt med mere forskning inden for området, samt yderligere afdækning af i hvilken grad at de fysiske rammer har en direkte påvirkning på, hvordan udfaldet af en dansepraksis opleves. Det ville i denne sammenhæng være spændende at undersøge hvordan den samme dansepraksis ville udfolde sig, ved at skifte "rum" og placere disse forskellige steder, for på den måde at tydeliggøre stedet og det fysiske rums betydning. Det vurderes at der findes en mangel på denne form for forskning og undersøgelse, hvormed et videnshul er anskueliggjort. Der har i dette speciale ikke været muligt at undersøge hvorvidt et bestemt sted kan være et afgørende forhold af betydning for deltagelse i dansepraksisser. I den videre forskning og undersøgelse af dette, vil en større opmærksomhed mod dette være gavnligt.

Herunder er der flere forhold, som fortsat er interessante at undersøge, som dette speciale, i kraft af ressourcer og tidsbegrænsning, ikke har kunne inddrage. Disse kunne inkludere det forhold, at

der kun er kvinder repræsenteret på holdet, på trods af at begge hold, mandag og fredag, er for alle køn, så længe deltagerne er i målgruppen 60+. Det ville være interessant at undersøge hvad der afholder mænd fra at deltage, eller hvad der er medvirkende til denne skævvridning mellem kønnenes repræsentation. Til dette ses at der findes en lige så stor andel af mænd, som ønsker at være fysisk aktive, som kvinder⁹. Herudover er det også interessant at undersøge ældres, herunder pensionisters, bevægegrunde for at vælge fysisk aktivitet i deres alderdom og hvad der afholder dem fra deltagelse.

⁹ <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2019/Ældres-sundhed-og-trivsel.ashx?la=da&hash=3835E7DDE20760469754D66649C3CACC0F47125B>

Litteraturliste

- Andersen, I., (2013), *Den Skinbarlige Virkelighed - Vidensproduktion i samfundsvidenskaberne*, Samfundslitteratur, Frederiksberg C, 5. Udgave
- Amit, V.: *Introduction: Constructing the field*. I: Amit, V. (ed.): *Ethnographic Fieldwork in the Contemporary World*. (2000). London, Routledge.
- Atkinson, P. og Hammersley M. (2007) *Ethnography – Principles in practice (third edition)*. 5. *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise*. Oxford and New York: Routledge.
- Barr, S., (2013), *Learning to learn – a Hidden Dimension within Community Dance Practice*, *Journal of Dance Education*, 13: 115-121.
- Bicknell, J., (2014), *Body of Knowledge: a practice as research case study on the capacity for dance-theatre to promote wellbeing*, *WORKING WITH OLDER PEOPLE*, pp. 18-23, Emerald Group Publishing Limited
- Bond, K., (2019), *Kap. 30: The dancing elderly i Dance and the Quality of Life*. Springer International Publishing AG.
- Braun, V., Clarke, V., Wate, P. (2016), 15. *Using thematic analysis in sport and exercise research*, 191-205. *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise*, Cornwall Great Britain, Routledge International Handbooks, New York.
- Brinkmann, S., Tanggaard, L. (2010), *Kvalitativ metoder. En grundbog*, Hans Reitzels Forlag, København K.
- Butterworth, J. 2004. Teaching choreography in higher education: A process continuum model. *Research in Dance Education* 5(1):45–67. I Barr, S., (2013), *Learning to learn – a Hidden Dimension within Community Dance Practice*, *Journal of Dance Education*, 13: 115-121.
- Bupa rapport, (2011), *Keep dancing – the health and well-being benefits of dance for older people*. Bupa by the centre for policy on ageing. www.bupa.com
- Cooper, L. & Thomas, H., (2002), *Growing old gracefully: social dance in the third age*. Cambridge University Press.
- Halkier, B. (2015): *Kvalitative metoder* (kap. 6), Dansk, Hans Reitzels Forlag.

- Hastrup, K.: *Feltarbejde*. I: Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (red.): *Kvalitative Metoder – En Grundbog*. (2010). København K., Hans Reitzels Forlag.
- Hodge, Ken og Sharp, Lee-Ann (2016), 6. *Case studies*, s. 62-74. *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise*, Cornwall Great Britain, Routledge International Handbooks, New York.
- Johnsen, C.B., Ravn, S., (2017), *Ta' fat om dansen. Rapport 1. Evaluering af Dans med din nabo og Unge på vej som social og æstetisk aktivitet*, Forsknings- og Innovationscenter for Idræt, Bevægelse og Læring, Syddansk Universitet & University College Lillebælt
- Keogh, J., Kilding, A., Pidgeon, P. Ashley, L. & Gillis, D., (2009), *Physical Benefits of Dancing for Healthy Older Adults: A Review*, Journal of Aging and Physical Activity.
- Kvale, S. & Brinkmann, S., (2009). *InterView – Introduktion til et håndværk*. 2. Udgave. København K., Hans Reitzels Forlag.
- Launsø, L. & Olsen, L. & Rieper, O., (2011). *Forskning om og med mennesker – Forskningstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning*. 6. Udgave. København K., Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck.
- Launsø, L., Rieper, O. & Olsen, L. (2017): *Forskning om og med mennesker: forskningstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning*, Forfatterne og Munksgaard, København, 7. udgave, 1. oplag.
- Ramian, K.: *Casestudiet i praksis*. (2007). Århus, Academica.
- Smith, B. & Sparks, A. (2016a): *Interviews: Qualitative interviewing in the sport and exercise sciences* (kap. 9). In Smith, B. & Sparkes, A. C.: *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise*, Cornwall Great Britain, Routledge International Handbooks, New York.
- Stake, R. E. (1995): *The art of case study research*, Thousand Oaks, CA: Sage.
- Strauss, Anselm & Corbin, Juliet (1998): *Basics of Qualitative Research*, Sage Publications, Californien.
- Tjørnhøj-Thomsen, Tine (2003): *Samværret – tilblivelser i tid og rum*, i Kirsten Hastrup (red.) *Ind i verden*, Hans Reitzels Forlag, København.
- Tulle, E. & Phoenix, C. (2015): *Physical activity and sport in later life: critical perspectives*, Palgrave Macmillan.

- Petersen, E.N. & Muckadell, C.S.D, (2014), *Videnskabsteori – Lærebog for sundhedsprofessionelle*, København K., Gads Forlag.

- Besøgte hjemmesider:
 - www.dansekapellet.dk (sidst besøgt: d. 22/06-2020)
 - www.tafatomdansen.dk (sidst besøgt: d. 30/06-2020)
 - <https://www.sst.dk/da/viden/aeldre> (sidst besøgt: d. 30/06-2020)

Appendix

Bilag 1: Samtykkeerklæring

Samtykkeerklæring vedr. specialeafhandling af Karen Marie Keller Andersen

"60+ hiphop" – en kvalitativ undersøgelse om forhold af betydning for ældre dansere.

Formål:

Tak fordi du vil bidrage til mit speciale. Jeg undersøger hvilke forhold der blandt andet er på spil i undervisningen af 60+ hiphop på Dansekapellet.

Hvad betyder deltagelsen for dig:

- Som dataansvarlige er jeg forpligtet til at beskytte dine udtalelser og oplysninger i overensstemmelse med reglerne i EU's Persondataforordning.
- Når du deltager i specialeprojektet, passer jeg på dine persondata efter bedste evne. Dvs. at dit navn ikke vil fremgå i noget offentliggjort materiale. Yderligere vil der ikke blive nævnt nogen detaljer, der kan identificere dig.
- Det du fortæller, vil ikke blive videregivet til tredjepart (fx pressen).
- De data der indsamles i projektet, kan blive brugt i den afsluttende opgave, men i denne situation vil din identitet ikke kunne genkendes. Hvis der bruges citater, vil du blive tilbudt at gennemlæse dette og komme med kommentarer hertil samt uddybe eller rette dine fortællinger.
- Deltagelse er frivillig, og du vil til enhver tid kunne trække dig ud af projektet
- Alle data vil blive slettet, når behandlingen af dette er afsluttet.
- Du kan til enhver tid anmode om indsigt i de oplysninger, jeg har om dig. Endvidere kan du anmode om at få rettet eller slettet forkerte oplysninger, få begrænset behandlingen af oplysninger samt gøre indsigelse mod behandling af dem eller indgive en klage til Datatilsynet over databehandlingen.
- Endelig har du ret til at få dine egne data udleveret i et struktureret og maskinlæsbart format.
- Hvis der er aktiviteter du ikke vil deltage i eller spørgsmål, du ikke ønsker at svare på mv., vil dette naturligvis blive accepteret.

Du har til enhver tid mulighed for at stille yderligere spørgsmål til projektet og dets formål og hensigt samt at stille spørgsmål til, hvordan tingene skal foregå.

Bilag 2: Interviewguide – semistruktureret interview

Interview guide til underviser "60+ hiphop" om mandagen

Dansekapellet d. 17/02-2020, kl 09-10

Interviewer: Karen Marie Keller Andersen

Spørgsmål:

Introduktion:

- Introduktion til interview, velkommen og overblik over interview og de forskellige emner vi skal snakke om, tak for at ville deltage, anonymisering.
- Start med at fortæl lidt om din selv;
 - o Hvor kommer du fra?
 - o Hvad laver du til daglig?
 - o Hvor gammel er du?
 - o Hvor bor du?
 - o Hvad er din uddannelsesmæssige baggrund?
 - o Andet der er vigtigt for dig at nævne i øvrigt?

Som danser selv:

- Hvad er din baggrund med/for at danse?
 - o Hvor længe har du danset?
 - o Hvor har du danset henne?
 - o Hvorfor startede du med at danse?
- Hvad er din egen motivation for at danse?
 - o Kropsligt, mentalt, personligt, professionelt/karrierer, kognitivt, lærerigt, erfaringsmæssigt, udviklingsmæssigt.
- Hvad betyder dans for dig?
- Hvad er dine ambitioner med at danse?

Som underviser i dans:

- Hvornår begyndte du at undervise? Generelt set, al dans.
- Hvem/hvilke hold har du ellers undervist?
 - o På Dansekapellet og andre steder
- Hvad er din motivation for at undervise?
- Er der noget der er vigtigt for dig, at andre får ud af at danse?
- Hvilken slags underviser vil du gerne være/fremstå som?
 - o Hvor vigtigt er det for dig at fremstå på en bestemt måde?
 - o Hvor vigtigt er det for dig, at man bliver glad/får det godt/får det bedre mig sig selv, ved at danse?
- Hvad er dit overordnede formål med at undervise? Både personligt og i forhold til andre.

Som underviser af 60+ hip hop:

- Beskriv din motivation for at undervise og være en aktiv del af 60+ hiphoprojektet.
 - o Hvad får du ud af at undervise 60+ hip hop?
- Hvor længe har du undervist 60+ hip hop?

- Hvorfor vil du gerne undervise 60+ hip hop?
- Hvorfor startede du med at undervise 60+ hip hop?
- Har du nogle langsigtede mål med at undervise 60+ hip hop?
- Hvad er det meningen at deltagerne til 60+ hip hop skal have ud af at deltage?
 - o Hvis det er meningen at de skal have noget ud af det.
- Hvilke humør er du i i undervisningen af 60+ hip hop?
 - o Før
 - o Under
 - o Efter
- På hvilken måde spiller stemningen til 60+ hip hop en betydning for dig, i din undervisning?
 - o Hvad betyder det for dig, at skabe en bestemt form for stemning til undervisningen i 60+ hip hop?
- På hvilken måde påvirker deltageres humør dig i undervisningen af 60+ hip hop?
- Hvilken påvirkning har din deltagelse i 60+ hip hop på dig?
 - o På sigt?
 - o Nu og her?
- På hvilken måde er det betydningsfuldt for dig at være en del af dette projekt med 60+ hip hop?
- Har du planer om at stoppe med at undervise 60+ hip hop på et tidspunkt?

Dans på Dansekapellet:

- Hvad er dit forhold til Dansekapellet?
 - o Har det en speciel relation til dig?
 - o Baggrund, motivation, tilknytning
- Hvorfor underviser du her?
- Hvor længe har du undervist her?
- Har du nogen tilknytning til lederen af Dansekapellet/Cher?
 - o Andre tilknyttede til Dansekapellet
- Har du nogen relation til den anden undervisning i 60+ hip hop?
 - o Til underviseren om fredagen 60+ hip hop
- Hvor vigtigt er det for dig, at det er her undervisningen foregår?
- Hvad betyder lokationen for dig?
 - o Indvendigt; hvor undervisningen foregår, lokalernes str, omgivelserne, lys, lyd ect.
 - o Udvendigt; inde i Dansekapellet i øvrigt og uden for
 - o Placeringen af Dansekapellet (Kbh NV)
- Hvilken stemning synes du der er i Dansekapellet?
 - o Hvilken betydning har det for dig?

Afrunding:

- Er der andet du kunne tænke dig at tilføje?
- Tak for hjælpen

Bilag 3: Interviewguide – fokusgruppeinterview

Gruppeinterview med 60+ hiphop:

Interviewer: Karen Marie Keller Andersen

Dato: den 9. marts 2020 kl 11-12

Sted: Dansekapellets foyer

Formål: jeg er særligt interesseret i at undersøge og kigge nærmere på hvilken forhold af betydning der er på spil til undervisningen 60+ hiphop

INTRODUKTION:

- Først må I gerne fortælle om jer selv, og hvorfor I begyndte at danse og hvorfor I begyndte at danse på 60+ hip hop holdet på Dansekapellet? Hvor lang tid har I gået på holdet hver især?
- Hvad er det ved dans, som tiltrækker jer specielt og hvordan og hvorfor er dans en anderledes måde at bevæge sig på i forhold til andre idræts- og sportsgrene?
- Hvad gør denne undervisningsklasse speciel i forhold til andet I har prøvet? Dans eller andre former for bevægelsesaktivitet?

GRUPPEN:

- Hvordan oplever I at bruge jeres krop alene, modsat det at danse i en gruppe og hvordan påvirker det jer, at danse med hinanden?

KROPPEN:

- Er du opmærksom på de andre kroppe mens du danser? (oplevelse af at lave fejl, se sig selv i spejlet, være kropsbevidst/bevidst om sin krop, heppe på hinanden, lykkedes selv med nogle bevægelser/koreografi, hvis I skal samarbejde til en øvelse)
- På hvilken måde oplever I jeres krop i forhold til at danse hip hop, og hvordan er det anderledes end at lave andre fysiske aktiviteter med den?
- Hvilken betydning har musikken for dig og hvilken betydning har det på din krop?
- I forlængelse af det; hvordan opleves det, at danse på en bestemt måde, med hip hop, især hvis man ikke er vant til det/kulturen/musikken/ect.?
- Når I danser, ser det ud for mig, som om I kan gøre alt det [underviseren] beder om uden problemer – nogle har snakket om, at I godt kan blive presset mere end nogen tror I kan med jeres kroppe (i sammenhæng med forventningen til jeres alder måske). Men hvordan opleves/føles det i kroppen når I danser?

- Noget af det jeg har lagt mærke til når jeg har kigget på jeres time, er at det ligner I spænder meget i alder på tværs af holdet. Hvilken påvirkning har det på jeres krop at I har en bestemt alder og at I danser hip hop?
- Specifikt i forhold til at danse hip hop, hvordan føles det så at bevæge sig på den måde som I gør? Det er nogen gange nogle store bevægelser, eller hvor man skal fylde meget og tage meget plads, og jeg er nysgerrig på hvordan det føles?
- Hvordan er det at bruge sin krop, på den måde som I gør, med til at påvirke det?

MUSIK:

- I forhold til musikken der bliver spillet til timerne, hvad synes I så om den og hvad er det vigtigste i forhold til den? Hvad er rytmens rolle i det og hvilken rolle spiller musikken til hip hop timen?
- Hvilken fornemmelse eller følelse opstår der på grund af den musik der spiller?

ENERGI:

- Kan I beskrive den sammenhæng der er mellem jeres krop og de bevægelser I laver til hip hop, og den stemning som I oplever at I får af det? Hvilken betydning har det med den struktur og undervisningsform, som der er på holdet?
- Hvilken form for påvirkning har det på jer, hvem og hvordan der undervises? Hvilken slags energi eller stemning tilføjer dette?
- I forlængelse af dette, så har jeg lagt mærke til, til undervisningen, at der er en speciel form for energi i rummet når I danser. Kan I beskrive hvilken form for energi der er og hvordan det påvirker jeres humør eller stemning?
- Hvilken sammenhæng har de bestemte specifikke bevægelser til den energi og stemning der er i klassen?
- Er der et skift i energien fra når I starter til I slutter, og hvordan er energien anderledes i mellem jer når I danser?
- Hvordan er energien anderledes i forhold til de forskellige måder at blive undervist i hip hop på? (med forskellige afløsere som I har haft osv). Når I står i cirklen, måske modsat når I vender mod spejlet?
- Hvordan føles det at gøre de forskellige bevægelser og hvilken form for energi er der i de forskellige ting?

- [underviseren] har fortalt hvordan hun går op i at fortælle jer om kulturen bag hip hop, som en del af det at gå på holdet – hvordan synes du at det er og er det en del af den energi du tager med når du går på holdet?
- Beskriv sammenhængen mellem den energi der er og den glæde eller stemning, som du oplever at få (god og ”dårlig”) når du danser 60+ hip hop holdet?
- Er der nogle bestemte følelser du får af at danse hip hop?
- Bruger du hip hop dansen til at føle bestemte ting/følelser/energier?

Tusind tak for jeres hjælp i forhold til mit speciale.

Bilag 4: Eksempel på observation af mandagshold

Observation: Dansekapellet 60+ hiphop mandag d. 10. februar 2020

Rum: et andet rum end normalt, pga. vandskade. Stort, men passer fint til 20-25 mennesker. Aflangt, med spejl i den ene ende, dør i den anden/indgang. Indfaldsvindue med lys, skaber højt til loftet fra indgangssiden, der hænger billeder på begge side vægge i afdæmpede toner/farver af dansende kroppe. Små vinduer på den ene side væg lukker mere lys ind. Overlys fra elektrisk lys, og andre små elektriske lys i den ene side, som der kan slukkes uafhængigt.

Antal: 13

Køn: kvinder

Undervisning:

Opvarmning: starter med at præsentere mig selv og hvad jeg skal og hvem jeg er. Introducere at jeg bare skal observere i dag, men at jeg senere hen måske gerne vil interviewe nogle, til både gruppeinterview og enkelt interview. Underviseren præsenterer hvad de skal lave igennem undervisningen, og fortæller at de skal bruge lidt mere tid på udstrækning og afspænding til sidst. Det kommer udsagn om at det lyder godt. De starter i en cirkel hvor underviseren er med og viser hvad de skal. Der er høj musik som spiller og hun kan lige præcis overdøve den, men den overdøver næsten det hele. I opvarmningen bevæger de først enkelte led, nakke fra side til side, med forskellig tempi som går i dobbelt tempo til sidst. Der er højt tempo og det musik der spiller har et hurtigt beat, som gør at de skal bevæge sig hurtigt for at følge med. Alle er med, og forsøger at gøre det som underviseren fortæller at de skal. Nogle har udfordringer ved det, men der er fuld koncentration hos alle, og flere smiler især hvis de har lidt svært ved nogle af øvelserne eller kommer ud af takt med de andre. Selvom nogle går i den forkerte/anden retning, så bliver de ved og lader sig ikke slå ud af det. Solen kommer ind på et tidspunkt og giver et fint lys. Underviseren roser alle kvinderne ofte, og giver opmuntrende tilråd. De danser tit til en hel sang af gangen og imellem en sang vil de gerne have vand og lige puste ud. Flere får farve i kinderne og ser ud som om de begynder at svede. Underviseren spørger om de er ok, flere siger ja det er de, og de tager noget vand. Herimellem er musikken slukket og der bliver en rolig ro, hvor der ikke er nogen der siger

noget. Underviseren forklarer herefter at de skal tage et stykke musik mere og så lave en øvelse mere vendt mod spejlet, som hun vil forklare senere. De står stadig i cirklen og underviseren står tæt på musikken, hun laver hurtige øvelser og sætter tempoet op så det passer til musikken, som er et hurtigt, up beat hiphop musiknummer. De laver øvelser først til den ene side, og bagefter til den anden. De sætter nogle øvelser sammen, men ofte laver og viser underviseren en ny øvelse efter nogle gentagelser. * underviseren viser til sidst hvad de skal lave i øvelsen. De står i den ene ende, i tre rækker, og viser en inddeling af tre zoner, med inddeling af sko. Hun fortæller hvad første zone er, som er box-steps, små og store som man selv må skifte imellem. Den næste er funky chicken, med levels hvor man skal den sidste er bounce, hvor der er en inddeling af tre tempoer, med halv. De får at vide at de gerne må bestemme selv hvornår de vil og der er lagt op til en vis grad af selvbestemmelse, hvor de kan få lov til at eksperimentere lidt med hver øvelse, og hvordan de selv synes de har lyst til at lave den. De vender op mod spejlet og kan kigge på dem selv, idet at de laver øvelserne. De er afskåret fra hinanden, både pga. musikken men også på grund af øvelserne, hvor det mere handler om at være vendt ind ad og fokusere på sig selv frem for gruppen. Underviseren går helt ud af øvelserne og står bare og kigger på dem og hepper. Alle kvinderne går igennem de forskellige zoner og bestemmer selv hvor længde de vil være i de forskellige øvelser. Til sidst er det de 4 sidste kvinder i rækken, som står tilbage vendt mod spejlet og danser selv, hvor alle de andre er gået tilbage til starten af rækken. Underviseren siger at hun elsker når de får fri leg, så de kan vise hvad de kan og hun siger at de giver den gas når de får lov til det. Det er der flere til der griner og nikker til. Der er flere der bouncer når de går tilbage til rækkerne og smiler. Musikken bliver stoppet og underviseren forklarer den næste øvelse. Her er der kun to zoner, hvor det skal være konstant bounce og man rykker rundt som man vil. Hun kommer med kommentarer og forklarer hvordan nogle af øvelserne, kan blive endnu bedre hvis man husker på forskellige ting, og der er flere der nikker. I den anden zone er der fokus på skuldrene hvor de skal bruge dem til at rykke fremad i en øvelse de kender. *underviseren forklarer at de har prøvet det før, men der er nogle som er her i dag som ikke har været med før, og derfor forklarer hun hele øvelsen.

Efter alle har været igennem de to zoner, på skift og gået tilbage så forklarer underviseren hvordan man kan ændre på bouncet og lave dem anderledes.

Der er en af kvinderne med kort rødt hår, som gik ud på et tidspunkt og imellem tiden forklarer underviseren at de skal gå ind i en cirkel igen og så have fokus på bounce igen og følge efter hende,

både i cirklen men også som efter-aber hvis det er hun bryder ud cirklen, som kongens efterfølger. Her kommer kvinden tilbage med det korte, røde hår og en af de andre siger for sjov, at nu skal hun gå ind i midten af cirklen og lave en øvelse som de andre skal kigge på. Det er ment som en joke, og flere griner og smiler da hun siger det, men hun går med på joken og stiller sig ind i midten og underviseren starter musikken, og hun bliver stående og laver nogle hoftebevægelser og smiler, og flere griner højt og hun smiler selv og bliver stående. Underviseren går ind i cirklen og begynder at lave bounce som de andre skal følge, og hun bliver fortsat stående og der er stadig nogle der griner og er med på joken. Til sidst går hun ind i cirklen igen og underviseren begynder at gå rundt og lave forskellige slags bounce, som de andre følger med rundt i. Det er bounce forlæns, baglæns, til siden og helt nede ved gulvet. Flere har sved på kroppen og i ansigtet og er meget aktive.

Underviseren spørger om de har noget imod at de kommer på Dansekapellets instagram, for reklame og markedsføring. Det er der ikke nogen der har noget imod.

