

## Alfamixen.

**Musik** Glomdalsbruden med Arnsteins ork. eller valfri vals.

**Utg.st.** Parvis med valsfattning

**Koreogr.** Dansmakarna i Molkom

**Tur 1.** 4 valssteg runt. Kav. stannar med ryggen mot mitten.

**32 takter.** 2 bayousteg fram och tillbaka. 2 valssteg runt.

2 aviga vals kav. backar på 2 valssteg omd. 4 räta vals.

2 aviga vals kav. backar på 2 valssteg omd. 4 räta vals.

2 valssteg fram med valsfattning omdans med 2 vs.

2 valssteg fram med valsfattning omdans med 2 vs.

**Tur 2.** Framhänder. Dam under kav. arm på 2 valssteg, kav.

**48 takter.** under arm och snurrar runt damen på 6 valssteg. Omdans

med 4 räta och 4 aviga. Med sidan mot mitten 2 sidsteg in

och 2 sidsteg ut, omdans med 4 räta och 8 aviga valsst.

Framhänder, damen under armen på 2 valssteg kav. lika.

Omdans med 4 räta och 8 aviga vals.

**Tur 3.** Valsfattning, 2 valssteg fram, omdans med 2 valsst.

**64 takter.** upprepas 1 gång.

2 bayousteg fram och tillbaka omdans 6 vals.

**Med sidan i dansriktningen, 1 sidsteg byt sida med 1 steg, 1 sidsteg byt tillbaka med 1 steg. Omdans med 4 räta och 8 aviga vals.**

**/ Hängande armar. 1 valssteg fram byt sida på 1 valssteg (kav. framför) byt tillbaka på 1 valssteg samtidigt som båda snurrar 1 varv motsols kav bakom, 1 valssteg framåt. Omdans med 4 räta och 8 aviga /. Upprepas 1 gång.**

**Dansen visades upp på Grums variationsdansares 20 års jubileum den 17 oktober 2015. Tanken med dansen är att visa hur Alfs danser skulle se ut om de gick i 3/4-takt.**

**Den första dansen är Alfa polkan den andra är Josefin och den tredje är Karl-Johans schottis.**

**Molkom oktober 2015**