

Uppdaterad 2018-09-24 **Listervalsen**

Danstyp: Vals

Ursprungsland:

Musik: Listervalsen, Text o Musik: Kersti Lindström

Sång: Ingvar Andersson

Koreografi: Ingvar Andersson

Fattningar: Valsfattning, korsfattning framför, dubbel handfattning (hf),
höger hand i höger hand (hö i hö)

Steg: Valssteg, sidsteg, bayoustege

Jtgångsställning: Parvis i öppen ring med korsfattning framför, vända i DR

Tur 1: 2 valssteg i DR, på 2 valssteg går D medsols under armarna till innerring
2 valssteg mot DR, på 2 valssteg går K motsols under armarna till innerring.
K:s rygg mot mitten, bibehållen fattning
1 gungande valssteg i DR, 1 gungande valssteg mot DR
parisersväng på 2 valssteg, 4 valssteg runt.

Turen upprepas

Tur 2: Ta hö i hö, 2 valssteg med egen, (1), D mot DR, K i DR
Passera nr 2 på en motsols parisersväng, både D o K
fram till nr 3 o dansa 4 valssteg runt

Turen upprepas

Tur 3: Ta dubbel hf, K:s rygg mot mitten,
2 sidsteg i DR, släpp främre händerna o vänd upp rygg om rygg på 2 valssteg
Dubbel hf bakom rygg, 1 bayoustege mot DR, 1 bayoustege i DR
släpp främre händerna o vänd upp front mot front på 2 valssteg
Dubbel hf, 1 bayoustege i DR, 1 bayoustege mot DR
1 valssteg från varandra, 1 valssteg mot
4 valssteg runt.

Dansen upprepas

Beskrivningen uppdaterad så som Ingvar Andersson lärde ut den.