De slutter af med udstrækning og henter måtter hvor de alle kan være og ligge/være på. De tager skoene af, og underviseren forklarer at det egentlig er atypisk for hip hop, men da de stikker uden for normen alligevel så gør det ikke noget. Alle dansere skal strække ud, så det er fint fortæller hun. Underviseren har en måtte og står i midten på en måtte, og viser hvad de skal hvor alle bare følger hende. De laver forskellige udstrækninger, som minder meget om yoga og de laver både afspænding men også øvelser som kræver meget aktivering af musklerne, og de bruger tiden på både yogaøvelser og afspænding. De fleste øvelser foregår siddende, hvor de sidder og skal bøje i nakken, nå tæerne, skiftevis slappe af og spænde op. De sidder i skrædderstilling og laver strækøvelser, og flere får udfordret deres smidighed, men alle er med og alle kan lave øvelserne. Musikken er noget mere roligt og melodisk, og har ikke på samme måde et up beat tempo. Til slut laver de liggende øvelser, hvor de skal have benene oppe og ryste dem, og kramme rundt om deres ben. Alle kan være med og ingen må udgå på grund af deres krop. Musikken stopper og underviseren lader dem langsomt vende tilbage og afslutter timen. De slutter af hvor underviseren siger at de skal takke deres krop for at have været med, og de vender tilbage og ruller måtterne sammen og pakker sammen.

De skal finde en afløser til mandag i uge 9, da underviseren ikke kan. Hun siger at underviseren har spurgt om fredagsholdets underviser kan, og ellers spørger en om en brasilianer kan for hende kunne de godt lide og har haft et par gange før. Jeg aftaler med underviseren at vi mødes kl 09 næste

mandag, til et indledende, opstartende interview med hende. Flere siger tak for i dag, og går til sidst og pakker sammen og går stille og roligt. Underviseren forklarer kort hvordan hendes undervisning er bygget op og at hun bruger forskelligt musik fra gang til gang, og aldrig den samme øvelse i en hel time.

Bilag 5: Eksempel på observation af fredagshold

Observationsnoter fra Dansekapellet 60+ d. 22. november 2019:

Antal deltagere: 14 kvinder

Kommer ind i rummet, som er aflangt med spejlvægge i den ene side, hvilket kendetegner mange rum, som der danses i. Der er noget velkendt ved et rum, som ligner mange jeg har set før i forbindelse med dans eller performance, også selvom jeg aldrig har været i rummet før. Der kan trækkes for, sådan så man ikke kan se sig selv i spejlene. Ud til den anden, aflange side er der glas i væggene, ud til den gang man kommer ned af fra hovedindgangen. Man vil derfor kunne se alt der foregår inde i salen, hvis man går forbi. I den anden, korte ende væk fra døren ind til, hvor vi er, er der bar væg. I vores korte ende, er der ved siden af døren, nogle skabe som gør rummet en smule kortere, måske bare i den optiske, visuelle fremstilling af rummet. På den anden side af døren ind, er lydpuhlen, hvorfra telefoner, bærbare computere eller andet, bliver sat til for at spille lyd. Der er mange knapper, og det er en decideret pult, som har mange funktioner og muligheder. Højtalerne sidder rundt i rummet, og giver god, høj lyd. I loftet sidder mange loftslamper, som lyser rummet op og giver et stærkt oplyst og ligeligt fordelt lys. Gulvet er af træ, og minder på samme måde om mange andre sale, hvor der foregår dans eller andre performance inspirerede aktiviteter.

Alle står i en cirkel da jeg og Robin kommer ind i rummet. Jeg kender danseunderviseren fra bacheloren af idræt og sundhed fra SDU, og får et kram af hende da vi ser hinanden. Der går nogle minutter med præsentationen og hvor alle lige falder på plads, men kort efter går selve timen i gang. Robin fortæller at vi har et interview kl 10:30, og må derfor gå efter en time. Efter den korte præsentation af mig selv med Robin og hvad jeg skal, sætter vi os ved indgangen, ved siden af døren og lydpuhlen, i hjørnet, for at forstyrre mindst muligt. Robin forklarer at det er her, hun har siddet de andre gange. Hun har snakket om at hun gerne vil prøve at sidde andre steder i rummet, for at se om det giver nogle andre former for indsigter eller perspektiver på de indsamlede feltnoter, men denne gang, måske fordi jeg er med for første gang, sidder vi i det samme hjørne. Herfra ser vi dem bagfra, hvis de vælger at bruge spejlene.

Selve undervisningen denne gang er halvanden time, hvilket er første gang indtil videre at de prøver dette.

Timen går i gang, og de står i en cirkel og kigger indad, med underviseren som en del af cirklen. Hun starter med at sige at cirklen skal komme tættere på. Der er høj musik, men som underviseren godt kan overdøve og siger hvad de skal, hvor hun også er med til at lave alle øvelser. Der er en koncentreret med løs stemning, hvor alle er med og har god energi i øvelserne. Da det andet nummer er slut, bliver der snakket lidt løst og grint. En siger at det snart må være tid til en vand pause. Det er ikke helt til at finde ud af, om det er noget hun siger for sjov (da hun også smiler og griner samtidig) eller om hun rent faktisk har behov for det. Underviseren siger at der gerne må være lyd på, når de laver nogle af øvelser. Det bliver der grint over fra nogle af kvindernes side. På et tidspunkt laver de en øvelse, hvor den sidste øvelse bliver sluttet af med et "what!", dette ender med, i tempo, at blive gentaget af alle og der er god, løssluppen stemning. Nogle kvinder gentager dette rimelig konsistent, men hvis underviseren ikke selv er med, falder de hurtigt fra. Det er primært noget der bliver gentaget, hvis der er stor opbakning fra alle. Der er dog nogle kvinder, som råber eller kommer med udbrud på trods af, at der ikke er særlig mange andre der siger det. Det lader ikke til, at disse kvinder lader sig påvirke af det eller de andre kvinders deltagelse i dette.

Der kommer en pause efter næste sang, hvor alle kan tage vand. Formationen forsvinder og jeg snakker kort med underviseren. Der kommer en kvinde hen som ikke var der i starten, og spørger lidt ind til os. Vi fortæller hvad vi laver og hun siger at det er fint. De starter igen, hvor underviseren står et nyt sted i cirklen. Hun står næsten direkte modsat i cirklen, modsat fra vores siddested. De laver nogle grundlæggende koordineringsøvelser, fra side til side og med overkrop og bounce i benene. De har forskellige tempi og koordinering af ben og arme til. Der bliver sat arme, håndtegn og håndkast på der passer til en mere hiphop inspireret look eller udtryk. Mange af bevægelserne minder uden håndtegn osv. om alm. øvelser, men pga. musikken kommer jeg hurtigt til at tænke på hip hop. Jeg tænker på hvordan jeg selv er opmærksom på min egen forforståelse, af hvad jeg ved i forvejen omkring hip hop, og hvordan det måske ikke er det samme for en som ikke ved ligeså meget om genren – både musisk og dansen. De står i cirklen hele tiden. Der er mange som har små udfordringer med koordineringen af nogle af øvelserne, men alle er fortsat med og prøver og griner hvis ikke de føler at de kan. Der er fortsat en løssluppen stemning hos alle, og der bliver grint mere end det virker til at påvirke kvinderne negativt, hvis de oplever at de ikke kan de pågældende øvelser. Underviseren laver skaleringer af alle øvelserne, sådan så de bliver lavet i opdelt i tempo.

Dette er med til at hjælpe nogle af de kvinder, som oplever at de har svært ved det. Selv hvis skaleringen er gået fra "nemt" til "mere avanceret", så kan underviseren godt finde på at gå tilbage og skalere ned, for at få de sidste kvinder med, som har svært ved det.

En af kvinderne driller ved at sige at underviseren ikke selv følger sin egen anvisning til kvinderne, ved at skulle have "flad fod" i en af øvelserne og de derved ikke kan forventes selv at kunne gøre det i det hurtige tempo. Det bliver der grinet af og underviseren griner også selv af det og driller lidt tilbage. Hertil virker det ikke til at underviseren gjorde noget forkert i den forbindelse, ud fra hvad jeg kunne se eller går så meget op i præcist hvordan foden bliver sat, men det der blev sagt, blev sagt for at rette fokus mod den kropsdel, og hvor og hvordan den blev placeret.

Der er en pause igen med lidt vand. Fordi underviseren står i cirklen blandt dem alle, kan hun ikke forlade cirklen fordi at de alle følger hendes bevægelser ind i cirklen også. Det er meningen at de skal kunne spejle sig i alle hendes øvelser, selvom det er spejlvendt fra den anden side af cirklen. Selvom mange af øvelserne ikke er mere hurtige eller store, end at alle kan lave dem relativt stationært stående, med op til hurtig vægtforskydning, så er der smil, sved på panden men i forskellig grad. I en af øvelserne skal de have albuerne op af, og underviseren skalere den helt ned og forklarer hvordan øvelsen skal laves for at den ikke kommer til at blive for hård. Her er forskellen at de ikke skal trække op i skulderen også. Hun spørger om det er noget de forstår, om det giver mening og er ok. Det er det og de går videre. Det lader til at kvinderne værdsætter at de får det forklaret, og at det er en del af timen at de får lidt mere forståelse for bevægelsen.

I en pause spørger underviseren om det stadig er ok (også eftersom at det er halvanden time frem for en time i dag). De hænger i, det er okay, det er stadig sjovt. Nogle få er nye, hvilket underviseren pointerer men det lader til at de stadig hænger i og er med på alle øvelserne. Hun pointerer at de nu skal lave noget de kender (også musikken).

Efter endnu en kort pause, går de hen til en anden form i struktureringen af klassen. De bruger spejlene, og bruger en mere traditionel form, hvor underviseren står foran og de andre står bagved og kigger i spejlene. Her laver de nogle øvelser/bevægelser, som nogle får lidt sværere ved. Efter at have været i gang i over en times tid, og efter at have skiftet til at bruge spejlene i omtrent 4-5 min, går en ud efter at have prøvet de øvelser de netop var gået i gang med, for at få en pause. Hun prøvede og havde svært ved at koordinere sine ben og krop i en øvelse, hvor tempoet gradvist blev sat mere og mere op. Da hun falder ud af rytmen og ikke kan følge trop, eller komme ind i rytmen

igen, griner hun og kigger sig omkring men ender til sidst med at sige, at hun gerne vil have en pause og sætter sig derfor til sidst ud. Det ligner lidt at det er som en form for nederlag, og hun sætter sig ved siden af Robin og jeg. Underviseren kommer hen ved start og slut af ny sang og spørger om hun er ok. Det er hun, og det er helt fint at hun sidder ude. Nogle bemærker det, men lader ikke til at synes at det er et problem. De lærer 3-4 bevægelser, som de sætter sammen til en sekvens til et stykke musik. Herefter er det i højt tempo og uden at skalere tempoet ned, at de går hele sangen igennem og gentager alle disse øvelser. Bevægelserne passer på den måde sammen med musikken, og de gentager øvelserne, hver gang de kommer i sangen. Der er højt tempo og høj gejst, stemning og attitude. Efter sangen slutter spørger underviseren om de skal fortsætte med at bruge spejlet eller om de skal vende ind i cirklen. Her siger en at de skal stå i cirklen fordi det er sjovest. Det er bemærkelsesværdigt at underviseren spørger dem om dette, da de på daværende tidspunkt, har prøvet de to forskellige opstillinger, hvoraf den ene ligner en mere klassisk opstilling og den anden har en mere utraditionel, inkluderende men også mere hip hop-følelse stemning over sig. Derefter begynder de på et nyt stykke musik, med nogle andre trin, som også har en høj grad af hip hop inspirerede bevægelser. Efter at have danset i denne opstilling, går de videre til et andet stykke musik, men bliver i den samme formation. Robin og jeg bliver nødt til, på nuværende tidspunkt, at gå, da vi skal foretage vores interview. Vi lister derfor diskret ud, mens kvinderne og underviseren danser videre.

Bilag 6: Fokusgruppeinterview mandagshold

Transskribering af gruppeinterview: mandagsholdet

Interviewer: Karen Marie Andersen

Sted: Dansekapellet

Dato: d. 9. marts 2020 kl 11-12

Antal informanter: 8 kvinder

Interviewer: KM

Herefter opdeles informanterne i IN (informant) 1, 2, 3 osv. ud fra den kronologiske rækkefølge, som de udtaler sig.

Fyldord (såsom 'hm', 'nå' og 'øh') og så videre er ikke medtaget i transskriberingen af interviewet.

Inddeling i tematiske analyseringsenheder: = individuel forhold = gruppemæssig sammenhæng = ydre forhold

KM: Og jeg begynder bare nu. Og jeg har lidt lavet nogle temaer, jeg godt kunne tænke mig at vi kommer igennem og jeg har skrevet dem ned på min computer, så det er den jeg lige kigger på en gang i mellem for lige at sikre at jeg får det hele med. Men egentlig kunne jeg godt tænke mig, helt til at starte med, kunne det være super fedt, hvis man bare lige ville fortælle sådan hele vejen rundt, sådan lidt om sig selv men også sådan hvorfor man begyndte at danse overhovedet, og om det er noget man har gjort før, og om hvorfor man så startede på det her hold. Ja, og så er det jo bare hvis der er en der har lyst til at starte.

IN1: Jamen jeg kan godt starte. Jeg har danset jazzballet i rigtig mange år. Og så var det at jeg kender en der hedder Gitte, der startede på hiphop lige da det var startet, da [underviseren] startede det op. Og hende ser jeg nogle gange lidt privat, og derfor fortalte hun om det, og så sendte hun mig en artikel fordi det havde været i en eller anden avis, og så tænkte jeg det ville jeg godt lige prøve og så var jeg til en prøvetime. Og det synes jeg var rigtig sjovt. Det var en anden måde at bevæge sig på, og det kunne jeg godt lide. Og derfor har jeg så gået her i nu, jeg tror det er 4. eller 5. sæson jeg går her.

IN2: Ja, og jeg hedder (...) og jeg har kørt forbi i mange, mange år fordi jeg var lærer på Frederiksberg. Og jeg tænkte ej, det kunne jeg altså godt tænke mig det der inde. Og så i starten har jeg været ude og se forestillinger også med mine børnebørn. Og så trængte jeg til at sparke mig selv i rumpetten og komme i gang med noget, fordi jeg er holdt op at arbejde. Så derfor begyndte jeg. Jeg startede først med noget Qi gong, men det var for kedeligt. Altså jeg, det her der er noget mere leg og der er noget mere kraft og sådan noget. Jeg kan godt lide at bevæge mig og jeg ved at jeg har kræfter, men så når man kommer op i min alder så kan man pludseligt mærke at man ikke har de samme kræfter mere. Og så tænkte jeg at det her det var fysisk dejligt provokerende, at man bliver, hvad hedder det, altså man har brug for, jeg har savnet at være i kontakt med mine egne kræfter. Og det kommer man, synes jeg, når man skal lave noget, det er sådan lige på grænsen til at være 'argh, kan jeg den her planke, kan jeg den der', det er et spark. Og læren, det man går til, og læren det har en utrolig stor betydning. Altså hun sparker, jeg tror hvis man skal være moderne, så hedder det sparker røv, er det ikke rigtigt? Altså her kommer man virkelig i gang på en time, så.

KM: Ja, præcis. Det er ret komprimeret, ikke? I har en time til lige at nå..

IN2: Ja. Og så synes jeg den anden dimension for mig, det er også og altså det er den kommunikative, altså at være aktiv med min egen krop for at være i så god kontakt med mine børnebørn. Fordi at det er sådan to sprælske drenge, der også står og rokker og ruller når der er noget. Så dem har jeg også taget med herud, når der er nogle ting.

KM: Ja, ej hvor sejt. Hvis ikke der er nogen der har noget imod det, så kunne jeg egentlig også godt tænke mig hvis man sagde sin alder, bare for at jeg har en idé om, for selvfølgelig ved jeg at den hedder 60+ men sådan. Det kan jo godt være..

IN2: Jeg er 69 og jeg fylder 70 lige om lidt snart. (der grines)

KM: Ja. Sejt.

IN2: Der er ikke noget at gøre ved det.

KM: Nej, men det er jo også det. Det er kun hvis man har lyst til at sige det. Så er det selvfølgelig helt i orden, hvis man ikke siger det. (der mumles og snakkes lidt i munden på hinanden).

IN1: Ja, jeg hedder (...) og jeg var den første der var med, og jeg bliver 66 lige om lidt.

IN3: Skal jeg sige noget? Undskyld.

IN4: Jeg hedder (...), jeg er 64. Jeg har danset zumba i mange år, og har egentlig været rigtig glad for det. Og gør det også stadigvæk. Men så hørte jeg fra tove omkring det her, og så tænkte jeg det kunne da være meget sjovt at prøve noget nyt. Og jeg tror også, at man i vores alder har godt af at prøve noget nyt end man ellers plejer at gøre. Så det er egentlig hvorfor jeg kom her.

KM: Og hvor længe havde du danset zumba sagde du?

IN4: 10 år.

KM: Ja, ej hvor godt. Hold da op.

IN5: Jeg hedder (...), jeg er 77, jeg har danset argentinsk tango i 19 år. Og så har jeg gået til yoga også i sådan noget tilsvarende. Så har jeg været med til sådan noget community dance her op for nogle år siden.

KM: Altså på dansekapellet?

IN5: Ja, på Dansekapellet. Og så startede jeg på et kor, og det var for meget, men der traf jeg en der var med i den der community dance og så anbefalede det her oppe. Og så tænkte jeg at det kunne være meget sjovt, fordi argentinsk tango det er jo virkelig sådan noget med at gøre noget på en ganske bestemt måde. Og træne det, og du er let, og du er både oppe og du er nede, du er grounded, så det var noget helt andet. Den der sådan meget stakato, og fysiske meget præcise måde man skulle bevæge sig på, den er vildt anderledes. Også end yoga. Så det synes jeg virkelig er en udfordring. Og så kan jeg godt lide den der, at man får noget styrketræning en gang i mellem, fordi det har man altid brug for. Til sin holdninger. Til at kunne holde ud til de ting. Så ja, jeg synes det er rart.

KM: Og danser du så stadig argentinsk tango og yoga?

IN5: Ja ja.

KM: Så det er oven i hatten af ting?

IN5: Ja.

KM: Sejt. (der grines og mumles)

IN3: Er det min tur? Jeg hedder (...) og jeg er 67 år gammel. Jeg har spillet badminton i mange år. Jeg har gået til svømning, til sådan noget aerobic. For ti år siden der stoppede jeg med at spille badminton. Jeg er kommet til skade med mine knæ, og så tager det nogle år før jeg begyndte igen at spille badminton. Og så kom jeg igen til [skade], fordi jeg er meget ivrig.

KM: Nå, okay ej for pokker.

IN3: Jeg skulle nå det hele, alle boldene. Ej. Og så stoppede jeg med det. Så cyklede jeg forbi her, dansekapellet. Nu skal jeg lige se hvad der sker her, det er 5-6 år siden. Og så tænkte jeg 'gud, der er noget til os gamle her, og så vil jeg prøve noget med de her mavedans, og det var ikke noget for mig (der grines). Og verdensdans. Verdensdans.

IN2: Verdensdans, ja.

IN3: Nå, ja men så prøvede jeg det. Og så prøvede jeg det der moderne dans, det var heller ikke noget for mig, men jeg synes jeg skulle bevæge mig lidt, ikke? Jeg kunne godt lide musik, jeg elsker musik. Jeg har danset meget som lille, det har jeg gjort. Og så kom det der med [underviseren], hvor hun dansede hiphop og så startede jeg på det, og så blev jeg der. I de sidste, hvor meget er det, det er nok 5..

IN2: Har det kørt så længe 60+ hiphop?

IN3: Det startede i 2017.

IN2: Det vidste jeg slet ikke.

IN3: Nu går jeg til hiphop mandagshold, og fredagshold.

IN4: Når du går begge steder?

IN3: Hvad siger du?

IN4: Du går begge gange?

IN3: Ja. Og så spiller jeg ikke badminton mere, jeg elsker at spille badminton, men det gør jeg ikke mere. Men i stedet går jeg meget, cykler meget, jeg elsker at bevæge mig. Det har jeg altid gjort. Og musik og hiphop, det er fantastisk (der grines). Nogle gange er det hårdt, men det, vi skal jo op, vores krop skal op, eller vores hjerter (siger lyd som hjertet siger: 'bumbum'). Det er det der er ved det, det er derfor jeg kommer i hvert fald (griner). For at bevæge mig, og lytte til musik, lære noget nyt og bruge min hjerne og har det godt med min danselærer. Jeg synes det er fantastisk. Det var det.

IN6: Jeg hedder (...) og jeg er 61 år. Jeg har altid godt kunne lide at bevæge mig, og danse. Da jeg var ung der gik jeg til jazzballet og diskodans. De sidste ti år, tror jeg, har jeg gået til zumba. Og de sidste 3-4 år har jeg gået til noget der hedder latindans mix, hvor vi dansede forskellige danse. Altså salsa, bactacta og chachacha og sådan noget (mumler). Og så sidder jeg nogen gange og surfer og kigger på forskellige dansevideoer på YouTube, og så lige pludseligt så dukkede der en video op med en canadisk dame på 60 år der dansede hiphop og det var virkelig på højt plan, og det synes jeg virkelig så så vildt ud, og så tænkte jeg, jeg vidste jo ikke at man kunne gå til det når man var over 60 og så var det at jeg slog op under hiphop og så fandt jeg det her. Så det var sådan et tilfælde, men det er så blevet sjovt. Så sejt, gud hun er blevet god, hun var så forhenværende danselærer, men hun har, har I også set den video der? Det var derfor jeg fandt frem.

KM: Ja, det er jo lige om man kan finde ud af hvor den video er henne.

IN6: Så blev jeg rigtig glad for hiphop, jeg kan godt lide musikken. Og så det der at [underviseren] er så engageret i det, (flere tilkendegiver enighed) og det er ligesom om at hun ikke rigtig tager, altså hun tænker ikke rigtig så meget over vores alder (der mumles oven i hinanden). Det synes jeg er så dejligt.

IN2: Og det betyder meget at hun er ung, fordi i vores aldersgruppe der bliver man tit placeret, man er tit meget sammen med sin egen aldersgruppe. Det er faktisk enormt vigtigt at blive udfordret på alle mulige måder af forskellige aldre.

IN3: Jeg synes hun giver os energi. Det gør [underviseren] også. Vi får energi af det (flere giver udtryk for enighed).

KM: Det er også noget af det jeg synes der er mega spændende, som vi også skal snakke noget mere om. Det er også svært at sætte ord på, men det kunne være fedt at komme lidt tættere på. Men, ja..

IN7: Ja. Jeg hedder (...) og jeg er 65. Og jeg har altid dyrket håndbold, og gået til gymnastik i mange år. Cykler og går også (mumler) ved dansk vandrelaug. Vi går meget derude (griner). Men det her så jeg, hvad hedder det, spring for livet. Det er noget Københavns kommune har startet. Det er ikke så længe siden jeg er gået på efterløn, så skulle man jo ligesom aktivere sig selv. Men så så jeg ved det arrangement, at man kunne prøve en halv time, og danse hiphop og det gjorde jeg så. Og så var jeg så med på boot camp i efterårsferien sidste år, og så stater jeg her 1. januar at være med. Så, ja.

KM: Så der har lidt været en pause her mellem boot campen og så nu?

IN7: Ja. Jaja, der var lige fra oktober til første januar.

KM: Ja, okay.

IN7: Så startede de ligesom nye hold op.

KM: Ja, en ny sæson.

IN7: Ja, ny sæson. Ja, og styrketræner også ind i mellem, så jeg vil gerne være aktiv og bruge min krop, ja. Ja, det kan jeg godt lide.

IN3: Det er sgu da fantastisk når man ser os gamle der, vi kan (laver nogle bevægelser med armene).

IN6: Men vi er jo de nye halvtredsere, husk det. (flere griner og der mumles og snakkes i munden på hinanden).

IN3: Når jeg går på trapperne. Jeg bor på tredje sal (laver lyde og siger 'bum' og griner). På min alder.

IN6: Jeg har boet på tolvte, der bor jeg så ikke mere, der gik jeg også op når elevatoren den aldrig virkede (flere kommer med overraskende udbryd).

KM: Ja, det er godt nok..

IN3: Øj, hvor er det højt oppe. Jeg synes det er dejligt når man skal bevæge sig.

