

En Polka i "förbifarten"

| | |
|-------------|--|
| Dans: | Polka |
| Musik: | Lugn taktfast polka. Förslag till musik: Blådingepolka med Durbälgaran 1 eller Polka efter Hallonlöv med Durbälgarna. |
| Koreografi: | Kerstin o Per-Olof Hallgren, Segeltorp, Sep. 2015. |
| Steg: | Polkasteg, tåstuds, gångsteg, snoasteg. |
| Fattningar: | Enkel midjefattning, Enkel-, Dubbel-, och Sluten handfattning. |
| Utgångsst: | Parvis i öppen ring, vända i dansriktningen. |

Tur 1a

1 polkasteg + 2 tåstuds med innerfot och 2 handklapp, snett ifrån varandra i Dr.

1 polkasteg + 2 tåstuds med ytterfot och 2 handklapp, snett mot varandra i Dr.

Omdans: Sluten HF polkasteg, steg, steg runt 1 varv medsols.

Enkel MF, polkasteg, steg, steg rakt i Dr.

Parisersväng på 4 steg (Dam medsols, Kav motsols). därefter

4 polkasteg i Dr med "Rullning", börja med bred dubbel HF, mot varandra, rygg om rygg, släpp främre händerna och vänd hela varvet runt mot varandra, avsluta framåt med enkel HF.

Omdans: med Sluten HF, 4 Snoa.

Tur 1b

Lika Tur 1a, fram till omdans 4 snoa, OBS! här kommer ett byte,

Dam och Kav gör en parisersväng på 4 steg till respekt Kav, Dam.

(Dam medsols fram, Kav motsols bakåt)

Dansen börjar om (Byte varannan gång.)

"Förbifart" Stockholm innefattar Världens längsta Tunnel i Stads- eller Stadsnära, miljö 18 km lång, från Kungens Kurva i söder till Häggvik i norr.