



Bernts polka

Musik Polka 4*16 takter
Steg Polka, kicksteg, gångsteg
Fattning Enkel handfattning framför med dam höger, kav vänster
Koreografi Annalena och Bengt Sundberg

Utgångsställning Parvis vända mot varandra, enkel handfattning framför med dam höger, kav vänster

Tur 1 Platsbyte kav snurrar motsols under armar framför dam på två polkasteg, snurrar tillbaka bakom dam på två polkasteg.
Omdans fyra polkasteg.
Upprepas en gång

Tur 2 Enkel handfattning, två kicksteg. Dubbel handfattning, på två takter tas sida, bakom, sida, framför
Omdans fyra polkasteg.
Upprepas en gång

Tur 3 Platsbyte dam snurrar medsols under armar framför kav på två polkasteg, snurrar tillbaka bakom kav på två polkasteg.
Omdans fyra polkasteg.
Upprepas en gång

Tur 4 Parvis sluten fattning dam backar på två gångsteg *.
Omdans motsols två polkasteg
Parvis sluten fattning dam backar på två gångsteg *.
Omdans medsols två polkasteg
Upprepas hela tur 4 en gång

Dansen börjar om, obs dansen är tänkt att driva i dansriktningen på alla steg och i alla turer likna Bernts vals.

* Om du har svårt att komma runt på polkan i omdansen efter två gångsteg kan du i stället ta två polkasteg.

Till Bernt Kallins födelsedag sommaren 2014.