IN8: Jeg hedder (...), og jeg er 72. Og jeg har været her, gået her på dansekapellet siden 14 tror jeg. 2014. Jeg var, jeg blev opmærksom på det fordi jeg var så i lokalavisen at der var den der danseforestilling, community forestilling, som var den første der. Så var jeg med til 3, der var 3. hvor jeg så lærte en masse mennesker at kende, og det var en fantastisk oplevelse. Og så har jeg så gået til moderne i mange år efter, og går også til yoga heroppe. Og så startede jeg først med hiphop her, i starten synes jeg at det var lidt mærkeligt, men nu er jeg rigtig glad for det og jeg synes [underviseren] er rigtig, rigtig god. Og hun er nemlig så engageret og jeg synes også at det er hyggeligt at vi har lidt sammenhold, så der er en rigtig god stemning på holdet. Jeg har gået meget hos Maja, men de er jo rejst til Afrika.

KM: og hvem var Maja?

IN8: Ja, det er en afrikaner som hun har boet i Danmark siden hun var 3 år. Men hende og hendes søster er en rigtig stor del af det her. De var også med i de forestillinger og hun havde også et hold som hun gav, 'giv slip og dans' hed det. Det var også enormt fint og skægt og sådan noget. De rejste tilbage til Afrika.

IN3: Det var moderne dans, som de underviste.

IN8: Nej, det hed 'giv slip og dans'.

KM: Men var det moderne? Eller var det hiphop?

IN8: Ja, det var det. Ja, ja. Det var alt muligt (der mumles).

IN2: Men altså hun brugte afrikansk musik. Meget karismatisk.

IN8: Ja, hun brugte noget fed musik.

IN2: Ja, man er faktisk utrolig afhængig af musikken, som i alle generationer. Uanset om man er barnlig eller voksen eller over 60.

KM: Ja. Har du mere du vil tilføje eller sige?

IN8: Nej, det tror jeg ikke.

KM: Det kan være vi kommer ind på noget af det. Så tænkte jeg lige også hurtigt, og nu kan man bare byde ind hvis man føler man ved eller har et eller andet man tænker man gerne vil sige til det her. Men jeg tænker også at der er noget, nu jeg kan høre der er nogle af der har prøvet, så har man danset tidligere og så måske prøvet noget andet, badminton eller et eller andet andet, men jeg tænker sådan lige kort også og høre, om der er et eller andet ved dans som også kan noget. Og hvorfor det er man så har valgt dans, altså hvorfor er det at man måske går forbi og så tænker, der skal jeg ind og lige se hvad er det der foregår derinde. Hvis der er nogle der tænker noget om det. Ja?

IN2: Jamen det, altså jeg er kørt forbi i rigtig, rigtig mange år. Og jeg har altid været meget fascineret af bygningen, af området og det er også noget synes, det er også det der gør at man er nysgerrig, eller jeg er nysgerrig på stedet, det er nogle meget smukke rammer, og fungere i som mennesker ikke? Og jeg tror mange af dem der er her, vi er jo musiske på en eller anden måde. Man synger i kor, man danser, man går meget, man altså, vi, jeg tror dem som melder sig til sådan noget her, det er meget sansende mennesker. Jeg har været interesseret i at se det, altså masser af forestillinger har jeg set moderne dans altså, og det gør jeg også stadigvæk. Og så jeg tænker, ej det ville da også være sjovt at prøve med sin egen krop, ikke?

IN4: Jeg vil godt sige, jeg vil godt sige at det er helt rigtig hvad du siger, fordi det der er godt ved det her, det er at man kan udtrykke sig. Hvor der er så mange ting man kan gå til, hvad enten skal kommanderes så skal du høre, det kan jeg ikke ret godt, men her der kan man se sig ud af mange ting og det er en stor fordel. Og så har man den der sammenliv med musikken og med hvad der nu bliver budt ind med, og det synes jeg virkelig er dejligt at det er ligesom ens eget når man udtrykker sig. Det kan godt være at du lærer en form at gøre det på, men du kan udtrykke dig selv i det.

KM: Og er det så i forhold til for eksempel yoga, som du siger du har gået til?

IN4: Ja, for eksempel yoga. Eller gymnastik eller sådan, jeg har også gået til sådan noget stillesiddende har nogle kommandoer eller se et eller andet, hvor man ligesom ikke rigtig får tid til at leve med i det, hvor det gør man mere her hvor man kan se sig ud af det og føler sig ud af det, med lyden og musikken.

IN6: Jeg tror musikken er en stor del af det, det er den hvert fald for mig. Og det er det også i gymnastik, for man bruger jo også musikken til at huske øvelserne og være med, altså sådan er det i hvert fald for mig, ikke? (flere siger mhm). Fordi der er meget i musikken også.

IN3: Også for mig hvert fald, musikken.

IN8: Altså sådan er det også for mig. Altså hvis du skal motionere, så skal [der] musik til.

IN3: Og selvfølgelig musik, og så lære du alle de forskellige trin og du bruger meget din hjerne til at, ja hvad skulle det egentlig til at være (griner).

KM: Nå, men jeg tror godt at jeg forstår hvad du mener.

IN7: Det er rigtigt.

IN3: Ikke? Du bruger meget din hjerne til for eksempel at lytte til musikken og man skal også huske at lære de der trin som for eksempel [underviseren] eller [underviseren], ikke? Der er mange ting i det spil.

KM: Ja, der er noget koordinering med at sætte de ting sammen.

IN7: Ja, det betyder meget.

IN3: Det betyder rigtig meget for mig i hvert fald.

IN4: Jeg synes også, at musikken giver meget energi når man er i gang. Fremfor man må motionere uden musik, jeg synes der er en jævnlig forskel.

IN3: Og så på samme tid, så får du også motion.

IN6: Altså jeg synes ikke at det er al hiphopmusikken, som jeg bryder mig om (nogle griner). Men det har noget at gøre med at når du så først, når de så finder ud af det, for de er jo også musiske de der lærer vi har, når de så finder ud af at lave nogle øvelser, så bliver det ikke så slemt hvis det er noget af det man ikke kan lide, fordi man finder rytmen i hvordan bevægelsen skal være. Så du følger på en eller anden måde musikken, men sådan er det jo med al musik. Der er noget du bedre kan lide end andet, og det gælder jo også inden for pop eller jazz eller hvad det er. Men jeg synes at de på en eller anden måde, at jeg er da begyndt at høre mere til sådan noget andet musik end jeg har gjort tidligere.

KM: Okay, ja?

IN6: Og jeg kan sagtens lide hård rock og alt mulig, men det kan jeg jo ikke bruge på samme måde som det her. Jeg synes man vrider sig mere som en ål, til hiphoppen (der grines) end man gør umiddelbart til noget andet. Og jeg går til loop to gange om ugen, og styrketræning ikke? Så det synes jeg er godt med noget musik.

KM: Og der er ligesom forskel i hvordan man bruger musikken, tænker jeg ikke? Fra fitness og så hiphop.

IN6: Jo jo, fuldstændig. Der kan du ikke, når du sidder der ved de der maskiner der ikke, vel. Så er det jo ikke til. Der har du 40 sekunder og så kan du flytte dig.

KM: Ja, det er jo det. Man følger jo ikke rytmen.

IN2: Men jeg synes også at der er noget sundhedspolitisk, der er sådan noget eksemplarisk der er sjovt. At vores alder, altså det man fortæller at man går til hiphop, de synes at det er lidt sjovt og lidt modigt. Og jeg synes at det er sjovt at blive ved med at gå til noget, lidt også for at provokere den indstilling der ligesom er til ældre mennesker. Og der synes jeg det er sjovt, for vi har haft vikar nogle gange. Og der er faktisk hos nogle der er lidt yngre end [underviseren], en ængstelse for at undervise os og det synes jeg er så mærkeligt fordi det vidner jo om et utroligt ukendskab til at vi repræsenterer jo, altså når vi tager en runde, vi har jo gået til et hav af ting ikke? For lang tid siden og for ikke så lang tid siden, og sådan noget. Og der synes jeg bare at det er utrolig vigtigt også at vise, at vi vil ikke gå i stå, vi vil benytte os af de ting vi kan benytte os af. Uden at der er nogen af os, der drømmer om at blive hiphoppere (der grines). Det er den første indskydelse og den første reaktion på folk, det er hiphop du? (der grines og mumles i munden på hinanden).

KM: Ja, men det er rigtigt.

IN2: Du kan da ikke blive en hiphopper. Men fordi at der også er nogle modige unge, der siger 'det er også interessant'. For [underviseren] er meget bevidst, altså hun tænker både i individuelt i forhold til den enkelte, men også i forhold til ja, selvfølgelig kan ældre kvinder også udfordre deres kroppe. Så det kan jo også være med til at danne skole, eller det kan lokke flere ind i danselejren.

Og det synes jeg da, det er da også en synsvinkel, som er vigtig.

KM: Ja, helt vildt. Meget enig.

IN2: (larm gør det utydeligt).. vi er i et kor, hvor det også hedder 60+, ikke? Ej, det hedder sgu vist 50+, ikke?

IN7: Jo, det gør det.

IN2: Men det er det der med at bliver ved med at synge, vi bliver ved med at gå, vi bliver ved med at cykle, vi bliver ved med at danse. Hvorfor ikke? Man skal have den vendt om, sådan så man siger 'hvordan kan du dog holde op med det?'. Hvor vi så, vi der er her, vi siger 'vi vil ikke holde op med det. I må holde op med at tro, at vi holder op', ikke? (der grines).

IN5: Jamen selvfølgelig gør vi det. Altså hvorfor, jeg ved ikke, jeg er også i nogle miljøer hvor der er unge mennesker og så mener de et eller andet med ældre mennesker. Vi danser lidt mere på kryds af alder, der hvor jeg kommer. Men det, jeg kender godt det der. Jeg ignorerer det altså. Og jeg tror slet ikke at man skal hæfte sig så meget om hvad nogen synes om det der. Tænk på, 'hvad vil jeg', og så gør jeg det der. Og det tror jeg egentlig er meget vigtigere, end hvad de andre synes. Det kan man altså ikke bruge til ret meget.

IN2: Jeg siger det heller ikke fordi jeg synes vi skal lade, vi der er her lad os ikke styre af det. Men alle dem der ikke kommer, de lader sig måske styre af det.

IN5: Det kan være at de kommer næste gang.

IN2: Ja, ja (der grines).

IN5: Jeg synes i øvrigt det der musik, det hjælper også til indlæringen. Altså du får det ind på flere måder i hjernen, også en måde du ikke kan styre fordi det kommer meget mere følelsesmæssigt. Derfor synes jeg musikken er så vigtig. Tror også det er derfor vi er så glad for den.

KM: Ja. Det synes jeg er en god pointe. Der ligger også noget i forhold til indlæring.

IN5: Ja, det er jeg helt sikker på at der gør. Fordi man glemmer sit forbehold, fordi man lytter og så har man sådan et filter der, som tager ens, hvad det nu kunne være, forbehold eller selvkritik eller sådan noget eller gør det nemmere i hvert fald. Jeg synes også, at [underviseren] er rigtig god til at finde musik til vores hold. Jeg tror hun tænker rigtig meget over hvad det er.

IN8: Hun skifter også. 'Nej, vi skal lige have noget andet'. Ja, men det gør hun.

IN5: Ja, nemlig. Med den undervisning her, ikke?

IN8: Jeg synes hun spiller rigtig meget god musik.

IN5: Ja.

IN2: Det der med hjernen, det synes jeg også er enormt interessant. Fordi man kan synge før man kan danse, man kan synge før man kan tale, man kan danse før man kan gå, alligevel lader man den musikalske udvikling gå i stå. Det har været sådan et ønske jeg har haft som musiklærer, ikke?

IN3: Nå, har du været musiklærer?

IN2: Ja. Altså der bliver bare, der er bare for lidt fokus på det. Og her der satser man. Det er jo et nv, altså det er jo et nordvest projekt det her. Det er jo støttet og det er rørende billigt også, ikke? Altså det synes jeg også betyder noget, at man går på to hold eller tre hold eller hvad man nu vil gøre, ikke? Det er så overkommeligt og rammeren er bare de bedste.

IN6: De er bare super.

IN2: Altså efter at have gået i gymnastiksalene i mange år, ikke? (der grines). Det gider man ikke efter 60+. Altså..[...]

IN8: [...] ja, så betyder det faktisk noget.

IN2: Rammerne betyder vildt meget.

KM: Ja. Hvis der er nogle der vil byde ind, så skal man bare lige afbryde mig. Fordi så vil jeg gå videre. Jeg tænkte egentlig også lidt på at spørge, fordi det er jo også det her med at i jo netop er en gruppe og det lyder også netop som om, at nogle af jer også går op i at man måske også har det

godt i gruppen også. Og så tænkte jeg på det her med at når man ligesom er inde til timen, som vi lige har været til. Nu er det godt nok, jeg vælger at være med lige den dag hvor der er styrketræning, det er jo, der var ikke så meget dans i dag, men i forhold til hvad i har prøvet. Når i så er derinde, hvor meget i så tænker på gruppen, mens i danser? Altså hvor meget er der bare fokus på sin egen krop, og hvor meget kigger man op og at det betyder noget at man er i en gruppe. Det synes jeg også er spændende at spørge om.

IN3: Jeg synes at det betyder rigtig meget. Jeg kigger faktisk meget rundt om (griner), det gør jeg faktisk. Og jeg tror nok også at vi hjælper hinanden lidt, eller ikke?

KM: hvordan det, siger du?

IN3: Jamen hvis jeg gør nogle forkerte trin, så hende der der er lige ved siden af mig, så siger hun 'hey, vi gør det lige sådan, sådan, sådan, sådan gør man det', ikke? Tror jeg, jeg prøver også at hjælpe nogle, det gør jeg. Hvis jeg ser at der er en der gør forkert, ikke? Gør I ikke det?

IN8: Jeg tror at jeg koncentrerer mig meget omkring mig selv [...] også fordi jeg er så ny, tror jeg. Mig og [underviseren] [...] Jeg kigger meget på hende.

KM: Jamen. Det er også, det kan jeg godt forstå (flere giver udtryk for enighed).

IN8: Jeg kigger ikke så meget på de andre, fordi det er helt, altså vi gør det forskelligt.

IN7: Jeg kigger på [underviseren] [...]

IN3: Du tænker kun på dig selv (griner og andre griner med).

IN7: [...] og så tænker på og gøre det så rigtigt som jeg kan. Jeg synes ikke rigtig at jeg kan holde øje med de andre.

IN4: Nej, det kan jeg heller ikke.

IN2: Men jeg vil også sige, altså præstationen af individuel. Men det ville jo være, mildt sagt, røv sygt og stå og gøre det alene. Altså det, der er jo en helt anden energi når vi (snakker i munden på hinanden).

IN7: Ja, altså det skaber energi at være så mange.

IN2: Altså det. Altså din ydelse, den er afhængig af det de andre yder. Men det er ikke en kollektiv produktion vi laver, men det er en individuel produktion. Men jeg ville synes det var kedeligt, hvis jeg skulle have en individuel undervisning for eksempel i hiphop, ikke?

IN7: Jamen det ville det jo være. Gruppen betyder jo helt klart noget.

IN3: Det betyder rigtig meget.

IN4: Stemningen i rummet betyder noget [...]

IN3: Når jeg kigger på jer, på mine dansekammerater, ikke også? Det er ikke fordi noget negativt jeg mener. Jeg synes jeg bliver glad. Det er rigtigt. Når jeg siger jeg har det samme danse (uforståeligt ord).

IN8: Jamen, det synes jeg også, det gør man. Man giver glæden videre ligesom eller sådan. Gode fornemmelser, og sådan. Ja.

IN6: Jo, og man kan spørge. Der er altid nogen man kan spørge, hvis man nu ikke har forstået hvad det var, eller ikke kunne huske hvad det var. Så bliver vi (uforståeligt ord) rundt, nu kunne jeg ikke lige huske det næste. Så kan lige hurtigt få noget at vide, men det er jo også fordi man føler sig tryk i den her gruppe, så behøver man ikke tænke så meget på den. Fordi jamen det, okay det her, vi har det godt sammen, og så kan man koncentrere sig om det man gør.

IN2: Der er også det, det er noget jeg har været meget optaget af, med børn. At stemningen, og stemthed, altså den stemning man kommer i, den er jo afhængig af hvordan dit humør er eller dit energiniveau er og det der med stemthed i forhold til kreative processer og sådan noget, det har jo sindssyg betydning. Altså jeg sidder pludseligt og har nogle af de forestillinger i hovedet, som

jeg har set her. Quelle Noire, det var en fransk dansetrup der var heroppe, og så hvad hed hun, hende som vi havde i moderne dans?

IN8: [underviser]?

IN3: [underviser], ja.

IN2: [underviser's] forestilling i tyrkisk og jeg ved ikke hvad.

IN8: Ja, det var simpelthen fantastisk.

IN2: Man kommer meget ud i, altså man bliver halet ud af sin egen stemning og ind i dansestemning. Altså det er lidt svært at forklare, men det er bare det der med at den stemning der opstår når der er 17 på holdet i stedet for 3 på holdet. Den er man afhængig af når man yder. Altså min ydelse ville overhovedet ikke blive på samme måde, hvis der var meget få.

IN8: Nej, men altså det skaber noget energi, det gør det. Helt klart.

IN4: Jeg synes også her, at det er vigtigt her at man godt tør gøre grin med sig selv. Altså vi er jo ikke professionelle, og der er, altså jeg kan godt være klassens klovn en gang i mellem for eksempel. Fordi jeg kan, hvis jeg for eksempel går på toilettet så når jeg kommer tilbage, så kan de godt lige pludseligt have fundet ud af hele holdet, det gjorde de hvert fald her for et par gange siden (nogle griner), at nu var det mig der skulle stå inde i midten og så skulle jeg gøre et eller andet. Det ville jeg, det tør jeg så godt, det er selvfølgelig ikke sikkert alle gør det, men på en eller anden måde så er, så har man en eller anden bevidsthed i forhold til jo ældre man er, man tør ikke. Altså jeg er ikke bange for at gøre mig selv til grin. Og man ved jo godt, at så atletiske er vi jo ikke mere vel, men vi gør det så godt, og derfor så kan vi jo være en stor grineren nogle gange med de der under[...] eller de der (andre snakker i munden på hinanden)

IN1: Man er ikke så selvhøjtidelig mere.

IN4: Nej. Med de der, man er ikke bange, gud hvad tænker den og sådan noget. Næ, jeg gør hvert fald ikke.

IN8: Det er godt at grine. Altså vi grinede også enormt meget hende vikaren der var [...] (der mumles). Jeg synes det var så grint (?).

IN2: Men sådan, jeg er jo relativ ny på holdet, man kan selvfølgelig godt mærke at når man kommer ind på et hold at der er nogle der er gået sammen, men jeg synes ikke at det har betydet at 'nej, her gider jeg ikke være'. Og så har det jo også, stemningen på holdet har jo også affødt, at vi den første, er det ikke den første mandag i måneden, så sidder vi og giver os tid til at drikke en kop kaffe og, hvad hedder det, og spise et stykke kage, og lade den lidt gå på omgang. Og det har de bemærket inde på kontoret, at det synes de er rart, fordi det er også et udtryk for at vi kan lide at være her. Så altså kontorpigerne er også utrolig, altså går rundt og 'har i det godt' og 'hvordan går det' og sådan noget. Altså der er noget ved stedet, ikke kun de fysiske rammer men også dem der er her. Folk går op i det og folk gør sig umage, og det er jo sådan noget min generation godt kan lide, ikke?

KM: Ja. Det synes jeg er meget rigtigt sagt det hele. Det giver rigtig god mening. Jeg bliver lige lidt bange for om min telefon løber tør for strøm. Det ville jo være ærgerligt, hvis det hele var spildt (der grines).

(der snakkes og grines lidt uformelt)

KM: Så er jeg tilbage.

IN8: Nå, du kan tage det på computeren.

KM: Ja, jeg kan nemlig lige tage sådan en hurtig en. Så vi ikke skal sidde og råbe til en stikkontakt henne i hjørnet (griner). Måske.. vi håber at det virker. Måske.

IN5: Ved du cirka hvor længe det vil tage endnu?

KM: Man bliver så længe man har lyst til. Så det er helt op til jer. Jeg har lidt spørgsmål i forhold til sådan at spørge lidt mere ind til det her med kroppen, at det er hvordan det føles og så det vi sådan, i har allerede sagt det sådan lidt med ord, men med energi og stemning, det synes jeg, det er det der sådan er rigtig spændende for mig. Så det kører jeg også sådan lidt mere ind i og så hvad har jeg mere skrevet. Der er også lidt med musikken og med det med [underviseren], og sådan noget. Men man bliver så længe man har lyst til. Det er helt op til jer.

IN5: Okay. Jeg bliver nødt til at gå klokken 12.

KM: Selvfølgelig. Det er helt i orden.

IN3: Det skal jeg også. Jeg skal hjem og vaske tøj.

KM: Ja (griner), og det skal man også bare have lov til. Men vi kan jo bare lige tage den sådan lidt overordnet, fordi der er sådan. Det er også noget af det jeg har lagt mærke til, som jeg også snakker om, det her med at folk kan have en ide om, at så er man over 60 og så ens krop, så kan den, så tror folk, at kroppen ikke kan mere. Og det er også noget af det jeg har lagt mærke til, jeg har været her et par gange, og sidde og skrevet hvad jeg ser i gør, og noget af det jeg så har lagt mærke til at [underviseren] hun beder jer jo bare om, så gør i bare det her, og så gør i det i dobbelttempo nu. Endnu hurtigere, ikke?

IN4: Ja ja, det gør hun helt sikkert.

KM: Og det er jo min egen sådan, det der bias, eller det er min egen forudtagethed, at jeg tænker 'årh, det kan de bare. Ej, hvor er de seje' ikke? Men sådan at, der bliver jeg jo også udfordret på min egen forestilling omkring hvad I kan. Men hvordan I selv, du var også, der var nogen, I har også snakket lidt om det allerede, men det her sådan, hvad ens krop kan og om det er dansen der gør at man kan noget mere, eller altså, badminton og så kommer man ud i nogle vrid, og så kan knæet gøre et eller andet, ikke? Og det kan man jo faktisk også godt gøre i dans, man kan jo komme til skade, ikke? Men sådan hvad er ens egen, hvad er jeres forestilling er hvad I kan når I danser. Jeres krop. Synes jeg er meget spændende.

IN4: Jeg tror vi kan mere, end vi tror. Jeg tror vi på mange måder vi stadig skal pushes lidt, for at kunne et eller andet. Men selvfølgelig er man ikke så elastisk, som da man var 20, ikke? Men reelt jeg kan stadig få mit højre ben, kun mit høje, bag nakken når jeg sidder i en sofa.

IN1: Det har jeg sgu aldrig kunne (flere griner og er enige).

KM: Nej, men det er jo det.

IN4: Men det er ikke det samme som tidligere kunne jeg lade det blive deromme. Det kan jeg ikke mere, og jeg har heller ikke tænkt mig at prøve at få det til, vel? Men altså der er nogle ting, som jeg kan mærke på min krop, det kan jeg ikke mere. Men så er der andre ting jeg stadigvæk kan. Jeg føler stadigvæk man kan være med (flere er enige). Men man skal selvfølgelig holde kroppen ved lige, det skal man gøre hele sit liv faktisk. Hvis du bare stopper op en enkelt gang, og ikke er med en sæson, så mærker man med det samme, det giver bagslag. Så det er om at holde sig i gang, og det er jo også det der holder os unge, tror jeg. På mere eller [...]

IN2: Men jeg tror også at det er en grundlæggende tillid der, uden at der er talt om det, så er der en grundlæggende tillid til læren, fordi de er veluddannet. Og der er stor afstand til det vi kan, i forhold til det de kan. Men der læner vi os op af, at vi ved at de er så gode og de er uddannede og alt det fysiske. Øvelserne er tilrettelagt sådan så at det går ikke ud over knæet, og du kommer ikke til at lave et vrid, hvis du gør sådan som jeg siger, så det. Jeg tror, altså jeg tror at det er tillid, mellem elev/lærer. Og så at vi ved at de er professionelle på et, altså jeg ved ikke hvor professionelle de er, men vi ved at det er professionelle dansere og [underviseren] er har jo i

øvrigt også holdt et foredrag om hiphop og historisk og sådan nogle ting, så altså man er i gode hænder. Det tror jeg betyder meget.

IN3: Det er rigtigt det du siger. Jeg mærker slet ikke mine knæ mere, efter..

IN4: Nå, nu er de helt døde eller hvad? (der grines)

IN3: Nej.

KM: Nå, men det er da dejligt.

