

Hjulpols

Musik: Tormod Lillebror Vasaasen, ”Julpols”. En mazurka eller pöls.

- Tur 1. 1 Gångsteg fr i DR. Pendla i kors över framför med innerföt.
1 Gångsteg fr i DR. Pendla i kors över framför med ytterföt.
6 Snurrebocksomdansning.
Upprepa Tur 1.
- Tur 2. 1 Steg med ytterföt, dutta med tårna med innerföt i kors framför.
1 Steg med innerföt, dutta med tårna med ytterföt i kors framför.
2 Valssteg motsols runt ett varv.
- 1 Steg med ytterföt, dutta med tårna med innerföt i kors framför.
1 Steg med innerföt, dutta med tårna med ytterföt i kors framför.
2 Valssteg motsols runt ett varv.
- 8 Valssteg runt medsols.
- 1 Steg med ytterföt, dutta med tårna med innerföt i kors framför.
1 Steg med innerföt, dutta med tårna med ytterföt i kors framför.
2 Valssteg motsols runt ett varv.
- 1 Steg med ytterföt, dutta med tårna med innerföt i kors framför.
1 Steg med innerföt, dutta med tårna med ytterföt i kors framför.
2 Valssteg motsols runt ett varv.
- Upprepa hela dansen från början.

Dansa kultis och trivs, få dig lite kultur till livs.

Av. Conney Åcerclinth
Fiskarnas Gränd 1
360 51 Hovmantorp

0478-41429 070-5949867 Fax: 0478-702309
Mail: conney.acerclinth@fc.byggsoft.se