

AMANDA SWING

Danstyp	Schottis
Ursprungsland	
Musik	Valfritt, går att dansa till schottis, snoa, polka eller modernt beroende vilken hastighet och rytm man vill ha.
Koreografi	Amanda Sköld & Pär-Anders Sköld Tel. 070-413 31 07
Fattningar	Valsfattning, dubbel handfattning, enkel främre handfattning
Steg	<i>Gångsteg, bayosteg, snoasteg, polkasteg</i>
Utgångsställning	Parvis i öppen ring, valsfattning, vända i dansriktningen

- Tur 1 Takt 1-2** Start med ytterfot, fram intill bak, bak intill fram.
- Takt 3-4** Släpp bakre fattningen, killen tre steg + kick på fjärde i dansrikt. samtidigt som tjej går tre steg medsols under killens vä. Arm + kick på fjärde i dansrikt.
- Takt 5-6** Likadant mot dansrikt. som takt 3-4 men att tjejen går motsols, när man har kickat så står man med ryggen i dansrikt.
- Takt 7-8** Ett polkasteg bakåt i dansrikt. + ett polkasteg med vridning $\frac{3}{4}$ varv, killen medsols, tjejen motsols, för att ta dubbel handfattning.
- Tur 2 Takt 9-10** Med dubbelhandfattning ett bayosteg (se stegbeskrivningar) i dansrikt. Och ett mot dansrikt.
- Takt 11-12** Släpp bakre fattningen. Killen fyra steg i dansrikt. Samtidigt som tjejen går fyra steg två varv medsols under killens vä. Arm.
- Takt 13-14** Lika som takt 9-10
- Takt 15-16** Med valsfattning fyra snoasteg två varv runt medsols.
- Tur 3 Takt 17-18** Med dubbelhandfattning räknar man 1,2,3 (sida, intill, sida) i dansrikt. På tre steg går tjejen in i tjejkram (1,2,3). Nu har man ryggen i mot ringens mitt.
- Takt 19-20** Gå runt två steg medsols. På två steg med fortsatt vridning medsols går tjejerna ut ur tjejkramen med bibehållen fattning så att man kommer tillbaka till plats, tjejen lite bakom killen sett till dansrikt.
- Takt 21-22** Släpp bakre fattningen. Killen trampar fyra steg på stället samtidigt som tjejen går runt killen på fyra steg medsols.
- Takt 23-24** Ta valsfattning, fyra snoasteg två varv runt medsols.
- Tur 4 Takt 25-32** Upprepa takt 17-24

Dansen börjar om från början