IN3: Nej, men det er rigtigt. Den måde de fortæller, det gør [underviseren] også, hun er god til sådan nogle ting, 'træk maven ind, stå sådan, gør sådan, ellers går det ud over dine knæ'. Så prøver jeg og så lærer jeg det. Sådan det rigtige, så mærker jeg slet ikke det samme.

IN8: Man kan også mærke at de ved hvad de snakker om, ikke? Det er vigtigt.

IN3: De er simpelthen, det der musik, og de to der, [underviseren]. Nu snakker vi om [underviseren], ikke også? Ja. Jeg skal ikke nævne [underviseren] mere?

IN4: Jo, det kan da godt. Men [underviseren] hun har da den uddannelse du har, [underviseren]? (henvendt mod mig)

KM: Ja. Ja.

IN4: Jeg ved ikke hvad [underviseren] har.

KM: Hun har noget danseuddannelse.

IN4: Ja, okay. Jeg troede faktisk at hun var lærer.

KM: Jamen, hun er også lærer.

IN4: Ja, ikke også?

IN8: Det kan man også mærke på den måde hun arbejder på.

IN6: Men spurgte du egentlig ikke, hvordan vi har det med vores krop? Det er ikke underviseren du spørger om her, er det det?

KM: Det er hvor samtalen også lige drejer os hen, men altså jo.

IN6: Ja, fordi jeg tror da at det er vigtigt, altså jeg tror da at vi alle sammen har holdt os i gang i årene. Hvis man ikke holder sig i gang, stopper som 40-årig eller sådan, så er det svært at gøre det vi gør nu. Det tror jeg virkelig.

KM: Jamen, det var også det du sagde.

IN8: Jamen, det tror jeg faktisk også.

IN2: Altså jeg havde været sløv i meget, meget lang tid ikke? Og gav mig selv et spark i røven og det er svært at nå, når man selv skal sparke derop, ikke?

KM: Ja, for pokker.

IN2: Så for mig, jeg er ret imponeret over at jeg, selvom jeg er et gående og cyklende menneske, så er jeg imponeret over at jeg kan mærke styrkeforskel og jeg kan også mærke at jeg bliver lidt bedre til at huske. Hvis man også må sige noget hen over de der forskellige fag, så vil jeg sige at vi har haft en del vikarer og der er det altså påfaldende hvordan ens krop har det, efter en der har forberedt altså tilrettelagt et forløb, sådan så vi får noget af den der grundtræning, og så laver vi isoleret nogle øvelser, som senere i lektionen bliver til en lille serie. Så man er forberedt til at lave den serie, og der, det synes jeg forskellen på den gode underviser og den dårlige underviser. At hun, [underviseren], laver lidt systematisk, altså mere eller mindre grundigt, men du er klar til at lave den lille serie til sidst, fordi vi har jo egentlig lavet det dernede, ved de der øvelser og sådan noget. Det er meget tydeligt når det ikke sker. Fordi der får du slet ikke brugt din krop på samme niveau. Vi har nogle, altså ofte til moderne dans, sagt øv til en vikar, fordi vi tit kommer ind sådan der.

IN1: Øv, øv, øv.

IN2: (uforståeligt) altså kommer hurtigt ud, sådan der ikke? Så har de ikke nået at forberede sig. Det kan du mærke på din krop altså. Ja.

IN3: Jeg synes jeg har det godt i min krop bagefter alt det der dans der. Fantastisk. Har I ikke det? (mange siger at de er enige).

IN4: Alt træning synes jeg, giver det godt bagefter.

IN3: Alt uanset hvad man laver, ikke?

IN7: Og hvis man kommer til at holde en længere pause, så kan man hurtigt mærke hvor hurtigt det går tilbage, ikke?

IN3: Man skal ikke lave lange pauser, det skal man ikke. Man skal bevæge sig hele tiden. Ja.

IN2: Men de siger det jo også, altså nu kan jeg ikke huske om det er endorfiner, men altså der sker jo simpelthen så meget kemisk i kroppen når man bevæger sig og det er jo det der er så vildt, man bliver sådan lidt høj uden at sådan, at have..

IN3: Man bliver helt.. (laver en høj, pustende lyd)

IN2: Ja, man bliver på en eller anden måde..

IN8: Man bliver glad i låget af det, ikke?

IN6: Det gør du jo også når du synger, der er det også endorfiner der.

KM: Det kan også være at vi skal sådan, for jeg synes egentlig at det er rigtig god overgang, fordi det der med at man bliver glad, eller sådan, ja.. Det er jo også noget med sådan en slags energi der er i det.

IN3: Man føler man giver glæde, jeg kan gøre.. jeg ved ikke hvad jeg kan gøre nu for eksempel, alle mulige, uden at jeg bliver træt (griner).

KM: Ja, men er det sådan..

IN6: Når man kommer og hvis man er træt, så er man frisk når man går.

KM: Ja, præcis. Ja, det synes jeg også er sindssygt spændende at der er en eller anden forskel i hvordan man har det før, og så at man kommer ja til det, og så bagefter at har man måske en anden energi. Det synes jeg også.. ja, og det er meget spændende. At hvis der er det der, den forskel og den ændring i en, og det har jo ikke rigtig, selvfølgelig er der en fysisk del, det er ens fysiske krop der har lavet noget, men der er jo også oppe i hovedet (flere giver udtryk for enighed). Ja.

IN2: Men det er jo, altså glad i låget, ikke? Altså jeg tror det er børn der siger sådan, men de elsker jo at bevæge sig og de bliver glade i låget og får så meget energi og det er jo også derfor at det er så katastrofalt, at der er så lidt bevægelse. Så danserne skal ud i skolerne. Altså vi havde nogle år hvor vi lavede noget med den opsøgende ballet for det kongelige teater, så var de en uge ude og så lavede man, skabte man faktisk en forestilling i løbet af en uge og så blev den fyret af to-tre gange, ikke?

IN1: Der er nogle skoler hvor de gør det. Det er påbudt faktisk.

IN2: Ja, det er der. Ja ja. Og der kommer også børn hertil, men det der med at man forhindrer børn i og blive glade i låget.

KM: Tak for i dag (en af deltagerne går i baggrunden) tak for hjælpen.

IN2: Altså et er, altså vi har forhåbentligt været glade i låget undervejs...

KM: Tak for hjælpen (en af deltagerne går i baggrunden).

IN2: .. Men børnene. Altså de fag der gør børn glade i låget, de har det bare for dårligt, ikke?

IN3: Har vi flere spørgsmål?

KM: Ja, jeg har en, nogle smule men altså...

IN1: Bare kom med dem (der grines).

KM: Ja. Nu skal jeg se. Jeg tænker egentlig også, igen det her med energien, altså og det er noget der hvor det bliver svært at sætte ord på. Men det kunne være rigtig fedt, hvis i kunne prøve at beskrive hvad det er, altså sådan det er jo noget man selv føler i sin egen krop, at der er nogle, en forskel i hvordan man har det og det kan både være før men også under. Hvordan at der er en stemning der kan ændre sig og man snakker også om at man går ind og så bliver man ligesom en del af den energi, stemning der er i den gruppe i er, når i danser. Men sådan hvordan i har det med, også meget specifikt på den her klasse. Altså 60+ hiphop. Hvad er det der er for...

IN1: Der er en rigtig god ting, og det er når det er en god lærer. Altså jeg synes at vi har en rigtig god lærer, som kan se hvad niveauet er og som forlanger, hvad man kan præstere. Hun efterlader ikke nogen med sådan nogle store mindreværdskomplekser, eller helt ude i hjørnet hvor de ikke bare slet ikke kan følge med. Og det er jo en af måderne man kan gå op i det og blive, det er jo når man faktisk kan leve op til det der bliver krævet af en. Og det, alle de der ting jeg gør, det er jo hendes personlighed der hjælper hendes dygtighed, og så ja musikken, det man føler sig godt tilpas i gruppen.

IN3: Det er hvis hun går og rykker, altså hvis [underviseren], hun går og rykker os mere og mere og mere, hvordan skal jeg sige, for at vi bliver bedre og bedre, vi får mere og mere energi. Er det ikke rigtigt? Vi får mere og mere, hurtigere og hurtigere. Vores bevægelser bliver hurtigere og hurtigere. Eller, jeg er meget dårlig til at forklarer ting (griner).

IN2: Nej nej, men hun smider det efter os. Ved de stationer vi var, der var vi der halvanden minut. Og sådan som jeg husker det, så har det været et minut ved hver station.

IN7: Ja, det var det også.

IN2: Altså, og så, altså. Meget diskret og sådan noget, men fordi at hun selv, altså det er der man siger at, man præstere i forhold til det man spejler sig i, så når man står foran hende, og så får hun mere ud af mig end hvis jeg står overfor en der har, der kommer for sent og egentlig ikke gider det, men skal tjene de penge der, ikke? Den følelse har man ikke, men den kan man jo godt have til nogle gange når man har gået til noget. At hun skal sgu hurtigt hjem hende der, ikke? Og der er det, at hun er der virkelig. At det er nærvær, altså det der med at man er der, når man er der.

IN3: Ja, men hun er fantastisk.

IN2: Og når hun er der, så er vi der også. Hvis vi har en som ikke er der, vi kan mærke det med det samme. Og vi er jo bare, børn inden i ikke? (der grines). Nej, men man har altså, selv om man er 60+, så har man kontakt til barnet inden i sig selv. Det har jeg i hvert fald. Altså..

IN5: Det har man også når man er 77.

IN3: Jeg har det samme.

IN2: Jamen det har man, altså det har man hele sit liv. Og det er egentlig en pointe, fordi de andre, jeg ved ikke hvem de er, men de andre tror ikke at vi har den kontakt, men det har vi jo. Og så får den jo et ordentligt blow, når vi så pludseligt har børnebørn i tide og utide, ikke? Så det hænger sammen, det er jo cirkulært. Altså det hænger sgu sammen, ikke? Hvis vi får det til det.

IN3: Kan du huske da vi optrådte?

KM: Det giver god mening.

IN3: Sidste år?

IN8: Ja, selvfølgelig.

IN3: Hvor var det henne?

IN8: Albertslund. Musikhuset.

IN3: Albertslund. Og vi var 6, der sagde ja til det.

KM: Ja, det er rigtigt. Jeg har godt hørt om det.

IN3: Har du?

KM: Ja. Det er virkelig sejt.

IN3: Det er kun nogle mennesker, de havde lavet sådan noget afslutnings.. så blev vi lige inviteret derover, det er [underviseren] der har, fordi hun har nogle.

IN2: Det er simpelthen total godt gået, det der.

KM: Ja, det er virkelig sejt.

IN6: Det var simpelthen så sjovt.

IN2: Altså, jeg var lidt bange for jer, fordi jeg tænkte 'hold kæft, i er kolde i røven' (der grines).

IN3: Ej, vi var nervøse, vi var nervøse.

IN6: Vi følte os som stjerner, er det ikke rigtigt?

IN3: Jamen det gjorde vi faktisk (der grines) men vi var der ikke også? Og så lige pludseligt så præsenterede de os. Jeg kan ikke huske hvad man kaldte os, men guld et eller andet.

IN6: Jamen hvad var det nu. Old but gold (der grines højt).

IN2: Havde I ikke også en T-shirt hvor det stod på?

IN3: Nej, men så præsenterede de os og vi skulle komme ind. Nej, vi var meget nervøse, ikke også?

KM: Men hvordan kan det være at I sagde ja til det?

IN3: Det ved vi ikke, fordi vi sagde ja til det hele, vi kan jo godt lide det. Vi kan godt lide hiphop. Ikke?

KM: Ej, men der er jo også forskel på at man danser på et hold, og så lige pludseligt at skulle ud og vise det, ikke? (flere er enige).

IN3: Det er første gang at vi skulle vise os frem. Hvad er det, foran 600 mennesker?

IN6: Ja, det var for 600 mennesker.

KM: Hold da op.

IN3: Så kom vi ud..

IN6: Jeg synes at det var en chance, for at få lov til at optræde. Det var jo ikke hver dag man kan..

IN2: Og det ville I gerne gøre igen?

IN6: Når man bliver tilbudt at optræde for så mange mennesker der [..]

IN3: Da vi kommer ud, alle rejser sig op..

IN6: Der var jo ikke nogen [uforståeligt ord]. Der var vildt god stemning.

IN3: For vi er de eneste gamle der kommer på den scene. Alle de andre, der er kun unge mennesker. Kun unge mennesker har tilmeldt sig. Der var rigtig mange, jeg ved ikke hvor mange der var der. Alle de kigger på os og.. (griner). 'Hvad skal I danse?', 'jamen vi skal danse hiphop'. 'Nej', 'det er rigtigt'. Hele halen, der er 600 mennesker, de rejser sig op da vi kommer ind, ikke? De er hele tiden (klapper i hænderne).

IN2: Ved du hvad, og det er det som jeg, synes jeg, er vi skal være med til at arbejde på fordi vi er så heldige at være født, der hvor vi er født. Så vi har haft det rigtig godt, (uforståeligt ord), der har ikke været nogle verdenskrige og alt det der man kan synge om, ikke? Altså at når der er så mangfoldigt program, det er jo det samme vi kører med i det kor vi synger i, ikke? At kirken er fuld, og vi perfektionerer ikke, det gør ikke så meget der ikke er nogen fejl. Vores dirigent er 82, altså John Mølby er 81, og vi er midten, altså der er nogle der er yngre, men det er meget få. Altså det er det der med at mangfoldigheden, at vi kulturelt, at vi skal lade mangfoldigheden, vi skal blive begejstret for mangfoldigheden, i stedet for at vi kun vil se dansere på det kongelige teater. Eller kun vil se de professionelle, ikke? Og det synes jeg er virkelig sjovt.

KM: Det lyder i hvert fald som om de er blevet hyldet, ikke? At der er også sådan noget respekt i at man sådan, og så kunne det jo godt være at det jo netop var sådan noget 60, men så var det

moderne, eller det var ballet, eller noget som stereotyp ville passe lidt bedre ind, ikke? Så det jo, det jo netop så sejt, at det så netop er noget helt andet, end man måske forventer oppe i hovedet.

IN2: Og igen, det er jo det der med hvis du får det du forventer, så bliver du ikke så overrasket eller begejstret. Men hvis du bliver udfordret, eller du bliver overrasket over det du får, så har man også grund til at reagere helt anderledes. Så kommer der jo også nogle andre reaktioner, ikke?

KM: Det er jo også med til at sprede budskabet, tænker jeg også. At der er nogle der sidder og ser det og tænker 'dem der vil jeg gerne være en del af'.

IN3: Vil du gerne høre? (viser mobil med optagelse af opvisning)

KM: Ej, hvor er det altså sjovt. Og hvornår var det, var det sidste år? Eller hvornår var det?

IN6: Ja, det var sidste år.

IN3: Og jeg havde ikke gået derind, jeg tænkte gud, hvor er de gode, fordi de havde jo allerede været ude og vise det nu.

KM: Ja ja, nemlig lige præcis. Godt at det er blevet filmet, så man kan huske det.

(de ser videooptagelse med opvisningen, og hører folk der jubler).

IN2: Der har vel også været nogle børnebørn? Fordi jeg meldte mig blandt andet fordi jeg tænkte jeg skal tage røven, på mit barnebarn. Men det er total modigt, det I har gjort der.

KM: Jeg tænkte på, jeg tror jeg har to-tre spørgsmål tilbage. Så er vi ved at være færdige, ja. Det er fordi, det er igen det her energi og sådan nogle ting, men der er jo også nogle specielle, og det kommer jo netop af hvad det er for en dansegenre – hiphop. Hvad er det er for nogle bevægelser man laver, som jo er meget forskellige. Også set i forhold til ballet, eller hvad ved jeg. nogle andre dansestile, tango også. Du snakkede om. Så hvordan har i det, hvad føler i ligesom, når i laver de bevægelser frem for noget andet, eller sådan. Det er jo meget specifikt for hiphop.

IN5: Altså det jo virkelig grounding det her, og det er sådan en, måske ikke stakato bevægelser, men det er meget præcise bevægelser man skal ned i. Du skal lige bøje knæene den der [måde], du skal lige frem med kroppen på den der, så jeg nyder meget præcision man forsøger at komme i. Og så den der kombineret med den hastighed man bevæger sig i, og så anderledes end tango.

IN3: Tango er sådan noget, mere stille og roligt og? Følsomt og?

IN5: Nej, nej det er det slet ikke. Nej, den er alt muligt. Men du har et andet ideal. I tango. Hvor her, der er du nede. Du er hele tiden nede, tango der er du nede og oppe. Og det er en meget anderledes fornemmelse. Men den her vægt, og tyngde man har her, præcision, den synes jeg er ret spændende i forhold til det jeg har prøvet før.

IN6: Tak for I dag.

KM: Ja, tusind tak for hjælpen.

IN2: Men er det ikke den der kombination, af rytmen og gentagelsen, altså der er meget gentagelse i den der hiphop musik på en eller anden måde. Men jeg synes også at det er rigtig det du siger, det blive også forceret sådan så stakato, men der er jo også nogle blødere bevægelser. Altså jeg spurgte forrige gang, eller nogle gange siden, om [underviseren] ville vise os, hun havde lavet en lille filmhistorisk gennemgang, og fortalte hvad det er og hvad det ikke er, og hvordan det har udviklet sig og sådan noget, og så spurgte jeg om hun ikke ville lave en lille forestilling, for os, og det er jo ikke sådan. Og så lavede hun sådan, det gjorde hun så impulsivt og spontant ikke, så lavede hun lige sådan en improvisation og hun har de der bevægelsesmønstre og det kan hun lynhurtigt sætte sammen oppe i hovedet, og der er nået der er hakker og der er noget der flyder. Så det er lidt ligesom med musik, at altså der er egentlig de samme begreber som i musik, at nogen gange så er det bløde bevægelser og nogen gange er det stakato bevægelse, og nogen

gange er det noget der slutter og nogen gange er det noget der flyder over i det næste, så jeg synes egentlig ikke det er forskelligt fra alt mulig andet musik, men det er jo så bare én stilart.

IN5: Men det hun lavede der, det var jo house og det er en anden musikform.

IN2: Nå, okay.

IN5: Og hiphop det er ikke det samme som house, det er jo mere sådan, sådan noget dansebevægelser.

IN2: Men det var jo bare fuldstændig fantastisk.

IN5: Det er helt vildt fantastisk, men det er..

IN2: Og smukt også, ikke? Men det, [underviseren] har jo også et ærinde i at sige, og det synes jeg kom meget frem i hendes foredrag, at det er knyttet til stoffer, det er knyttet til hårde miljøer, det er knyttet sådan og sådan og sådan. Hvor hun har lyst til at trække det ud, eller hvor der er en tendens, hvor man gerne vil have hiphoppen trukket ud, og gjort altså, bredt ud til at vi behøver ikke at sidde og fyrer en fed, eller være på stoffer, eller komme i New Yorks baggård, eller hvad ved jeg. Altså man kan godt lege man danser hiphop, i dansekapellet, ikke?

IN3: Hiphop? Det giver energi.

IN2: Ja, det gør det.

IN3: Hvor det er nogle hårde bevægelser..

KM: Ja, man kan godt sige hårde bevægelser, ja.

IN3: Hårde bevægelser, og du skal være aktiv hele tiden. Og hurtig, du træner din hurtighed, du træner, ja jeg ved det ikke, det hele. Hvis man danser det der tango, jeg kan godt selvom jeg aldrig har prøvet det, ikke? Det du mener. Den fine (uforståeligt ord) bevægelser. Du er her, du skal, ikke?

IN5: Det er kontrol, du skal have begge ting.

IN3: Ja, men det er ikke noget negativt jeg siger. Det er fantastisk det der med tango.

IN5: Nej, nej. Men.. nej, det er det ikke bare. Men det er enorm meget kontrol. Og det er en helt anden form for kontrol.

IN3: Ja, men det kommer an på hvilken form for musik det er. Du kan vælge..

KM: Der ligger hvert fald en stemning i musikken, som måske har en anden.. ja.

IN2: Men jeg tror lige meget hvad man gør, hvordan man bevæger sig, så er man nysgerrig og opsøgende på hvilke stemninger og følelser er der i min krop. Og det tror jeg til evig tid, at man er opmærksom på, at den stemning vil jeg gerne i igen. Og derfor sætter man den samme musik på igen, eller man kommer hver mandag klokken 10, for at gå til hiphop. Fordi at den stemning, altså det er min krop siger til mig..

KM: Tak for i dag. Hej, hej.

IN2: .. i den situation, det vil jeg gerne gentage. Jeg vil gerne have gentaget det, så vi kommer klokken 10. Altså i dag var jeg faktisk i tvivl, ej jeg havde bare lyst til at blive hjemme og ligge. Fordi vi havde bare en kor prøve i går fra klokken 4 til klokken 10 om aftenen, ikke? Men den stemning og så vil jeg sige at fordi at jeg har sunget i et ambitiøst kor, at nu er det ikke altså, før som yngre er man mere fejlfinder, 'årh, det var ikke rigtigt, og jeg lavede den og den fejl' og sådan noget. Så er man ligesom kommet lidt ud over det der, og vi laver nogle sindssygt gode koncerter, der er en totalt fed stemning, og folk vil næsten ikke gå hjem. Fordi tror jeg at man slækker lidt på det der med at det behøver ikke være perfekt. Fordi så bliver vi jo aldrig færdige. Og det her der kan man få lov til at gøre alt det der, og jeg ved godt at jeg laver fejl og sådan noget, men jeg går faktisk glad ud af døren alligevel.

KM: Det er sindssygt vigtigt sagt, synes jeg.

IN2: Ja, det er det.

IN3: Må jeg lige sige noget?

KM: Ja, selvfølgelig.

IN3: Det der med dans uanset hvilke type dans man vælger, ikke også? Det betyder meget om man kan lide det. Det er ikke alle der kan lide at danse, det er ikke alle der kan lytte til hiphop musik, det er ikke alle de typer der, der kan lide det, der kommer.

KM: Ja, men det kan godt være at der er noget med det.

IN3: Jeg tror godt, at det kan være rigtigt. Ikke også?

IN2: Jo, jo.

IN3: For eksempel [uhørligt på grund af larm] min krop fordi lige nu der passer til mig, fordi at jeg er sådan en type og jeg vil gerne give så meget som muligt til min krop, jeg vil bevæge mig så meget som muligt, ikke? Og også fordi at jeg godt kan lide det der musik, og det betyder meget, og hvis man har en god dag, så er det fantastisk.

IN2: Ved du hvad min søster, jeg har en lillesøster og vi har været igennem et forløb med mine forældre, hospitaler og sygdom og Alzheimer og hjerneblødninger og alt muligt andet, ikke? Og som vi siger til hinanden, vi skal nok komme til at sidde stille på et tidspunkt. I vores aldersdom. Hvor vi ikke bestemmer mere, så mens man selv bestemmer, der skal man sørge for at lette rumpetten.

KM: Jamen, lige præcis. Ej, men tusind tak for jeres, for hjælpen.

Bilag 7: Fokusgruppeinterview fredagshold

Interview with Hip Hop 60+ Focus Group

Dansekapellet Foyer

6. december 2019

Researcher: Robin Conrad

Graduate Student Researcher: Karen Marie Keller Andersen

Inddeling i tematiske analyseringsenheder: = individuelle forhold = gruppemæssig sammenhæng = ydre forhold

Robin: My first was is just to ask if you could tell me a little bit about yourselves and how you came to dance in this program at Dansekapellet.

Participant: I moved to this area from another part of Denmark two and a half years ago and also...I didn't work anymore (says word in Danish and some say "retired"), retired. And I wanted to come in contact with other people and also to have something to put into my life. I have a daughter with two small kids three kilometres from me and I have two nieces and a nephew near here. And so I'm living on my own and I had never done that before. I moved away from my husband with whom I'd been married for 48 years. So it was very strange for me and maybe not the most right decision but it had to be that way. So I had to put something in my life that could make me feel content and so on. And therefore one of my neighbours told me about this place, Dansekapellet, and there was a workshop about Hip Hip and so I came because she told me. And after that I started to come here once a week and I like it a lot and I go to other things during the week. But it is the only thing where I really make my pulse up and get sweating and I would like to do something else but I hate going to the fitness center. So I must find something...gymnastics ro something also. It is in order to primarily to be good for myself, to make some exercise, to get the pulse up and also the company of the other members here. But we just talked about we even don't know the name of all the others and we just talked about a little bit ago if we might meet once a month after the exercise just to join one another for a cup of coffee. Then we could learn each other's name and have a chat.

