



**DANSTRÄNING.** Dansinstruktören Heléne Olivegren kommer till Friskis & Sveltis på söndag. Där visar hon danser som hon snappat upp under sina många resor i världen.

# Heléne samlar in pengar med dans

**På söndag blandas rytmer från hela världen på Friskis & Sveltis.**

**Dansinstruktör Heléne Olivegren kommer till Mölnlycke för att leda en dansande jordenrunt-resa och samla in pengar till massaibarn i Kenya.**

Heléne Olivegren har själv skapat de danser hon kommer att lära ut, inspirerad av egna resor hon gjort under årens lopp. Det började med att hon provade på afrikansk dans och reste till Ghana för 15 år sedan.

– Senare luffade jag omkring och hämtade inspiration i Polynesian, säger hon och fortsätter med att berätta om hur resan

ledde vidare till Australien och till maorier på Nya Zeeland.

**Inspirationen växte.** I dag är Heléne Olivegrens dans en skapelse inspirerad av rytmer och rörelser hos ursprungsfolk i Latinamerika, Söderhavet, Karibien och Afrika, toppat med ett stråk av frigörande dans, qigong och yoga. Det blir en jordenrunt-resa, som hon själv säger.

– Och jag har med rytmer från Balkan och samisk jojk och har även inspirerats av rytmer hos nordamerikanska indianer. Sedan har jag försökt skapa en helhet där rörelserna stämmer med känslan och budskapet i musiken och flyter in i varandra.

Heléne har en bakgrund som sjukgymnast och har använt sig av danserna både i och utanför

det arbetet. Rörelserna lättar upp många spänningar och ger både kondition och avslappning, menar hon.

– Och man uppfattar kroppsdelar som man inte visste att man hade. Plus att man får beröring, egenmassage. Man lär sig tycka om sin kropp genom dansen.

**Den som vill** är välkommen att lämna en hundralapp för dansen. Pengarna går direkt till Mama Zebra memorial fund i Kenya, där massaibarn får möjlighet att gå i skolan.

– På två år har jag samlat in 60 000 kronor, större delen till Mama Zebra. Det känns jättekul, säger hon.

**ANNA MATTISSON**

031-98 50 65

anna.mattisson@harrydaposten.se