02:40

Robin: After we did the modern interview everyone said they hadn't sat down together and it was really nice to get to hear about everyone's experience.

Participant: I've been dancing samba for eight years in another place but then our teacher moved to Brazil. It was a group for grandmothers and babies and everybody between that. But then it was difficult to find a class like that because it's mostly for girls in their twenties. So I think then I had to do something else and I like very much the dance and it's rather disappointing that in my generation and the next generation they don't dance when they are together. They talk and talk and talk. And I know that my parents...I remember that everytime we had a party at that time when I was 14 or 15 they danced. And we had just a little... nothing to dance with...some small discs. But now they have everything but they don't dance. So then I have to dance at another place. And I noticed that there was a show...they organised a show here for young people from other parts of Copenhagen and classes and I worked together with that and we had that show in the opera and here and amazing, great. But then I took one year education in the physical theater. It was very very intensive. It was 6 years ago. But after that I went back here and I think I started with modern dance but then find out that there was modern dance and other dance. I attended that course once many years ago and then I changed to this Hip Hop and I think it's very funny but I must say that I miss dancing in my life. So I come here once a week and that's it. Ok I can dance at home also (some murmurs of yes, but we don't really do it). And that's mostly it.

05:41

Participant: A long story. It could be I will try to focus. I've been interested in the body and how to move for about 30 years and it was my background was never to use the body. On the contrary you would only go for a walk to have coffee and cake afterwards. So my family, I used to say I am...a body lazy family. So I never thought that I would do anything to use my body. As a child, I did these standard dances at the dance school. It was not very successful. In the 20s, from one day to the other, I saw a paper on (says in Danish)...some school where you would dance in different ways. It was about 20 hours a week. I decided to take a break from my study. And then I started with 3 months of dancing. So that was the beginning and then I had some years where what would fill my life was to use my body. I'd had a lot of psychological things in my luggage and still have so it was the way I found to be alive in a good way and have a background as a psychomotor therapist. And three years of education and have been teaching and I still teach how to use your body in a proper way. But yeah it has

been a struggle as well because it was so far away from my background and so yeah, it's natural and I feel very comfortable here in an environment like this. So that's the first thing according to dance. Then there has been 10-15 years more...it hasn't been that much because my body started to ache—my knees, my hips. And now the body is quite different from what it used to be. And so it was all practicing making exercises just to protect your knees, make your hip better, your back. And it was all a whole lot of...everything that I was doing with my body was to make the body better physically. And then I thought, and it wasn't funny, it was at the beginning you could see how you could get stronger and better but it was not funny. The joy of movement disappeared. So by accident, I live not quite nearby. I'm not a neighbor but the other side of the hill. So I knew that there was this Dansekapellet and by accident I saw they would have some half an hour of the beginning...before the season...half an hour of beginning kinds of dance forms and you could just show up and try it. That could be nice I thought and I decided to come up one day when there was modern dance and oriental dance. And I had tried. I had never been a professional of anything like that. I had tried these kinds of movements and it was alright but I also was confronted with my body didn't want. I wasn't able to. And thought, ok that's alright. And then there would be this hip hop at 60+ and I thought, I'm not 60 on my birth paper, only my body is and they said, you should try and the others would go to this class. I thought never ever hip hop. Awful music and the culture and I would never ever ever. I went into a class for half an hour with [the teacher] and...it was just so funny and energy and I called and said is there any places? And there wasn't and so I have been waiting to come on the class. So it's my first season here. It's just funny. It's the most energetic and joyful thing I'm doing through the week.

11:58

Participant: I grew up in a small town in South Fyn. This town is known for a lot of different schools for gymnastics. And so I go to gymnastics almost all my life. Lately I had a bad back so in many years, in 10 years I go to special gymnastics for the back. But it is so boring. Repeat, repeat, repeat. And when I retired, one day there was an advertisement in my post, mail box, and I said oh this is close to my house, maybe I should go up here and see. And I was just fascinated by [the teacher] like you (gestures to other participant) and I was on her first class and have followed her since so I think it's...I prioritise to come here each week because it gives much more to your body it gives to your mind also. And I have been to the border of depression so to be here is very nice.

13:52

Robin: And so my next question is, and some of you have already sort of answered this already, do you find dance different from other physical activities and why? What is it about dance that draws you here?

Participant: For me it's first of all because I want to use my body to get my pulse up. I'm walking a lot and went 800km. I walk a lot here but it doesn't give you the pulse up like that. So that was the first thing but also I liked it. You get in a very good mood. But that was not the reason for me. It was to get the pulse up first of all. But I like it what comes to you also.

Participant: For me it's the joy you get when you dance and it can't be compared with gymnastics because you can follow the music. It has nothing to do with gymnastics because you walk, you can get your pulse up in other ways but here you can combine that's fine. If it was lazy dance then perhaps that would change. I like that it's...I also miss it a little, the movements we did in Samba. It's another... I miss that. But I can do it at home.

15:47

Participant: I guess it's the joy and the energy and not the least that it's in a group. That's what I left behind when I went to these fitness centers. Yes, I would do some classes, but I always had to make something else and then it wasn't funny. But here you meet other people and I guess it's...and the hip hop, it's so...this high energy kind of movement. So, it's also, it gives something to the body and you have a lot of strength to your bones and so on. But actually, it is that you're blown away, you can't think when you are here and so that's very different. And so, to get your pulse up you could go to cross-train or something else and it's very...so I think the joy and the energy it gives and that you do it with other people (verbal agreements).

17:16

And you don't think of, well you're tired you can't do more. But you're in a group and there's music and you could do more than you could do otherwise I think.

Participant: And especially here I would say that [the teacher] has so much charisma. She has so much...you really feel that she loves it. And so it goes to the group.

Participant: I just agree. I have to say yes.

17:55

Robin: It ties in with so many of my other questions so I won't necessarily go through this systematically. So you mentioned joy, energy and the influence [the teacher] has on the experience. I'm wondering how the joy and the energy are tied together—how they're

connected. And this might be a little hard to answer but I'm thinking about how our body leads us into emotional states or how does our movement lead us.

(explanation in Danish)

Do you sense a connection between the energy and the joy? How does the joy happen?

18:40

Participant: For me [the teacher] has a great influence. We have had Timothy once and he was very good and I enjoyed it. It was a good class but it wasn't where you feel you get alive. For me, I guess that it's also the processes that happen chemically perhaps and I bear depression and it has to have a certain intensity to provoke the energy and with the energy comes also the joy. I do yoga and other things and it's nice and your body and mind are connected but it doesn't give that kind of...yeah. [the teacher] and then it is so high intensity. But dance also moves you away from...you don't have to think that much. If you do have to think it's about the choreography.

20:54

Participant: You feel it if you take the bike and go from here...you feel now I can do everything in my life that I want. And so it has an influence on the day.

Participant: Is the energy the first one and then the joy?

Participant: For me it's joy and then energy. And I have also noticed that different kinds of music, different kinds of dance have an influence on your feeling that the samba gives you more sensuality and so I think that's what I...where the more masculine...that give and take and also group dance. I don't miss that fitness way. I've also been dancing salsa and if you have a man who is taking it as a kind of domestic to remember all the different ways to do it and break your arm...sometimes it's terrible. It depends on the partner. So sometimes it's better to have a group.

22:38

Participant: When we have many substitutes when [the teacher] was writing her PhD. We have tried a lot And some of them thought well, we are elderly people, women, and so we would not have our pulse up and we didn't sweat and I went away from the class very disappointed. But [the teacher] she knows it's very good for us to have the energy up but I

also like very much Timothy. I liked him a lot because he made a full choreography I felt, yes we could do it just by playing it. And [the teacher] does not do that so much. So that, in a way I prefer him but I like [the teacher] a lot of course but I like very much and I came today and I thought oh pity he's not here. I like when I come from the class saying yes, we could do that. He just played it into us by repeating it and put a little on and so on. So it's not only [the teacher] who can do it. And my note from my friend who introduced me to this place...she's going on Mondays to Annette. And she started going to [the teacher] at first and she liked Annette just as well. There are more choreographies and that I would like a little more perhaps.

24:06

KM: But I'm curious do you feel there's different energies in [the teacher] 's and in [the teacher]'s?

Participant: No because I feel my energy when my pulse is coming up and I'm sweating. And I'm sweating with him and I'm sweating with [the teacher]. And I feel in a good mood when I can do a little more than I thought I could and I can do that with both teachers so that's fine for me. He also has a good energy I think.

24:35

Participant: I think it has moved my borders, my own...I think I could do something but [the teacher] and the hip hop in all have moved what I can. We have been on some shows here when the class stops in summer we have shows up in the (round room) and last summer we were asked to make a show in the music house and it was only 7 with spotlights and high music and many audience and I said, wow I said yes. And I done it. It was also something I hadn't expected that I would dance. And so it moves something for me.

25:42

Robin: And so if the teacher and the structure of the class influences the experiences, what do you notice in your body differently in the dance class as compared with out in your life in different ways? Do you notice your body differently and do you notice the other dancers in the room in any way that's notable?

26:10

Participant: When I bike up here Friday morning I can think oh it's hurting, it's hurting. And when I go home it's gone. And I think like you said you don't mention so much more than you follow the dancing and I feel better when I go home.

Participant: Well I think yeah in my own body 2 things because actually this right hip doesn't like it. So usually I...it's very much... [the teacher] almost always goes forward on the right leg. She doesn't change. So actually, the day after it would hurt more. But despite of that, I have signed for the season in the spring. And that's the other thing that you get I feel alive in the body because it's the first season I have an advantage because some of the steps I know from other kinds of dancing but actually I have been, it has been necessary to really concentrate. With [the teacher], it's like follow me and with Timothy it's more pedagogical. He will do it slowly and then build up. And [the teacher] is alright let us have a party and we're dancing. So in that way I haven't sensed the others that much and yet I have noticed that when we break up and we are doing something that's not just in the circle it will rise the energy. And also the feeling in the room...the space is filled with more energy when we are doing something that we have to connect more directly with each other.

28:34

Robin: I had a note from when I was watching one time about what you thought about the difference between how you're facing—the mirror, the circle or each other. What do you notice about the energy or how it feels?

29:02

Participant: I prefer circle or mirror. I think it can be too close to be like two. I like to move forward. I like the circle and I like everything but I feel the energy associate when we're going around it gives another energy.

Participant: It's not necessary two and two. That can be a bit much if you're not that...one day you don't feel like being just two and two but [the teacher] does this thing walking around on the beat and then she will do something and we will do it as well. sometimes I've noticed that as if something happens to the energy.

30:07

Participant: I also like moving around but I also like very much when you have some exercise and you have to concentrate to do the right steps. And in the beginning I can't do it and after a while I can do it. So I'm so concentrated on that so I don't feel the presence of the others that much. But of course, when you're dancing around you're smiling to one another and that's nice as well.

Participant: I'm also more aware of my body in the class. I'm more aware of what I'm doing. I'm doing Alexander technique once a week to get better position because I have that...yeah. So then I was more aware of what you're doing because my teacher he told me that some of the movements were perhaps bad for me in some of that Alexander way. And so my husband took a video of me when I was dancing hip hop and my teacher studied that and he said, that and that and that don't do that. It is this movement with the neck. And so I don't do that anymore but it's one hour being aware of my whole position of the body and so it's good. And so I try to change my ...

32:08

Robin: Speaking of specific movements, I noticed one of the things that I wrote in my notes... [the teacher] asks you to do these big, bold movements and I wonder how that feels because when I was writing about it particularly as women we don't take up that kind of space. So how does that feel or does it have some emotional resonance or quality that comes out when you do it?

32:51

Participant: I like that a lot for instance that move when we do this and then we do it harder. It was so hard for me in the beginning but now I can do it and I can feel the difference. So I like doing those masculine movements. I think that's nice. I like it.

33:11

Participant: Actually, I think it's part of the energy. She's not accepting that it's not...give me more arms or something and then you will give a bit more.

Participant: More energy more energy she says.

Participant: Because what I find interesting. It's not so bad but actually I find the music awful and that's part of why I thought hip hop...never never. It's not the music actually, perhaps the

beat and so on. I would never listen to music like that. Only this class one hour a week. Of course there's a beat and the energy.

34:08

Participant: I had never listened to that music.

Participant: It's something else. She encouraged us to make these big movements and more...and you had a bad shoulder and she says "give me some arms" and ok. I'll give you some arms. And it's part of the rising energy. To me it is. And I think it's really...she has an understanding that is, yeah, she knows what she's doing and it's not just let's have a party but behind I'm sure that she's quite clear of why, conscious of why are we doing this and when we're turning around and it's good for us. And those arms...so in a way it's where it all comes together and makes sense.

35:30

KM: I'm curious cause you said you have something with your shoulder or you have some limitation for your body so do you feel like even though you feel like, this is my boundary, this is where it hurts, do you pass that? Even if [the teacher] says more energy?

Participant: No. Now it's better. Also when she says stand with your feet apart I have to make it narrow.

Participant: It's always within...what the body tells, the limits of the body.

Participant: What I like most about [the teacher] 's way of teaching is that she sees us as people who can do more than we even think that we can do. I like that. Because other teachers they're taking too much care of elderly people because with [the teacher] we're doing a lot—more than we thought we could. And I say, oh let's have a break and she said, 5 minutes more and then you have a break. And that's very fine so we do a little more with here and I like that.

Participant: We get our water (agreement).

36:43

Participant: At least when I have told friends and my sister and so on, I have found this hip hop 60+. It crosses in their heads, no it can't be. So it's so far away from what you would expect. yeah.

37:05

Participant: You told me you were to that event where you were dancing and my friend who introduced me to that participated as well and she said, there were so many young people making hip hop and they were all whistling and clapping their hands saying, those people they can do it. And my friend, she's 72 and she said the best thing of it I forget my age when I'm doing the hip hop.

Participant: I connect it to or combine it to a youth culture. So to have the idea that you can do it with this ages...it's really creative and yeah.

Robin: It's been so fun to watch. What I notice when I watch and one of the things I was curious about, do you notice the mood or the atmosphere changes from when you start to the end? Do you feel any shift in the way that it feels in the room?

38:40

Participant: I think when we start we are one and one and one but in the water pause or after we talk more together and maybe just laughing or maybe just...we are more together after the class than when we begin. (vocal agreement and affirmation from the group)

Participant: There comes some positive energy between all of us during the class. So it's not that big difference but it is.

Participant: A bit more lifted or loose after.

Participant: And I feel but I am not a shy person so when she says give a little more moves and shout up, I shout up. And some people don't want to in the beginning but they come little by little but I don't feel that way but it's how you are in your body or in your mind. Sometimes I feel I'm a little too much so I try to

(no, no not too much from the group)

39:59

Robin: And so if you're not so much, if the music itself is not something that you listen to do you feel that the beat is what drives it?

Participant: It would not be the same if [the teacher] shouted out 1-2-3-4. It would not be the same without the music I'm sure.

Participant: I didn't listen so much music and i often think, I like it but give me music I can dance to and then I'm in. I like music with rhythm and of course it is here.

Participant: Because of the beat and the way of the bouncing in your knees, it's also very grounding, really.

Participant: And you feel the ground.

Participant: And that's because of the beat and of the music. It wouldn't be the same if it was, if she was just counting. Really this music, it's very different from the African music, from the drums. You will get down in your body. And [the teacher] actually instructs to, it's not just on the toes or the heels. It's full foot on the ground as well.

Participant: bouncing

Participant: It has this bouncing and then this kind of grounding. A lot of useful elements to me at least.

41:57

Robin: I was wondering about because you mentioned this joy and energy is there any other emotional expression that you notice that comes out?

Participant: Well if I feel in a sad mood in the morning, and i come here I don't have the energy, it's raining a little, and it's not light and so on... I have another feeling when I go back. A little more joyful.

Participant: Irritation I think...anger is too much but irritation, there's something ah you can have it all, put your foot a bit more to the ground. So I guess it's a bit of a channel for

irritation.

Participant: I haven't thought about that maybe I should try that (laughter).

Participant: And because it's just not these small movement, it's not very feminine, and because it is that powerful kind of movement... irritation...

Participant: You can throw away your irritation.

Participant: Yes, exactly.

Robin: Do you have anything else to add (to KM)?

KM: yeah I was just thinking about this being in a group and how does that, is it very important that it's in a group? Is it important to know someone in order to start? What is it that drives you into starting?

44:22

Participant: My life is that way so I'm very much on my own so I just have to take myself here and say..you have to. I don't know that many people here. So it's nice for me to come to a group. I suggested that perhaps we were sitting and having a coffee once a month because as I said before we even don't know all the names even though we have seen one another for one year, two years. So I would like a little more connected. We're not that connected although we are smiling and feeling good in one another's company. But it could be better I think. I should like that.

Participant: My life is that way so I'm very much on my own so I just have to take myself here and say..you have to. I don't know that many people here. So it's nice for me to come to a group. I suggested that perhaps we were sitting and having a coffee once a month because as I said before we even don't know all the names even though we have seen one another for one year, two years. So I would like a little more connected. We're not that connected although we are smiling and feeling good in one another's company. But it could be better I think. I should like that.

45:09

Participant: I come by my own but I just got one of my good friends in and she started last week and she was very excited and so she comes now.

KM: Because of you?

Participant: Yeh.

Participant: There was space for her?

Participant: Yeah. Because Pia I know her name has had a heart attack so she's not coming for some time. So, Britta my girlfriend...

Participant: yeah ok

Participant: To me it is enough that it is dancing. I didn't know anyone else at all. So far it's not far from where I'm living. And then this place, that's also part of it to me. And actually, yeah, Friday is not always the best day because I'm working in the evening and so I wouldn't choose to come here at half nine if there wasn't something special. And besides the group and the dancing itself, this place, Dansekapellet, it's something quite special. (Agreement) When we leave there is yoga in the round room and when we leave they come with babies and there are dancers and it embraces all ages so I think it's really...yeah something quite special Dansekapellet.

47:03

Participant: I hadn't thought about that but I agree totally-

Participant: It's also a kind of connecting to this place to me it is.

(all agreement)

Robin: Thank you all so much.

Bilag: 8: Semistruktureret interview med underviser – mandagshold

Transskribering af interview:

Interviewer: Karen Marie Andersen

Informant: underviser 60+ hiphop mandag

Tidspunkt: d. 17. februar 2020 kl 09-10

KM: Karen Marie

IN: informant

Alle fyldord og lyttende tilkendegivelser som 'øhm', 'ja', 'okay', 'mhm' og 'nej' er undladt beskrevet i det følgende. Ord eller udsagn som har betydning for konteksten eller forståelsen for det skrevne er skrevet ind.

KM: Jeg siger lige hurtigt sådan overemnerne sådan så du ved, hvor jeg vil have dig hen med spørgsmål, og så tænker jeg at så snakker vi bare sådan lidt løst og fast så det passer nogen lunde til hvornår vi skal derhen af.

IN: Helt sikkert. Ja, selvfølgelig.

KM: Vi kan heller ikke være derinde, kan jeg se igen.

IN: Nej, så vi er nok inde i sal 4 så.

KM: Ja? Ja, okay.

IN: Har du sat den til at optage? Kan jeg lige hurtigt tage en telefon?

KM: Ja, det kan du godt.

[... IN tager en telefon, mens KM stopper optageren...]

KM: Nej, men overordnet set så har jeg lavet sådan en der hedder 'introduktion', så du bare lige siger alt det der basic, som kan være fedt for mig at vide. Og så har jeg en som hedder 'dig som danser', som din helt personlige. Og så en der hedder 'dig som underviser' og det er også sådan lidt mere bredt, og så går vi sådan mere ind i det som hedder 'underviser af 60+ hiphop', som er det her. Og slutter af med bare sådan i forhold til Dansekapellet, hvad det er for et sted.

IN: Fedt. Helt sikkert.

KM: Ja, det er sådan de overordnede jeg har tænkt på, at det ville være fedt at høre noget om. Men det første er jo noget i forhold til bare dig, sådan introduktion af hvem du er, hvor gammel du er, hvor bor du, hvad laver du til daglig og sådan.

IN: All right. Jamen jeg hedder [...] og jeg er 28 år. Jeg har ligesom alle andre mennesker taget en gymnasial uddannelse, efter folkeskolen, og ude og rejse tre en halv måned i Australien. Og så tog jeg faktisk læreuddannelsen i Aarhus. Så jeg er uddannet lærer, og har en professionsbachelor som lærer, underviser. Og jeg har undervist, eller jeg er uddannet lærer i idræt og i geografi og hvad hedder det, i samfundsfag. Og har udskolingen. Og så blev jeg færdig med det, og så kunne jeg bare mærke, jeg har altid været sindssyg glad for at danse og ville altid gerne prøve at udforske det. Og så så jeg en annonce til en danseuddannelse, og jeg tror det var også sådan, jeg ved ikke om det var panik alla da jeg var 25, men jeg var sådan "Ej, skal jeg være lærer resten af mit liv og hvad med det der dans", det har jeg altid gerne ville gå med, men chancen har aldrig rigtig været der. Og så søgte jeg ind, og jeg regnede overhovedet ikke med at jeg ville komme ind, og så fik jeg svar to uger efter at jeg var kommet ind, og blev optaget, og så så jeg det bare som en mulighed for, at det skulle jeg bare gå efter mit mål. Så jeg vendte mit liv ret meget om, kan man sige sådan, og så tog jeg en danseuddannelse her i København, på et år. Og dansede hver dag fra 9 til 3. Ja og nu der arbejde jeg på en café, noget helt andet. Jeg er supervisor på en café nede ved det Kongelige Bibliotek. Og så al min tid, når jeg ikke er der, bruger jeg på dans. Jeg underviser forskellige steder her i København, på forskellige skoler, blandt andet dansekapellet, så underviser jeg på Hot Stepper, hvor jeg har taget min uddannelse, som er et sådan meget vigtigt sted for mig, det er Dansekapellet også, men Hot Stepper er der jeg startede. Så underviser jeg ude i Rødovre på en ungdomsskole, også og udover det så laver jeg workshops og bruger al min tid på dans. Jeg bor i København med tre gutter ude bag Magretheholm, ude på operaen, sådan et lille bofællesskab, ikke et kollektiv men bofællesskab. Og så bruger jeg rigtig meget tid på at rejse også, og selvfølgelig også se min familie. De kommer fra Ærø, så jeg kommer langvejs fra. Jeg er ikke opvokset her i København (griner), det er til gengæld også rigtig fedt. Så nogle gange når jeg tager hjem, så laver jeg workshops og giver tilbage til det samfund, jeg selvfølgelig kommer fra for der er ikke så mange muligheder. Det var der heller ikke da jeg var barn. Så det er sådan helt kortfattet hvad jeg laver, så jeg bruger rigtig meget tid på at arbejde i caféen der, og så laver jeg alle mulige dansejobs ved siden af som meget som jeg nu kan.

KM: Og lige opklarende, det der du sagde med, du sagde du var supervisor eller hvad var det det var, på caféen? Og hvad er det betyder?

IN: Ja. Det vil egentlig bare sige, at når hende der er caféchefen, når hun ikke er der, eller når hun også er der, så hjælper jeg hende, så er jeg hendes højrehånd agtig. Så jeg hjælper med at drive caféen og sørger for at ting bliver bestilt hjem.

KM: Nå, okay. Så det er sådan lidt mere bagved.

IN: Det er lidt mere bagved, og selvfølgelig nogle gange står jeg også nede i caféen, men jeg er faktisk primær mange andre ansvarsopgaver kan man sige. Så, ja, så det er sådan primært det jeg laver, når jeg så ikke er her, ikke. Og der arbejder jeg cirka 37 timer om ugen, udover dans.

KM: Okay, så det er jo hel fuld..

IN: Det er fuldtid, det er fuld tid med caféen og fuld tid med dans, så meget som jeg nu kan, altså så mange timer i døgnet jeg nu kan.

KM: Ja, det er jo også det.

IN: Så det er meget intenst. Jeg har lange dage, altså jeg tager hjemmefra, alt efter min arbejdstid, omkring 7-8, og kommer hjem typisk mellem 10 og 12 hver aften. Så det er selvfølgelig meget anderledes end bare et 8 til 4 job. Også hvad jeg var vant til tidligere, fra min uddannelse. Da jeg tog læreruddannelsen, det var et helt andet liv, for at være helt ærlig.

KM: Og det var da du var 25, eller hvad?

IN: Ja, jeg blev færdig med læreruddannelsen, jeg dimitterede da jeg var 25. Og så tog jeg så Hot Stepper da jeg var 25 til 26, og nu er jeg så 28, så det er to år siden jeg tog den, ja. Så har jeg brugt rigtig meget tid på at oparbejde et netværk her i København, inden for danseverdenen også. For det havde jeg ikke inden jeg startede, så det er også ret fantastisk.

KM: Ja, og det er vel også en ret, kunne jeg forestille mig, ret stor verden, især når det er i København. Det er der mange af tingene samles.

IN: Ja, altså dansemiljøet eller danse, ja de mennesker der er tiltrukket af dans og dyrker dansemiljøet, om det enten er urban eller kommercielt det er meget småt.

KM: Ja, okay. Nå, okay.

IN: Især her i København, i verden er det også småt, men København er det også lille. Men i forhold til andre steder i Danmark, så er det klart, så er København nok lidt større. Men selve, hvad kan man sige, community'et er ikke særlig stort. Mange dansere kender godt hinanden, fordi

det er lidt en niche, og som repræsenterer nogle hvad kan man sige dans, eller det kommer an på hvilke stilarter, men de fleste stilarter repræsenterer jo noget for samfundet, som måske ikke er..

KM: Ja, noget subkultur.

IN: Ja, noget subkultur, ja eller noget der er sådan er en niche. Hvad end du snakker hiphop, vogue, waggin, popping, breaking, ja..

KM: Så er det måske også, ikke at det er nemmere af den grund, men at det måske er mere overskueligt, sådan at, hvem man lige kan hive fat i, snakke med omkring..

IN: Helt sikkert, ja, det fede. Jeg tror det aller fedeste ved danse miljøet, det er at man lære så mange mennesker at kende med så forskellige kulturelle baggrunde, forskellige religioner, forskellig hudfarver, forskellige livsstile, forskellige passioner, altså hvad man har passion inden for, det meget sådan, jeg har aldrig oplevet et miljø, hvor det er så, hvor man virkelig anerkender hinanden også på en fed måde, det er nok det fedeste ved det.

KM: Det lyder også som en fed verden.

IN: Det er det også, ja, det er det også. Jeg synes man møder nogle vilde mennesker på sin vej, og det fede er alle sammen har dansen som passion, man er draget af det og sådan noget, det er ret fedt at kunne dele det med andre.

KM: Ja, ej hvor fedt. Jamen det er jo så lidt, sådan segway over til det andet, i forhold til dig som danser. Det er det egentlig også, synes at det kunne være spændende at høre netop hvad din baggrund er, det har du allerede snakket lidt om, sådan hvor din motivation er for det her med dans og det lyder alligevel som om at du har fulgt nogle tanker omkring det på et tidspunkt, og der var så et tidspunkt hvor du tænkte, nu ville du satse lidt mere på det, det synes jeg også er super spændende, så det tænker jeg også kunne være fedt at få lidt mere med.

IN: Ja, selvfølgelig. Jamen altså jeg, da jeg faktisk tog min gymnasiale uddannelse og så også tog læreuddannelsen der dansede jeg lidt, men det var meget lidt. Jeg tror jeg dansede en gang om ugen sådan fast en gang, og så var det faktisk tit at jeg tog i byen for at få det frirum til at danse, at tage i byen for at danse, sådan var det lidt. Og jeg underviste også i en rigtig tidlig alder, hjemme på Ærø, den gang jeg gik i folkeskole. Jeg tror jeg startede med at undervise da jeg var 16, men der var ikke rigtig nogen andre der dansede på det tidspunkt så jeg var meget selvlært, altså jeg brugte YouTube rigtig meget. Det var sådan mit go to, til at, og jeg vidste ikke så meget om genren og sådan noget, altså jeg har lavet, når jeg tænker tilbage, så har jeg jo simpelthen lavet noget, jeg

har lavet locking, og jeg har lavet popping, men uden at vide helt præcis hvad det var, det er ret sjovt (begge griner). Så har jeg lært nogle af de her trin, basic trin, hvor jeg var sådan "nå", nu når jeg så har fået noget viden omkring dans, så er det sådan meget vildt at tænke på. Men det var fordi der ikke rigtig var noget dengang, hvert fald ikke på Ærø (begge griner). Det var meget dødt, ikke. Ja, men som mig som danser, så startede det der, med at jeg var rigtig selvlært og har altid villet det rigtig meget, har nok også haft noget potentiale for at udvikle mig, ja, og så tror jeg at jeg blev fanget i det der med, man skal også lige have en uddannelse, og man skal også lige, du ved følge det som man nu gerne vil, og jeg har også altid gerne ville være lærer, det har også været en stor passion for mig, men dansen har selvfølgelig også. Så ja, så jeg tror bare jeg nåede til et punkt der, omkring min læreruddannelse, hvor jeg var sådan "ej, jeg vil gerne give det en chance, og gå efter og udvikle min dans og gå efter og prøve at leve lidt mere af det", så jeg gik virkelig all-in på det der år, hvor jeg også udviklede mig ekstremt meget. Altså jeg fik så meget viden gennem, det kan jeg så takke, stor tak for Hot Stepper og Karna og Joel, der har skolen, de har virkelig, det har betydet alt for mig, det er det der har rykket mig. Så hvis ikke jeg havde taget den uddannelse, så sad jeg ikke her. Så man kan sige, der startede jeg med at udvikle mig og få kontakter, netværker her i København i dansemiljøet. Jeg lærte stilarter, jeg lærte en masse dansere at kende, jeg fik undervisning af rigtigt dygtige dansere, det fik man på Hot Stepper, hvis man vælger at tage den. Den tager et år og man er der fra 9 til 3 hver dag, man har alle mulige stilarter, man har ikke bare en, man har alle mulige. Man har hiphop, man har break, man har house, man har locking, man har popping, man har waggin, man har vouge, alle mulige mindre niche stilarter, hvor man får gæstelærere fra hele verden. Både inde for den kommercielle verden, men også den urban verden, mere undergrundsverden, ikke? Så det er rigtig fedt.

KM: Og hvor meget af det, meget af det er vel allerede drejet ind på at man selv lære, men man lærer vel også at lære fra sig, eller hvad?

IN: Ja. Man har både teoritimer, hvor man træner det mentale, hvordan man kan blive bedre professioneldanser, hvordan man skal agere, også efter uddannelsen, hvordan man skal lære at sætte sine mål, til at nå de mål man nu end har. Man bliver trænet fysisk, vi har selvfølgelig fysisk træning udover de der timer. Så lærer man også at undervise, man får nogle gange hvor man kan træne det der med at undervise, hvis det er man har lyst til at blive underviser i dans. Ja, så man har, det er ligesom en, det er jo en uddannelse. Den er så også egen betalt.

KM: Ja, det skulle jeg også høre om.

IN: Ja, det er egen betalt. Ja, så der er man jo bare 24/7. Ja, og så tog jeg jo som sagt uddannelsen og så blev rigtig hooked på det, og var egentlig målet at jeg gerne, og målet er vel stadigvæk, og det er det helt sikkert, at leve hundrede procent af det. Det der tit er en udfordring for dansere, det er at det er rigtig underbetalt, hvad enten det er kommercielle eller undergrundsverdenen. Det er rigtig svært. Ja, så derfor har jeg jo så også det der cafejob ved siden af. Der var lige en periode hvor jeg levede faktisk kun af dans, hvor jeg også var meget tilknyttet kapellet og var ude på folkeskoler og undervise i idrætstimer, danse delen. Fordi man som, og det ved jeg jo når jeg selv er uddannet idrætslærer, det kan man se sådan helt rent på statistik, som mange idrætslærer har sværest ved og især de mandlige. Så der har jeg været sendt ud her fra kapellet en årgang hvor jeg gjorde, og det var super fedt.

KM: Og det er du også meget kompetent til, kan man sige.

IN: Det er det, det er super fedt at det ligger op til min profil i forhold til også at lære, det er det fede ved at kombinere det. Og det var jeg også rigtig glad for, det der var lidt sværere i den periode, hvor jeg så levede af det, var at min indkomst var meget svingende, og sådan som freelancer, og det skal man også lige sådan, ja. Jeg havde lånt nogle penge af min far til uddannelse, som jeg så skulle betale tilbage, så det var, der var lige en årgang hvor jeg gjorde det, og så kunne jeg mærke at det blev for ustabil for mig, så nu gør jeg så det andet her. Men i år har jeg lidt flere hold, end sidste år, så det er også rigtig fedt.

KM: Og det er så både her, og..?

IN: Her, på Hot Stepper, har jeg fået et hold, og så Rødovre. Og jeg var faktisk så privilegeret, at jeg sagde nej til to andre steder i år, til undervisning. Fordi jeg også gerne ville have tid til egen træning, hvilket jeg også godt kan mærke at, for mig er det sådan en vigtig del at du som danser, har en balancegang mellem at undervise og træne selv. Fordi du, for mig vil jeg gerne, jeg har en masse mål jeg stadig gerne vil nå. Jeg vil gerne udvikle mig selv. Hvis jeg kun underviser, så er det også svært at give, altså jeg skal også have noget inspiration, og jeg vil også gerne selv, hvad kan man sige, presse mig selv og nå mine mål. Så derfor er det også vigtigt at jeg sætter tid af til mig selv til træning sammen med andre. Så det er lidt det, som jeg praktiserer lige nu, som danser at jeg er underviser, og så bruger jeg meget tid på egen træning. Specielt inden for freestyle og inden for stilarterne hiphop og house. Det var sådan en stor struggle for mig, under uddannelsen, faktisk

først indtil til sidst at jeg fandt ud af hvilke stilarter jeg gerne ville dykke ned. Fordi jeg ville rigtig gerne det hele (griner). Og det er selvfølgelig også fedt som danser, man skal bare gøre alle mulige forskellige ting, men for mig giver det også rigtig god mening at fokusere på enkelte stilarter, så man kan udvikle sig inden for. Så mit hovedfokus er helt sikkert inde for hiphop og house. Det har jeg sådan fundet frem til, at det er det jeg virkelig gerne vil udvikle mig inde for. Og så især inde for urbandelen, altså det her med freestyling, inden for de to stilarter.

KM: Og det er så også det du så primært underviser i, eller hvad?

IN: Det er det, ja. Nogle gange, ude i Rødovre, hvor jeg har mit ungdomshold, der underviser jeg dancehall basic. Sådan meget, ikke på højt niveau. Fordi det er jeg slet ikke egnet nok til, det er der andre der skal få lov til at praktisere. Men jeg har selvfølgelig fået lært af nogle på uddannelsen også, og taget workshops. Så på den måde kan jeg godt undervise dancehall. Basic, meget basic.

KM: Og det er så et krav fra dem, at de gerne vil have det, eller er det noget som du har kommet med som en palette, eller? At du ville kunne undervise i for eksempel dancehall.

IN: Ja, man kan sige igennem uddannelsen, og at jeg har taget, fået undervisning gennem uddannelsen af nogle dygtige dancehall lærere, så kan man sige, så er det ok for mig at træne basic. Der er altid sådan lidt, også lidt politik inde over, og det giver egentlig også meget god mening for mig. Altså det er klart, hvis jeg gik ud og varetog et avanceret dancehall klasse så ville det være forkert, fordi jeg har ikke kompetencerne til det. Så det ville være at være ligeglad med dancehall kulturen, og de mennesker som rent faktisk ved rigtig meget om det, og som hvad kan man sige, som træner hver dag og som gerne vil undervise, og er mere kompetente end mig. Så føler jeg også at det er mit ansvar ikke at tage deres jobs, kan man sige. Og jeg værdsætter også stort, jeg værdsætter meget at man som underviser har styr på, ligeså meget den kulturelle og den, altså kulturen bag hiphop, eller house eller hvad. Hvis nu det er popping, eller locking at man ved noget om det. At man har sat sig ind i det, at man er interesseret i stilartern. At man ikke bare putter et label på sig selv, om at nu er jeg hiphoplærer, men man laver rent faktisk ikke hiphop trin, eller man er ikke interesseret i kulturen, og man ved ikke noget om kulturen. Jeg synes det er rigtig vigtigt, fordi man har et ansvar som underviser for at... Det er jo en afroamerikansk kultur, blandt andet hiphop ikke? Så derfor synes jeg også at det er vigtigt at man ved det og at kan lære det fra sig, og det er jo også noget af det som workshops eller har blevet undervist af andre lærere, det er også noget af det de prøver at give videre. Så det synes jeg også er rigtig vigtigt. Ja.

KM: Fedt. Men det kører jo også næsten lidt ind i det næste, for det er så dig som underviser. Og det tænker jeg at det kunne være fedt lige at høre, det siger du selv, du begynder at undervise da du var meget ung, men også, ja du har også fortalt hvilke hold du underviser, og det her med sådan hvad der er vigtigt for dig, som underviser, og det er du begyndt at snakke lidt mere om, men sådan at.. ja.

IN: Ja, helt sikkert. Altså jeg kan jo også starte med at sige, at da jeg startede med at undervise der var jeg jo slet ikke klar. Det var egentlig, altså jeg vil ikke sige forkert, for der var selvfølgelig ikke andre, men med den viden jeg har i dag, i forhold til det kulturelle men også danse-mæssigt, så er det klart så er jeg er det klart så er jeg et helt andet sted end jeg var dengang. Der var bare ikke så mange andre der kunne og fortalte mig det, men hvis jeg skulle spole tilbage, så ville det da have været endnu federe og endnu bedre, hvis det havde været en der underviste der vidste noget om hiphop og. Jeg tror også dengang at mit hold hed "Dancemix", så det var ikke fordi der var et label på det heller, men..

KM: Og hvem var det så du underviste dengang?

IN: Der underviste jeg, jamen faktisk (ler), det var lidt specielt, jeg gik selv i ottende klasse, på en ungdoms, altså på, det var i folkeskolen, men det var så en ungdomsklub. Og så havde jeg gået der et år, fra syvende til ottende, og så spurgte de mig om jeg ikke ville overtage holdet for hende der stoppede. Hun skulle videre og så var jeg ret kompetent, så jeg startede holdet sammen med hendes lillesøster, så jeg underviste faktisk i ottende klasse for mine egne venner og folk der var ældre end mig der gik i tiende og niende klasse. Hvilket var ret specielt men de var rigtig søde. Og meget ja, ja de troede rigtig meget på mig, det var rigtig fedt. Så jeg havde stor opbakning, så på den måde var det også let for mig. Men også specielt at skulle undervise og få løn ved nogen, altså at skulle arbejde sammen med nogen af mine lærere (griner), som underviste i ungdomsskolen, men til samme løn, mit var bare dans. Så det var hurtigt at jeg udviklede det faktisk. Ja, men altså mig som underviser. Med tiden, ja så har jeg jo virkelig, jeg værdsætter virkelig at man har styr på, hvad kan man sige, på den stilart man varetager og jeg går, jeg synes det er fedt at vide noget om kulturen også og komme ud og rejse med det. Men udover det så skal, synes jeg det er ret vigtig at man husker at man jo danser fordi det gør en glad. Og for mig er det rigtig vigtigt når jeg har mine hold, at de har det godt. Og de er glade, de føler de får noget ud af det. Og at jeg kan give den passion jeg har for det, videre til dem. At det bare kan smitte lidt af, at jeg kan give noget af alt det

jeg synes er fedt. Det synes jeg er det fedeste som underviser, og det er uanset om jeg underviser i dans eller, nu praktisere jeg så ikke at være skolelære, men hvis jeg på et tidspunkt skal ud og praktisere det, så synes jeg at det aller vigtigste når man er skolelærer, det er at du kan, at eleverne kan mærke at du har et drive for det du laver, og at du ja, at du virkelig videregiver din passion, fordi jeg tror at det er det der smitter af på dem, på om folk kan lide at have dig som underviser. Og selvfølgelig relationerne, gå op i de elever du har, og sørg for at de har det godt når de tager dine timer eller din undervisning. Og du sørger for at dedikere dig til det. Ja, så helt klart også relationen. Det er rigtig vigtigt, synes jeg. Ja, det er noget af det jeg værdsætter aller mest som underviser. Ja.

KM: Ja, fedt. Så tænker jeg egentlig, så kan vi godt hoppe videre til, altså kigge lidt mere på det der med selve det her hold du har her, altså på Dansekapellet, med 60+, sådan. Jeg ved jo nogle ting, men det kunne være fedt lige at få din side af det, sådan helt basic, hvad er det for et hold, hvad, hvornår startede det, hvad er din relation til det, hvad er din indgang og ja.. fortæl lidt om det.

IN: Ja, helt sikkert. Jamen det startede to år siden, nærmest lige efter jeg var færdig med HotStepper uddannelsen. Så kendte jeg lidt til kapellet, ikke så meget, men jeg synes det var et rigtig fedt hus. Jeg havde været her til mange workshops, og battles. Det er jo også noget af det jeg praktisere rigtig meget, det at battles og freestyle, som vi snakkede om tidligere. Det er ligesom det jeg synes er rigtig fedt. Og komme til de her events, de her urbanevents. Så jeg søgte her inde på kapellet, og lagde et CV ind og sagde 'hey, jeg er danser og jeg kunne godt tænke mig at undervise', og fortalte også at jeg var uddannet lærer. Så kontaktede kapellet mig i forhold til at komme ud på de her skoler i første omgang. Fordi det passede meget til min profil, og så var der faktisk etableret et danse, ja et hiphop 60+ hold allerede dengang, det havde kørt i tre år, tror jeg, fast med [underviseren] om fredagen. Og så kunne de se at der var stort potentiale, og folk var interesserede og jeg tror de havde fyldt hold, så de ville gerne prøve og se om det kunne gå med et andet hold, et til hold. Og så spurgte de mig om jeg kunne tænke mig at have det. Og jeg kunne huske da jeg fik beskeden, at jeg lige i starten der gik lige en time hvor jeg lige skulle 'hm, det har jeg alligevel ikke prøvet før', det var meget nyt på den måde, det var en helt anden aldersgruppe. Men for mig igen det der med danseglæden, det der med at kunne give videre, så tænkte jeg 'okay, så lad mig tage det som en udfordring', man kan sige, det er jo kun til at starte med for en vis periode, og så kan man forlænge sin kontrakt. Så jeg var sådan 'okay, lad det komme an på en

prøve', hvorfor skal jeg ikke prøve det, men var også ret spændt på hvordan udfaldet ville blive, fordi det var en aldersgruppe jeg ikke havde arbejdet med før. Og jeg var ny, og kunne de lide mig, kunne de lide den måde jeg underviste på. Fordi jeg jo er meget, jeg prøver på så godt jeg kan at være autentisk som overhovedet muligt med hiphop'en, og det er vigtigt for mig at, igen, det med kulturen, og det her med at jeg jo er i miljøet og kommer til de her events, og battles, så er det nok lidt anderledes i forhold til [underviseren] for eksempel, og min baggrund er lidt anderledes. Så det var jeg jo selvfølgelig lidt spændt på, hvordan det nu blev modtaget. Så jeg sagde ja, og så startede vi op for to år siden, ja og jeg startede med at have to på mit hold, i en lang periode faktisk, hvilket var sindssygt hård som underviser. Fordi så skal du virkelig give dig selv, jeg skal også give mig selv nu, men alt den energi du putter i den, når der er to der står, så kan det godt være hårdt ikke, så at skulle modtage den tilbage. Men man kan sige, jeg holdt ved og blev ved med at køre den måde jeg ønskede at undervise på. Jeg vidste godt at den var anderledes end [underviseren] s, men for mig igen, så er det rigtig vigtigt at man ikke ændre sin undervisningsmetode bare fordi man gerne vil have flere elever. Håber det giver mening.

KM: Ja, men det gør det.

IN: Hvis man har en vis, det her det er mig, det her det er den måde, det er det jeg godt kan lide, så er det det man skal køre med, synes jeg. For igen, det er rigtig vigtigt, personligt, synes jeg. Så det holdt selvfølgelig ved, og så stille og roligt, kom der flere til, og de synes faktisk, tilbagemeldingen på min undervisning var, at de synes det var fedt at det var så varieret og jeg var meget, de følte at jeg var meget tro til hiphop'en. De kunne mærke, at den sang, det musik og sange jeg brugte var hiphop. Og var undergrund, og de kunne rigtig godt lide når jeg elskede at komme og sige 'årh, nu har jeg været til battle i det her', og jeg har selvfølgelig også vist dem nogle klip og sådan nogle forskellige ting, så ja, så nu har det kørt i sådan to år og nu er jeg oppe på 17 eller sådan noget, 17-18 på holdet når vi alle sammen er der. Og de virker til at være rigtig glade for mig, det er hvert fald tilbagemeldingerne jeg får, så det er super fedt. Jeg vil sige at jeg har fået rigtig meget livsbekræftigelse af at have dem, jeg synes det er faktisk et af mine yndlingshold for at være helt ærlig, det er det blevet. Det har jo givet rigtig god pote. Jeg synes det er rigtig fedt, fordi at de har et super fedt drive, dem der kommer. Og de vil det gerne, altså det er jo voksne mennesker der faktisk synes det er rigtig fedt at gå til hiphop, fordi det er lidt anderledes. Og fordi det igen repræsenterer en helt anden kultur, og også anderledes. De er jo

ikke vokset op med hiphoppen. Men de kan godt lide musikken, og de synes det er spændende at høre om. Jeg holdt et oplæg her inden jul, omkring hiphopkulturen, omkring forskellige elementer i hiphoppen og gav dem navne. Fortalte dem sådan et historisk oplæg, så de havde styr på hvad det er for en stilart de repræsenterer.

KM: Ja, okay.

IN: Fordi igen det er en afroamerikansk stil, og de skal vide hvad det er de går til, så når folk siger at de går til hiphop, så kan de sige lidt mere end bare 'jamen jeg danser hver gang, hver mandag. Altså de kan give lidt flere ord på, så de forstår det de går til, kan man sige. Så holdet har virkelig udviklet sig siden jeg startede, og har mange af de faste. De kommer trofast alle sammen, det er ret fedt. Det er også, tror jeg, kendetegnet ved den ældre generation, at de kommer fast ikke, og de klar. De klar til at give den gas. Og super fedt når jeg kaster nogle bolde ud i luften, så siger jeg 'ej, men der er den her Netflix-serie, der handler om hiphop. Den hedder 'Hiphop revolution', den kan man også tjekke ud på Netflix nu her. Så siger jeg det i et forum, og så er der nogen der sådan skriver dagen efter, jeg fik en sms hvor der stod 'hey, jeg er begyndt at se den her serie med grand master Flash, som er DJ. Altså så er det så fedt, ikke. Så bliver man bare sådan 'ah! Hvor er det vildt'. (KM griner). Altså ikke at jeg forventer at de gør det, men der er muligheden og så er det er så fedt nogle griber den. Altså jeg synes virkelig at de viser at det viser, at man er dedikeret til det.

KM: Ja, præcis. Også igen det du snakkede om at det kan smitte, det du selv kommer til, med til undervisningen. Hvad du giver, det så også rent faktisk kommer måske igennem, trænger lidt igennem.

IN: Ja, helt sikkert. Ja, men det kan jeg mærke at det gør. Og er meget interesseret, nu hvis der er et eller andet event. Vi har snakket om at de gerne vil med ud og se mig battle, eller komme til en battle, for ligesom at opleve kulturen, urbankulturen. Og jeg synes at det kunne være så fedt, hvis de bare var en lille gruppe, hvis de kunne tage af sted som en udflugt. Det er det næste mål for dem, og jeg synes at det er så fedt at de selv tager initiativ til det. Det er virkelig fedt. Altså det ser, det ser jeg ikke på samme måde med unge mennesker, jo på nogle, men faktisk er de her rigtig sådan, det er rigtig fedt med de ældre, at de sådan, at de går all in. Det er så sejt.

KM: Ja. Ej, hvor sjovt.

IN: Ja, og vi var også så heldige at sidste år, der gav Karen og Joel, som har HotStepper, hvor jeg tog min uddannelse, de har sådan et afslutningsshow hver gang sidst på året, hvor at alle

aftenhold, hvor i dagtimerne er der skole og uddannelse, som jeg har taget, og om aftenen er der klasser ligesom her på Kapellet, hvor der er åbent for alle, og så er der forskellige undervisere der underviser, hvor jeg så også underviser i hiphop, ikke? Hver onsdag. Så der har vi sådan et afslutningsshow i maj, hvor der nogle gange kommer nogle gæstehold og optræder, og det jo så for sådan 5-600 mennesker. Så der tog Karen fat i mig og var sådan 'tror du ikke det der 60+ hold har lyst til at optræde?', og der var jeg sådan 'puha! Jo, jeg vil gerne spørge dem'. Det kunne være en vild oplevelse for dem, og også for at repræsentere hiphoppen bredt. Altså netop for at vise folk at bare fordi du er 60+, så er det altså ikke ensbetydende med at du ikke kan danse hiphop, fordi hiphop er for alle. Hiphop handler om, hvad skal man sige, respekt og kærlighed, og sammenhold og kunne få lov til at udtrykke sig, så det var så fedt. Så de fik muligheden og der var faktisk 6 af dem, der var klar til at optræde. Så de optrådte på en kæmpe scene, foran mange mennesker med en koreografi jeg havde lavet, hvor vi fik sponsoreret nogle T-shirts af HotStepper, det var så fedt. Og så samtidig havde de også et afslutningsevent på Kapellet, hvor at [underviseren] vist havde koreograferet året inden, og sidste år fik vi så, mandagsholdet, lov til at vise, så det var så fedt. Så var det så den samme koreografi vi brugte, ikke? Men der var også et par stykker der var klar på at optræde. Og de fik et kæmpe sammenhold af at tage afsted, så det så fedt at det har udviklet sig. Og jeg ved også holdet har, mit mandagshold ses, de har aftalt, det er ikke noget jeg har været inde over, men de har simpelthen valgt at, jeg tror det er den første mandag i måneden, at samles her efter hiphop og drikke kaffe og kage og snakke. Og det er så fedt. Altså det er igen, det viser hvor meget sammenhold de har og at de hygger sig omkring det. Og at de også altså det er noget der betyder noget for dem, det er rigtig fedt at følge som underviser, det synes jeg.

KM: Ja, præcis. Hold da op. Hvis man sådan, hvis vi skal nå at snakke, fordi jeg kunne godt lige tænke mig at høre, vi skal både nå omkring, du har også snakket lidt om Dansekapellet, men især og sådan omkring stemningen der er på holdet. Det er noget af det jeg også synes der er, der er sådan et eller andet, når man træder ind og det du selv netop også fortæller at du kommer med, men at det bliver sådan lidt kastet rundt, at der er sådan noget i rummet, som får lov til at vokse også. Det er min oplevelse af at have været der, nu en gang, men altså, det ville jeg gerne høre lidt mere om hvad du tænker der er, af både stemning men også humør, hvordan du har det før og

hvordan du har det under og hvordan du så har det efter, og om der et skift i hvordan du så kan have det, både personligt men også oplever det i gruppen og sådan.

IN: Ja. Det er klart at som underviser, så har du altid dage (griner), hvor du er mere træt eller oplagt, men som underviser, så ved man også at hvis du for eksempel er træt, ligeså snart du træder ind i dit undervisningslokale så har du en anden hat på. Og så får du alt den energi du overhovedet skal bruge, så nogle gange kan du godt gå ind med 50% energi men når du er færdig, har du 100% altid. De kommer altid med god energi, jeg synes altid der er god energi når de kommer til time, og tit og ofte efter timen har du rykket den til 200, altså virkelig. Det er ret fedt. Og jeg tror også at det kommer af at vi laver lidt forskellige ting, forskellige øvelser og opgaver, og at det ikke er det samme hele tiden. Vi har den her cirkel, som vi praktiserer rigtig meget, som jeg er blevet inspireret fra fra [underviseren], som jeg kunne se at hun havde implementeret på hendes hold, som virker super godt. Så den har jeg faktisk, ikke stjålet fra [underviseren], men taget til mig, fordi jeg kunne se at det virkede. Så cirklen ikke, starter næsten altså vi i, og praktiserer den også meget, men jeg lægger også andre øvelser ind, det så du også sidste gang. Fordi at, at stå i den cirkel i en time, det altså det kan man godt nogle gange gøre, det har vi gjort enkelte gange, men jeg kan godt lide at ligge forskellige ting ind også. Deres energi er altid god, deres stemning er altid god, der er aldrig nogen der er kommet, er mødt op været sådan 'ej, hvor jeg ikke gider', altså det er slet ikke den mentalitet de har og det er så fedt. De er der for at give den fuld gas. Det er klart nogle dage kan man godt mærke at de måske, ligesom mig, har 'off' dag, hvor man måske er lidt mere træt. Men indtil vi kommer i gang, så, når vi er i gang, eller når timen er færdig, så har alle bare fået det maksimale ud af det. Vi er også begyndt, jeg er begyndt at implementere styrketræning en gang om måneden også, hvor vi, og jeg ved godt styrketræning ikke nødvendigvis sådan lige det man forbinder med hiphop men som danser, uanset hvilken alder du er, så er det altså vigtigt at man har fysikken med sig. Så jeg prøver også at presse dem på en god måde, i forhold til deres fysik, og deres motorik selvfølgelig også, men ja, så vi laver styrketræning sådan en gang om måneden hvor jeg lige bruger sådan 20 minutter, halv time på at vi laver sådan en cirkel-træning, hvor de rigtig kan presse hinanden og lave nogle øvelser inden for styrketræning. Så ja, stemingen der, den er altid god, ja. Også på de dage hvor man måske er lidt træt, lidt udkørt, hvad enten det er mig eller dem, men så får vi ligesom i samlet flok løftet stemingen. Så når jeg er færdig med at undervise herfra, så bliver jeg altid mindet om hvorfor det

er at jeg er underviser i dans. Og det er det aller fedeste. Det er den fedeste følelse du kan få. Fordi så ved jeg også at de højst sandsynlig også har synes forhåbentligt at det har været en fed time, det er hvert fald min opfattelse af når vi er færdige. At de er super glade for..

KM: Ja, og at de kommer igen.

IN: Ja, at de kommer jo igen, ikke? Der kommer så også flere til, eller der er kommet flere til, så det er jo også et godt tegn. Det kan man sige. Så det er ret fedt, hvad kan man sige, energien er bare altid god. Og jeg tror også det er noget med at jeg, det har jeg selvfølgelig også haft en snak med dem om, men det der med at man anerkender selv om de er 60+ at de kan altså rigtig meget. Og det er okay at man også presser dem, de vil faktisk gerne presses. Jeg ved at de på et tidspunkt, de har haft en vikar for mig, hvor de har været mere forsigtige, og det er man nok lidt tilbøjelige til, for man tænker jo at de er 60+ og kan de nu det samme, og det er der rigtig mange der spørger mig om, men hvor jeg egentlig bare siger 'jamen, de kan det samme, de vil gerne presses', så nogen gange har de faktisk synes det næsten har været lidt for kedeligt, hvis folk ikke har sådan, de kan godt lide hvis man sådan, de vil gerne ikke? De giver sig fuldt ud. Så ja, så ja jeg føler faktisk at stemningen den er ret unik, det er den i forhold til deres alder. Og den energi vi sådan putter i det, og at de har fået det her sammenhold, af sådan en fast trup der virkelig hygges sig. Så ja, jeg bliver altid mindet om, at det er fedt at undervise når jeg har haft dem, og at dans gør bare så meget, altså dans har ligeså meget noget at gøre med glæde, med at få lov til at udtrykke sig med at have et frirum, og jeg synes virkelig at hiphoppens budskaber kommer frem, når jeg har dem også. Og det er rigtig fedt, det er nemlig det er sammenhold, det er kærlighed, det er respekt, det er ydmyghed, det er alle de ting som hiphoppen repræsenterer. Det, og det får, og det bliver på en eller anden måde også smittet af på dem. Så for mig der får de det rigtige indblik i, hvad hiphop er. Fordi det nogle gange godt kan blive kommunikeret forkert ud, gennem sociale medier.

KM: Ja men det er jo også det. Ja, men jeg har også godt tænkt på, om der var nogle udfordringer omkring hvad de måske var kommet og tænkt, er der er måske en barriere fra at tænke 60+ hiphop (anstrengt lyd).

IN: Ja, jeg tror også mange er skeptiske. Og det er jo det fede ved at de så er kommet ikke? Og har taget det skridt, og været sådan 'okay, nu, det kan godt være man har en idé omkring hvad hiphop er, fordi man er en anden generation og man ikke er vokset op med det, men nu kommer jeg og så ser jeg lige hvad det der hiphop er'. Det er det mange siger, og så finder de ud af hvad det er og så

synes de bare at det er super fedt. Så det er jo rigtig fedt at kunne være med til at kunne påvirke det i en positiv retning og faktisk give dem det der autentiske hiphophold og give dem noget rigtig hiphop. Eller rigtig hiphop, men i hvert fald være tro mod kulturen og de kan få det der 'ej, hiphop er fedt'. Fordi hiphop er for alle, det vil det altid være, så på den måde synes jeg også at det her viser, at hiphop er for alle aldre, kulturer, baggrunde og religioner, hudfarver. Du kommer som du er, ikke? Det er jo så fedt.

KM: Det er jo også, altså jeg tænker, det er jo også, sagt lidt bredt, og det er jo også min egen forforståelse og min egen sådan hvad jeg har af ide omkring hiphop, men at man umiddelbart tænker at det hører til lidt yngre, altså sådan at det der med, at der på en eller anden måde en skillelinje, sådan et eller andet sted, hvor man tænker 'så, nu kan du ikke danse hiphop mere', eller 'det passer ikke til det udtryk det nu engang har' eller sådan.

IN: Ja, lige præcis. Nej, så kan man ikke det mere. Og det er jo netop det der med at gøre lidt op med, jamen hiphop er for alle. Det er for alle aldre. Altså jeg ville da elske hvis jeg havde en mormor, der sagde at hun gik til hiphop. Altså, hvor sejt er det ikke lige? Ja, altså det er meget livsbekræftende. Fordi man netop træder ud af de der bokse, som samfundet eller andre har skabt om at det her kan du ikke og sådan og sådan, for nu er du sådan og sådan. Men 'nej, jeg er 60, eller jeg er 72 men jeg går altså til hiphop'. Og 'jeg synes det er en super fed dansestil og jeg kan godt lide alt det kulturelle ved det også'. Så det er super fedt. Jeg kan også huske da de optrådte, at man ligesom lige sådan skulle have de store T-shirts på og de store caps, og sådan sneakers, sneaks på og sådan noget. Og det var så fedt at nogle af dem var nede i genbrugen selv og finde T-shirts og nye sko, snicks, at optræde med. Og de får også lidt, og nu er det selvfølgelig sat meget på spidsen fordi hiphop (griner) er ikke kun baggy pants og store T-shirts, men det er en del af det, ligesom graffiti, DJ og MC er det. Så jeg kan godt lide at de bliver påvirket lidt i den retning.

KM: Og så er det jo bare et tegn på at de tager det ind sådan inkorporerer det i det, som det jo ligesom er, og accepterer den kultur og at det er en del af det, så jeg vil også gerne embrace, jeg vil også gerne tage det hele til mig.

IN: Ja, præcis. Man kan sige, dem som virkelig lever efter hiphopkulturen, det er jo en livsstil. Sådan er det jo også lidt for mig selv, ikke? Det er jo ikke bare en dansestil, det er jo en hel livsstil. At man kan lide alt det der omkring hiphoppen, ikke? Så det er super fedt at se det der, det giver mig så meget som underviser, altså det giver lyst til at give dem endnu mere, og give mere af mig

selv, når jeg ser hvor godt de tager imod det og er meget åbne og sådan 'ej, ja'. Okay, og sådan de er meget friske på det, og kommer og siger 'ej, prøv lige, jeg har lige købt de her nye Nike nede fra genbrugen, hvad synes du om dem? Er de ikke ret (..)'. Sådan jeg havde også lige en der skrev til mig i går, at hun havde købt nogle billetter til et bestemt hiphopshow, 'ej, prøv lige at hør dem her jeg har købt billet til', hvor jeg kan mærke at de kommer tilbage sådan med en interesse eller spørger ind til 'jamen, hvad med det her', og sådan det er super fedt. Altså det er for mig, det er guld værd. Ja, det er det. Det er fedt som underviser sådan, så vil man jo gerne give noget mere.

KM: Ja, det er jo det. Ej, hvor fedt.

IN: Ja, det er så fedt.

KM: Men tror du der er, når sådan, nu begynder jeg lige så stille at runde af, så det passer med tiden.

IN: Ja, selvfølgelig.

KM: Tror du at, altså det lyder bare som om at det også kunne være en bestemt type, eller det er et eller andet med den der gruppe der alligevel vælger at sige 'det er lige meget med at jeg 72' eller sådan 'jeg vil stadig gerne det her'. Tror du at det er sådan en bestemt type?

IN: At man skal være en bestemt type personlighed, eller hvad?

KM: Ja, eller sådan at det er nemlig dem, som går lidt imod eller er lige glad med den der kulturelle i at det stritter imod noget, en tendens eller en norm eller sådan.

IN: Det er et godt spørgsmål. Jeg, det ved jeg faktisk ikke helt om der nødvendigvis er en bestemt type af de folk som kommer der. Jeg tror at nogen er, måske af personlighed, nogle der altid har rykket nogle grænser og har været dem som har måske været sådan 'okay, nu går jeg imod noget af dem som ikke ligger til højrebenet', eller 'nu prøver jeg noget helt andet som ingen andre gør'.

KM: Ja, det er det.

IN: Det kan man jo selv sige, at det har jeg selv gjort ved at leve en bestemt livsstil. Man lærer altid noget og så lige pludseligt tage en helt anden drejning. Så det er der jo helt sikkert nok nogle der gør, men jeg tror også der er mange der kommer fordi de gerne vil, hvad kan man sige, bare vil have motion. Og prøve noget anderledes end bare, det ved jeg ikke, yoga eller gymnastik eller pilates eller hvad der nu ellers er i deres udvalg. Og så tænker de 'det her, jamen det lyder da, lad mig prøve det'. Og så kommer de og så finder de ud af hvad det er og så bliver de hooked på det. Så jeg tror at det er sådan en god blanding. Det er lidt min oplevelse af det i hvert fald, at det er

ikke sådan en bestemt type, men de er mange forskellige typer men at de sådan, men det er selvfølgelig nogle der har kigget på det sikkert derhjemme og været sådan 'nå, lad mig prøve det'. Og så ved jeg at der er rigtig mange der igennem hinanden hører det. Så de kender nogen, som kender nogen, som, du ved..

KM: Siger godt om..

IN: Ja, sådan er det også nogle gange, tror jeg. Og sådan især med den lidt ældre generation, nå men hvordan, man skal lige sådan, du ved, man skal lige ud og føle, og så 'nå, går du til det der? Okay, jamen så kommer jeg med en dag' ikke og så. Ja, så nogle gange har vi jo folk til prøvetime. Jeg tror det var en tre uger siden vi havde 4 til prøvetime, hvor jeg tror 3 af dem er startet her.

KM: Ja, okay, fedt. Og det er bare løbende eller hvad? (..)

IN: Ja, det er løbende. Så jeg tror at det er meget blandet. Jeg tror ikke nødvendigvis at man kan sige at en bestemt type er, men at det er sådan lidt sammensat, alt efter hvilken grund de har til at starte. Ja. Så jeg tror at det er en god blanding, vil mit bud være.

KM: Ja, men det er også et godt bud.

IN: Ja (griner).

KM: Lige for, til aller sidst, i forhold til Dansekapellet. Og det er jo egentlig, og nu har du jo allerede fortalt om det, så det er ikke fordi at det behøves at være så meget, men der er et eller andet i det sted du selvfølgelig er og at den har jo selvfølgelig sin historie. Men jeg tænker også nu hvor det er 60+ hiphop og hvad det betyder at du også personligt kan have en eller anden, jeg underviser bedst i den her form for rum, eller der skal være de her forhold, eller de her spejle eller det er ligegyldigt. Hvordan føler du, har Dansekapellet haft en positiv effekt eller har det overhovedet nogen betydning for dig, også bare generelt til undervisning?

IN: Ja, altså jeg er super glad for dansekapellet. Det er et fantastisk sted og jeg er super glad for at de har givet mig muligheden for at være her og undervise. Det er virkelig et lækkert sted og det giver plads til udfoldelse og kreativitet. Og anderledes hold, ligesom at de har 60+ hold her. Jeg synes at det er så fedt at de udbyder det, og har startet det. Altså stor respekt for Dansekapellet og Cher der har det her. Og jeg er meget taknemmelig for at have hold her. Lokalerne her og rummene her har jo en helt bestemt unik historie, og som du også selv siger, og det er jo super fedt at være en del af. Selve rummene her er lækre, lokaliteten er lækker. For mig som underviser betyder det ikke så meget, altså selvfølgelig er det lækkert med gode lokaler. Men spejl er slet ikke

et must, og slet ikke på det her hold. For mig er det mere vigtigt at du mærker inde i din krop, om det føles rigtigt når vi laver nogle ting. Selvfølgelig er det fedt med spejle, og vi bruger det til nogle ting, hvis jeg skal vise dem noget teknisk, så er det lettere for mig at vise dem det mod spejlet, det gør vi nogle gange. Men sådan overordnet set, så er det ikke det der er fokuset, det er ikke spejlene. Fordi hiphop startede aldrig i et lokale, sådan som vi gør nu i dag. Det kom jo af at danse på klubber og på gader, hvor at man blev inspireret af at se hinanden danse og så dansede man sammen. Det var en social dans. Så altså, men selvfølgelig de er jo også sådan at de kan godt lide at det kører lidt som det plejer, på en eller anden måde i et vist omfang. De har ikke noget imod at vi rykker ind i den anden sal nu her som i dag igen, fordi der er problemer med taget i sal 1, men de kan også godt lide når det er lidt faste rammer, så vi ikke for eksempel træner alle mulige forskellige steder. Men Dansekapellet give rigtig mange muligheder, som hus. Og har jo også gjort at vi har optrådt her, sammen med dem så det er så fedt at de er med til at gøre det her. Ja, så stedet her i sig selv har stor betydning for mig og har gjort, at sådan som underviser er jeg rigtig glad for også at komme ind her, for der er mange muligheder, det er et stort hus, og der er mange dygtige dansere der er tilknyttet stedet her. Og der er mange hold, og mange muligheder. Så, og forestillinger og alt andet, ikke? Så det er super fedt, altså virkelig, virkelig, virkelig fedt. Ja, jeg ved ikke om det svarede på noget af det?

KM: Ja, jo, det er super. Jeg tænker også, medmindre der er noget du lige vil runde af med eller tilføje?

IN: Næ, det var hyggeligt (begge griner). Jeg håber jeg har svaret (..)

KM: Det har du.

IN: (..) på de spørgsmål du havde, så godt jeg kunne.

Bilag 9: Semistruktureret interview med underviser – fredagshold

Interview with [the teacher] at Dansekapellet for “60+ hiphop” on Friday
10 January 2020
10:30am in the foyer
Informant: IN

Robin: I first wanted to ask if you could describe your own dance background and how you got started with this particular group.

IN: I started in third grade with some gymnastic and youth club and then I started teaching in the teenage stage and then I went to a (special Danish) high school---a place you can go for half a year and it had a dance department and you dance 3 hours a day. So that was the education I had because it was a lot of dance and you had to teach each other and get some feedback. And then I took sports science and health education just to get some background and then I had dance as my specialty and I went to Stockholm and I studied dance pedagogy and street dance, modern, and Klein technique just to get more in my...yeah.

And then we had a class where we had to do practice and then I went here and then my goal was to see if the older group 60+ could get more life experience doing dance and then I thought that hip hop was something they...not a lot of them had knowledge in and so I started that class doing my practice for two months and then the class was full and they asked me if I wanted to keep on with the class and of course, I wanted to do that. And I did some (work), with some musicians and stage dance as well but I think it's for me, it's more valuable to teach more pedagogic now and (with) the older people.

03:23

Robin: And what specifically do you feel about hip hop is valuable to this community?

IN: You can put on a role and play a little bit gangsta—you know another person than you are in real life. I think that's fun. You can put on some big shirts and I think the role that you put on...the music is just...you play something you wouldn't play in the real life.

03:56

And then it's on the beat so it's easy to teach because it's not off beat.

Robin: Could you talk about one of the things I noticed—some of the movement is aggressive and I wonder maybe particularly for women and maybe older women how you feel about that. I think you bring out in the class that that feels like it's something important for you. The energy and the boldness, the expression of power.

04:43

IN: That some of the things they say when I'm not here and they have a substitute. It's not the same energy. It's not the moves and the steps because everybody can do that. It's the energy. And I put a lot of energy. I put a lot of energy in it and then I get a lot of energy out of them. And that makes me high so that's win win in a way. So that's something I thought about before. It's one of my goals. I'm not telling them but it's one of my goals. And the energy, that's just my persona when I'm dancing. You have to exercise your body when you get older and then when you put energy in the moves, your muscles are activating. So it's...a lot of goals in it.

05:44

Robin: I was going to ask you about what your goals are in teaching because it feels very thought out when I'm watching.

IN: Yeah, I do. It's not to make a choreography and go perform. It was a little bit that in the beginning when I had the class in the practice. Then I had choreographies every time and then I just told them, What do you think is the most fun? And then were just like, just to follow you, to follow the teacher. And I was just like, ok so I just listened to them and then, yeah. And my goal is not to make a choreography, but they have fun when they come here and forget time and place and sweat, exercise and not to make them great dancers. It's to have fun. It's so important for me to see them smile and feel the energy afterwards. It's a nice class. I have energy. I have power. They feel like they have exercised.

06:56

Robin: I was wondering how you feel when you arrive versus when you leave?

IN: I'm traveling from Odense so it's hard to get up and get motivated but I know the feeling that I get after class is so much better, it weighs more than what I have before. So it also changes my feeling. it's a little bit hard to put words on because it's feelings. It's just yeah...I can do anything afterwards. I'm high in a kind of way. It gives me a lot back than just teaching teenagers or children. It's another energy in the room.

Robin: So I was asking in the group how they feel doing something alone versus in a group. What do the bodies add to the experience? And I know that's really hard to answer but can you describe a little how it feels to have everyone contribute to the experience...or in what ways do you think that happens?

I'm trying to understand how bodies moving together build the energy.

08:49

IN: I think teaching in a circle is something I've considered. I can see all of them. I can look in their eyes. And the energy is surrounding us. So it's a little bit different. Dancers sometimes look in the mirror or the class is in rows but I don't think that's my goal with this class. So I think moving together and you can see each other and you can laugh. And one laugh and then another laugh and the energy. You take energy from one another as well.

Robin: I was going to ask you about the circle and when you move the dancers around the space, is that something you came up with through the process?

09:58

IN: Yeah it was. When I'm moving together with them on the floor, (it changes) my relation with them as well. I can look them in the eye, high five them and smile at them. So its also something I thought about. Not in the beginning. I taught them in a circle in the beginning and then towards the mirror and then choreography. But now it's on the floor walking around and then I mix up the steps and they follow me and sometimes it's towards the mirror but not that often.

Robin: I notice that and I wanted to ask about other elements, the placement and how also do you think the music or other elements that you think contribute to the way that you build the energy?

11:03

IN: Also the music...I'm comparing to Carolina's class on Monday because she's using some of the new music and I'm using a lot of old school 1980s hip hop and some of it is new as well. But I think that the old school hip hop is very much on the beat and it's easy for them to follow. And I think some of the new music is...some words I don't think are appropriate. So I'm thinking a lot about what music I use. And sometimes they come and say, hey can we take this song because I heard it on the radio. Of course...if it's hip hop that's nice to listen to and then we can do some hip hop moves...And comparing to Carolina's it's hard hip hop some of it but I don't know her thoughts about that. So my thought was the beat is easy to follow in the old school and 90s and 80s.

Robin: I was struck by your playlist because it seems very positive. The feel of the songs are very nice. Some music has a negative message.

12:44

IN: I thought about that as well. Some of the new music is very heavy. When they walk around I don't want a heavy song. Like Billie Jean (MJ) you can get some power in it as well. It's happy music. And I don't do stretches. I stop the classes at the top. Compared to other teachers at the end they put on slow music. I don't do that. And I told them that's the way I teach. I like to stop the class with a lot of energy and then you can do the stretches afterward and they were just fine about that.

Robin: I notice that hip hop provides a lot of opportunity to work balance and coordination...

IN: It's funny because before many of them saw hip hop on YouTube and thought it was that way. And once I introduced them they said, is this hip hop? You can just take basic steps and you can take sets of steps---you can take ballet and make it into hip hop. It's more grounded. So it was interesting to change their way of understanding what the genre is and what it's not.

15:00

Robin In the group a lot of them said that they were very at first not into hip hop but then they tried it and now they love it.

IN: I was nervous to start up the class. They only see the YouTube and their grandchildren doing the steps but it's so much more.

Robin: Do you feel like there's other emotional qualities that you try to bring into the movement?

16:30

IN: Sometimes a more aggressive quality. Sometimes I'm telling them to activate the stomach muscles. Or more energy or power. Your arms have to go all the way because it's difficult as you get older so we're training that as well. So I'm giving them cues like that as well. Sashe to the right, the left, the middle. So I'm giving cues like that. And you can smile, you can sing along to the song. And saying some funny words. Your arms are not on holiday anymore And then the aggressiveness. But not feelings...

Robin: I write sometimes in observation that it seems like what you're saying is that you're cueing them to take up space, to feel more aggressive etc.

IN: Yes if I feel that they're doing the steps but the energy is slow I'm yelling, C'mon. I told them today to make the step when you have to cross backward to make it bigger. I tell them you have to mean it when you walk. Imagine that someone is pushing you. Smile to each other when you walk past them. So stuff like that.

18:39

Robin: I notice that your vocalization or the sounds seem to add so much to what they're experiencing and to the energy. They're giving so much through their bodies.

IN: The thing about the energy and the yelling is you know, what I mean it is something about me developing as a dance teacher. I found out that I like to be that person and it works. So it's something...I have not always been like that. After high school and after being in Stockholm it was just something I developed in my dancing personality. It's funny to think about that. I think I had a teacher once like that who had a lot of energy and that was nice and then you develop your own personality from what you experience at workshops at dance classes.

Robin: I was wondering about how you feel about the effects of the class lasting? Do you feel the effects of the experience throughout the day?

21:00

IN: Yeah I do. It lasts, yeah it does. Also when people ask me about how I teach 60+ hip hop and then when I talk about it I get that energy as well. When you put words on it you get that feeling again. It's a special group.

Robin: Does the space feel different at the end of the class? Does it actually create a mood among you and does it change from the beginning to end?

22:08

IN: sometimes I see the class and I think it's going to be tough and sometimes I tell them...did you not workout over the holiday? If it feels very heavy or something. And then they smile and then I just give them some more energy and then I yell a little bit more and they say, oh you're crazy today IN. And I say yeah because you were a little bit heavy to get moving. But I say it in a funny way. **But sometimes the class...for example today, Rikke, she's a very funny lady and she spreads a lot of positive energy and she was not here today so sometimes I can be like...oh she's very good to take my energy and give it to the others. So sometimes I feel like oh I have to do the work myself.**

Robin: Can you generate this on your own or does it require other people? If you went in the room and turned on music how would it be different from this group experience?

23:35

IN: It would be different because I don't get the energy back. But dance is my passion and it's the place where I can forget time and place and it's the only place where I can forget time and place. You know when you get to work or you're talking to a friend, watching a movie or reading a book, you think oh I have to get groceries or check email—you know your thoughts. But I don't have that when I dance. Two years ago I learned myself to twerk and then I get that feeling when I have the goal, I want to learn this because I think it's nice to do the exercise. And then I can forget time and place as well. **Or if I go alone to the dance studio and I can forget time and place but I don't have that energy but I still forget time and place but I can't get that energy alone. No I can't do that.**

Robin: Some of the dancers talked about feeling the energy but feeling like they were in their own world so I wanted to pull that apart. I think they do feel the energy you're talking about.

IN: Yeah. I talked about that with some of them as well to be in your own little bubble but I think for me what they mean is like I forget time and place. I'm in my own little dancing bubble and I'm not thinking about: I have to pick up my granddaughter afterwards. I think but I'm not sure but I've also talked with them about that, but I think they mean they are still taking energy from each others and from me.

Robin: I didn't get the sense they weren't, within the context of the bigger experience.

IN: Sometimes I think they go a little bit inside themselves when I introduce them a new step and I can see their brains working hard so that's why I am not putting all new in the class because I want the brain to work and I want it to exercise as well but I don't want them to be not there because they are so concentrated. I want them to have some new steps to activate the brain and keep it going and then have some steps they know so they can relax and have fun in the steps.

Robin: If you introduce something new they all look down and when it's familiar the focus is more up.

IN: And that's one of the things as well—the balance in a one-hour class, how much new stuff and yeah. So, it's a little bit of the new steps but I take steps and add onto that. So, it's something they know but just changing a bit maybe put some arms on it.

Robin: They seem challenged but never overwhelmed.

IN: That's also why I put them in a circle. Today I was going to other positions so I can see them all. If you don't have the steps then I go and help them. Because I want them all to get it and to have a great experience. And not be frustrated—ah I couldn't get that step. I'm watching them and smiling but I also see if they need help.

Robin: Ok I think that's all we have time for. Thank you so much for meeting with me.

IN: Of course, thank you too..

[Bilag 10: Informativt interview med lederen af Dansekapellet](#)

Interview with Cher Guertze
Dansekapellet Meeting Room
22 November 2019

Researcher: Robin Conrad
Graduate Student Researcher: Karen Marie Keller Andersen

Robin: Can you start by just telling us a little bit about yourself in relation to dance?

Cher: I'm a trained dancer and choreographer with my education from Boston Conservatory. I moved to Denmark when I was 24. I just got an opportunity to come and continue doing some of

the work I'd been doing in Boston, so that was just like what I thought was going to be a one-off thing. And I got a one-way ticket to Denmark (*all laugh*) at that time because I didn't know when I was going to go home. So, I started contacting other dancers in the community here and there were not at that time very many modern dancers so there was actually a big need for committed modern dancers that wanted to share choreographic experiences in an international way and teach so I was able to live from it here. And I really like that because I've always been interested in the pioneer side of what has not been done and what can we build on. So that's what kept me here.

(01:17)

Robin: And could you tell us about Dansekapellet, how did this start? What was your vision or intention?

Cher: It all started about 20 years ago when I was very fed up with the closed way the modern dance was. It was closed around itself—it had the same public. Nothing was happening with it. So I had a company at that time called Uppercut Dance Theater that I created together with Ann Crossett who is now at Company B [Kompagni B] at the Royal Theater and we had the company and I just said ok let's take it out of the milieu and put it out in the Nordvest, which is a whole other environment as an experiment to see what happens. It will influence the dancers, the choreography, the product and the reason I did that is because I was working at a school in the area and I saw how excited the kids were when we came to do the dance. So they were always looking in and saying when can we do it? And what could I say to them? There's nowhere to do it in the Nordvest. You have to go into town. It was a complete... So I thought, let's try something. So I moved the company out in cooperation with the house where we were, about 10 minutes from here and I saw they were not using their big room in the evenings and I thought, ok let's create some classes for the kids and we started to promote the thought of dance for kids in the evening and in their free time. And I went out to all the schools in the area with some dancers and showed the kinds of work that we could provide. I didn't print anything on paper. I just talked. And when they saw what we could do with break dancers and modern dancers, I said let's meet out in the courtyard on your lunch break if anybody wants to hear more. And I...because of the area we're in...there's a lot of problems and poverty and there's not parents putting money into their kids. The thought of them paying for dance classes was like at that time very foreign, so I approached different authorities with the idea of doing more dance in the community and we received a large grant—the national grant that was called "**More Secure Cities**" and we were the only dance that ever got any money like that. We got 500,000 for 2 years. So we were able to provide in the start-up of the whole thing free classes. And pay the dancers. At that time there was a lot of, if you're gonna do sports or arts and stuff, the people who were doing it were supposed to give it for free. You would not get money for it. And I could just see where that would go. Number 1: people do not want to come to the North West. At that time artists did not want to do it. What would motivate them was a few of them could see the vision and they needed to be paid. And so the whole setup was provided and I dedicated... I put my office into the house there. At 3 o'clock in the afternoon I turned off the company and I went down into the studio with the kids. And so that's kind of how it started. And to promote the idea, every August we teach dance in the schools.

(05:43)

So the kids would come over to our space and work with us. We had a cooperation with the school of modern dance that some of their students would come and work with us. And classes would have dance for a week and do a performance at the end. And then after that there was a lot of enthusiasm from the kids and they wanted to go to dance in their free time. It was the way we promoted it.

After, around 2010 we got thrown out of there. We had built something up. So the company always did the premiere in that house and the company was on tour many places. The Royal Theater had just opened the new opera house and Uppercut was one of the first modern companies to perform. We always made sure that we did school shows out there so they learned the buses from here the Northwest that go there. That was part of my philosophy. I wanted all the kids to know how to take that bus. This is how you get to the opera house. Things have changed now. The bus line doesn't go out there anymore, but a lot of kids do come out. So the idea of connecting the established institutions with the youngsters, because there's this... "you're not welcome." So I was bringing the school kids out there and then 10 years ago there was a major conflict in Nørreport with the youth house that the municipality had given the youth. The municipality took over the house again and there was riots in the street and burning things and helicopters and all that kind of thing. And so they were looking for, where can we move the youth? And because we were having success, something positive was happening where we were, they took over the house and threw us out.

(08:12)

So then we really got on the barricades again in a political way. And we went to (Rohuset?) where all the politicians have meetings once a week and we went door to door and talked to them about it. And we had several politicians already that had seen the work and were interested in supporting us in terms of a life afterwards. So we had a transition period and we... to make a long story short... we were given a school that had just been closed—they had closed all the facilities down and I knew there were 2 gymnastics rooms over there and I said, "Ok move us over there" because then that way it was close to where we were. The kids and their parents could just make two stops across the street and just get over there. It's at that level we're working. They could find the place. We put a big sign outside. We got the heat on in the winter. And we were there. And that was a step up because when we had our own place then we could begin to have a performance space there and do a lot more performing and invite people in. And more of Uppercut's clientele and the people that worked together with Uppercut could also teach. And so it was really a blossoming time. During that time, we were looking for a permanent place to be. They didn't know what they were gonna do with that school. So we were like, we're here but we could be thrown out at some point. And someone called Klaus Bondum, who was the Mayor of technical and environmental administration sent out a feeler to his personnel—is there any place that is closed down and could be used for dance?

(10:22)

And this place was suggested. And it was not being used anymore because there's a new crematorium and a new chapel down the road that's more efficient. So we came over here and everything was boarded up and closed and it looked really depressing. And if you go around the outside, the back part is the cemetery and we could see that there were windows and the building was really low from that side. And I thought oh no, not another cellar for dance. I was not positive. But I got the drawings from the inside of the building. The old blueprints were from the 1920s and I could see there were open spaces. And then we just began to work on it. The Copenhagen Kommune supported the renovation with 20 million and we had to find 20 million more private funding and we accomplished that with Nordea and they came in and located an annex fund—two major funds. And through the process which took over three years, we never knew if we had enough money to do the whole thing. So we were always wondering which part of the house will we keep closed off. So 6 months before we were supposed to move in we got the fund and we could do the entire house which was so important.

(12:06)

And there were a lot of issues about what the original use of the house was. A lot of people had come through here with here families and had ceremonies up in the chapel. And so there was a lot of work that had to be done with dialogue meetings with people in the area, with the church. Everybody had to be contacted. Because we didn't want to create something where there'd be an enormous amount of negativity around it. And a lot of the work that I've done, that we've done, is promoting dance through the schools and promoting dance in a democratic way. So that anyone who wants the chance can do it. And we've worked a lot with Muslims and have built up a lot with their of families. And the thought of moving into a Christian...was also something I really was thinking a lot about and how we could tackle it. Just moving the distance from where we were, you know takes 10 minutes on your bike, it's gonna take 25 minutes to walk up here. You're out of that neighbourhood, where they were really comfortable with it. They only had to cross 2 streets to get there, that kind of thing. Parents were not coming with their kids, kids were coming by themselves. We had the religion thing. There was a lot of...and the whole thing about...is there gonna be ghosts up there? Just that kind of shit. So through the rebuilding we had a lot of sessions up here....where we just took one room and warmed it up. This whole place was cold, windy and wet.

(14:02)

And did like break dance sessions. It's a big enough room where you can have a little public and do some dance and stuff. So we did that and you can see some pictures around of the original when we moved in. And that was before the renovation. It was also an invitation—let's look at our goal groups. Ok what age groups? And do something for that age group, bring them up with their parents, turn on the heat, serve coffee. Whatever you need to do. A lot of that kind of thing to promote the idea. So right until the last moment there were a lot of issues to be tackled. Just like for the courtyard out here it turned out that in the wall around it were small boxes for the ashes. So there were actually gravestones in the wall that goes around here. And there were plates on top of it. We hadn't thought about it. For us it just looked like white wall out there. Just a week before we were about to open up, I was contacted and someone from the kommune said, you have to cover it up. It cannot be seen. So we made it a huge...those are some of the big photos that you see on the other side. All niches. There are 21 niches out there with huge coverings. So things like that had to happen to make people feel ok.

(15:53)

Yeah, so we moved everything up here. In doing that there had to be negotiations with the municipality—this space was bigger than the space we were in. 50% bigger. So this was not a house just for us—it was for a lot of other groups of dancers that the municipalities already were in contact with. So there were a lot of applications made. Could other groups be here? And we've gone after the profile of children, youth, family, modern dance, and urban dance. It's like a priority for the house. We could've filled it up with ballet form day one. But we didn't want to go in that direction. We wanted to go in the direction of dance which was the framing that we created, which was that kids themselves found their way to the dance. And then bring their parents with them as opposed to how one usually does it. So we've tried to keep that but that's 7-8 years ago so things have changed throughout time. But we always look at here at Dansekapellet...we usually have a seminar once a year where we look at who is coming to the house and who is not coming to the house and we try to make events that bring in new groups. And that's how we got into the—there could be a big potential with neighbours, with the seniors, and so we did a choreographic project with the Royal Theater and they provided musicians, well-known musicians, somebody I've worked with before called Henrik Goldsmeid who does Klezmer music. He's a composer. So he could

choose 5-6 musicians and they had their salaries from the Royal so we had new music for the shows. We had kids, we had the seniors, and we had professional choreographers bringing the whole thing together. And we did that for 3 years. We had our premiere there and then we performed in the foyer at the opera house and also the foyer at the...house.

(18:32)

So that was good and at that time they were able to put resources into it because they wanted also to get a new public and that was gold for them, what we had, what we have. So things like that happened. And that was really positive with the first season of that and the seniors said they wanted to continue to train and we built on that with the different types of dance. So we have a major program on Sundays from 9 in the morning for kids from 0-7 years old and their families and we try to get in contact with the families when the kids are young. Come together with your parents. We have coffee, tea. We have a stand where it smells wonderfully of new baked bread. And they come a half hour before. They have time to get ready. They take a class for maybe an hour and then they sit and relax. So the whole area...And we don't rent out to anyone else so we don't have any conflicts with adults not liking the smell of diapers or whatever. So that's every Sunday around 200 kids and their parents come. Every Sunday. We've built on it and continue to build on it. We also now have classes in zumba for parents who want to take it while their kids go. And next season I want to do a little bit more input about raising kids and what dance can do for you and yeah, so I want to include some more input and lectures and stuff. And we usually have a couple of kids performances, dance performances for that age group in the same time period or just after it. So we bring the artistic aspect into it.

(20:48)

So it's social and hopefully it's artistic and that once they've experienced that on Sunday, the kids get bigger, and hopefully they'll want to continue to go to dance Monday to Friday in the other classes. So that's kind of the concept.

Robin: And that leads into one of the things I was going to ask. It's such a big question, but what is about dance for you, the lessons that dance teaches? Most of us that have a background in dance have strong feelings about what those are and what they can be.

21:40

Cher: Two thoughts about it. One is something that I call being seen and seeing. And in an area like the North west a lot of the kids are not seeing enough of art, dance, theater, music, live. They're limited to what they see on TV. So seeing and experience a live experience within an art form for me is really important because that's where you get your fingers into it and you realise that there's something out there than the TV. The other thing is being seen. Through classes and projects where they experience it, they will be seen, they will be seen in a new way. They will get respect from their peers. They will present themselves in a new way in front of their families. So that it's a vehicle to something else. In a short way. It's a concept that I've found really important. And the thing of being seen also out in the environment at the major cultural institutions for me was a major mission to get them out there (names museums). All those places that they came through with their own shows and stuff, through the personnel door. Not paying their money to get in. No. They were going through where everybody else who's a professional would be coming through the back door and meeting the directors of the institutions. So that's another thing of connecting to the society that you're in and you're not being held like this. That's one thing.

(23:54)

The other thing is, in terms of, which I'm always so amazed on, in the aspect of teaching dance it has so much to do with hearing and seeing. And you can immediately, when you have a group of kids, within 15 minutes, you can see who's not hearing, whose not seeing because they're not reacting and these methods can be used by so many people in finding out where kids are at. And in our society we have gone so much away from the physical body of hearing and seeing that we need to get back to it but we can also use it, use our dance teaching as a vehicle for kids who are off track.

(24:58)

Robin: I was asking some of the dancers yesterday about their experience dancing together versus alone, in their awareness of their own bodies and relation to others. Could you talk about what it means to have these groups coming together, to move together?

Cher: In our work with teaching dance, mostly in the school work. Most of it is built on Laban's principles. Whether you're doing break dance or hip hop or modern dance you have the principles there and on top of that you always have the word contact. So it contact with yourself, between you and another person, in a trio or a quartet, a group. It's the physical contact of doing things where we're touching each other, supporting each other, moving each other, and our sense of being in space together. So that we can all be there with the same kind of mission. So yeah, that's what I think is important.

(26:24)

Robin: Some of the dancers spoke yesterday about what it means for them. So I wonder for all the different populations here, have a place where something is designated, the space is created for them to be and to be together and to share something seems so valuable.

Cher: It is. And as dancers we know what rotten spaces we get pushed into because nobody wants to put money into it. We're more willing to put money into an instrument than to make the space for dance. As a child I was put down in the cellar and my parents put out a board on the floor and I could practice down there with a record player. My sister, she came first, had a huge piano and all that made me, it was a part of a learning experience. How we have to fight and how important it is to make, before you have the class, clean the floor. Everything should be...you know, people shouldn't be running in and out of the rooms. Just making the situation correct. Yeah.

(28:16)

Robin: And where do you see things going forward with this community?

Cher: Well I love the stuff that happens with the talent development things. And it's right from the kids working together in the class. Having teachers that put the improvisational elements in the class. Having an element of let's look and see and give each other feedback. To let's go down on the stage and put the lights on and stuff. So having that enormous jump from being in the studio to having the round space or having the box space is fantastic because it supports the whole idea of again, I've worked on something. I've worked on my craft and I'm gonna be seen and I'm gonna get some feedback and that will lift them. And from there, every year we have a choreographic competition for the 13-23 year olds. We have well-known people who will judge it. The kids who go to it have a whole schedule or choreographic workshops and coaching before they even get on

the stage. They're learning all the time other things to improve their work. That's in the springtime. In the fall we have something called take the stage where people who want to go further with their work, it's a smaller group, apply for that and show their work down there. Then we have something called Friday night sharing. So when the choreographers are feeling secure enough to have an entire evening then they can have the chapel and do basically what they want to do for a Friday night. It's free for the public and it's done in such a way that it's a go home performance and it's before you go out to town performance. It's from 6-7 in the evening. So young choreographer can experiment with something, see how the public is reacting to it. And we have people who have gone through this process who are now professionals and have their own companies and are now renting the stage for a time period to show their work here.

(30:53)

So they have received support to go on with their work. So that for me is important. That's one aspect of it. The other aspect is the whole improvisational thing, the jamming thing. So it's more spontaneous thing and it drives other people to get out there. So we have break dance battles and we have Sunday sessions that are free for the kids to go up in the chapel room where professional break dancers are there training themselves and continue to support the community in that way because those are the boys that we want to keep in contact with. They will get as they become more and more proficient, offers to perform in town. We are a contact place. So we're in the network in that way. And some of the young ones that have through it have been in exchange groups with us and Belgium and Berlin and Hamburg. So they will also come out and travel.

Robin: It's very inspiring to hear about all this.

Cher: I'm lucky yeah.

Robin: But you've also had a vision and then had the determination and the ability to make it happen which is something rare and exciting.

Cher: I've also had good people to work with along the way and that...people who could share the vision. That's the only way it could happen. People like-minded who could see how difficult it is but where it could go. Also at a point in our work we had started out here in Northwest we had a lot of boys coming out for the break dance thing. There was a complete separation between the boys and the breakdance and the modern dance and the girls. It's good to build something up but you also have to crack it down and bring them together at one point. So we also used the choreographic projects and the fact that they were going to be performing it and maybe we can stand on the same stage together. Maybe we can learn from each other. Maybe the girls can improvise and be a little bit more spontaneous. Maybe the boys can remember the notes they got last time. They're always people that say no I don't want to do that. And you may lose people along the way. But my general thing is when they see positive results they come back again.

(33:50)

Robin: (to Karen Marie): Is there anything you'd like to add/ask?

KM: I'm just curious about the differentiation about the dance styles. So you want to do more creative stuff but also through break dance and also modern. And you talked about the ballet thing that you didn't want to do that. But you also talked about combining the modern and hip hop or breakdance. So do you see ballet or other styles...

Cher: I have a really good connection with the Royal Theater. We did make initiatives in the beginning to invite the young dancers to come out and teach. Not over a longer period but maybe like a month at a time every Tuesday come out. Let them see the environment, let us learn something. It happened for a while and then we let it lie. When we moved out here and we had a big opening, we had soloists from the Royal Ballet coming out and performing here, the younger ones, and doing some things together. So it comes and it goes. But my major thing is because the ballet was so, at the time when we were about to move in out here, so established. And the whole way of, that it's the parents pushing the kids. I just didn't want to get into it. Because you'd have people sitting out there, the mothers doing this and that and waiting for the kids and you have the young whole other mindset coming in. Dirty clothes, playing ball. Where I just didn't want that to happen. I wanted to give urban dance a possibility before filling it up with anything else. So that's the way it is. There's been a little bit of ballet out here. One could bring it in again at some point. We are also pressed now with having enough space to do everything everyone wants to do.

(36:34)

Robin: This is leading you to the direction of my research. So one of the things I'm talking about is the energy, or intangible things that happen between bodies. When I watch the class, I can feel the bodies moving and there's something very vital about that. I feel like this builds something. I'm wondering if you have any thoughts on the elusive experience of dancing together and what it builds.

Cher: It builds and it has something to do with standing on your feet. Standing on your feet you have your whole presence on top of that. You're receiving something in and putting it down through the body. It's a give and take kind of thing. You don't have anything in front of you to cover you and so you're very open and we also need that openness. So that's another element I think and the three-dimensionality. The 360 degrees of our bodies cause we're so focused on one direction. When I see people moving, turning, head direction and then I read about how by changing directions it opens you up and makes you more able to communicate so there's...in that way I see also things happening. Going from thoughts from therapy to just doing it in a dance class without having to put words on it. And then one always notices in the big productions when we have a lot of people working together and different age groups working together how the respect that that have for each other and having times when your not yourself on the stage but waiting to go on or watching a rehearsal, it's also an important thing is seeing each other in the work in progress, seeing improvement, seeing expression, humor, movement, all important things that happen through productions.

Robin: Thank you so much. That was so interesting.

KM: Yes, thank you.

Cher: You're welcome.

Bilag 11: Oversigt over feltarbejdstimer

Nedenstående figur indeholder en oversigt over feltarbejdets interviews og observationer, og bidrager til et overblik over det samlede tidsforbrug.

Case:	Deltagende observation:	Antal interviews:
"60+ hiphop" fredagsholdet	3 X 1 time = 3 timer	1 fokusgruppeinterview 1 semistruktureret interview
"60+ hiphop" mandagsholdet	4 X 1 time = 4 timer 1 X 1,5 time = 1,5 time Samlet = 5,5 timer	1 fokusgruppeinterview 1 semistruktureret interview
Lederen af Dansekapellet		1 semistruktureret informativt interview