

I MITT HJÄRTA

Danstyp	Schottis
Ursprungsland	Sverige
Musik	I mitt hjärta brinner lågan. Passande inspelningar av låten finns bl.a. på dessa CD's: - Ole Ivars 40 beste; Kikki Danielsson och Tore Halvorsen. - SkåneSvennes 2006; Sundets Pärlor.
Koreografi	Karin och Sven Andersson, Helsingborg
Fattningar	Enkla midjefattningar, hambofattning, dubbel midjefattning, polkafattning, valsfattning, enkel handfattning "framhand", (dvs. dams höger/kavaljers vänster).
Steg	Schottissteg, snoasteg, gångsteg och polkasteg
Utgångsställn.	Parvis i öppen ring, med enkel midjefattning

Tur 1	<p>a) Dansarna tar två schottissteg framåt, greppar sedan hambofattning och dansar fyra snoasteg i omdansning.</p> <p>b) Fattningen släpps och vända i dansriktningen tar paret fotombytesteg sidledes (från och emot). Sedan tar man var sin parisersväng med fyra steg (kavaljer motsols och dam medsols), så att man blir riktade front mot front.</p> <p>c) Med två schottissteg byter man sida, kavaljer framför dam till ytterring, och där svänger man med fyra steg i var sin "avig" parisersväng (kavaljer medsols och dam motsols) så att båda hamnar med ansiktena i dansriktningen. Omvänd enkel midjefattning greppas.</p> <p>d) Paret tar två schottissteg i dansriktningen*, tar dubbel midjefattning och dansar fyra snoa i omdansning medsols**, direkt följt av fyra polka cirka två varv medsols med polkafattning***. Fattningen ändras till valsfattning och med två korta taktsteg positionerar dansarna sig så att kavaljeren blir i innerring och båda får ansiktena i dansriktningen.</p>
Tur 2	<p>a) Med valsfattning dansas två schottissteg framåt i dansriktningen och med fyra steg svänger sedan damen ett varv medsols under höjda framhänder. Kavaljeren tar sina steg något framåt.</p> <p>b) Med ny valsfattning tar man två schottissteg framåt, varefter man dansar fyra snoasteg i omdansning medsols.</p> <p>c) Sedan dansar man åter två schottissteg framåt, varefter kavaljeren svänger motsols under framhänderna med fyra steg. Damens tar sina steg något framåt.</p> <p>d) Efter ytterligare två schottissteg i dansriktningen går man tillsammans, och med bibehållen valsfattning, ett varv medsols med fyra gångsteg (kavaljeren tar sina gångsteg baklänges).</p>

Båda turerna dansas tre gånger i nämnd ordning.

Avslutningsvis dansas Tur 1 en fjärde gång, men denna gång utökas polkaomdansningen (i Tur1d) till sex polka medsols. Avslutning med två korta taktsteg.

* Schottisstegen: Kavaljer börjar med vänster fot fram, dam börjar med höger fot fram.

** Svängar i snoan: Antalet varv kan anpassas (från cirka 1 varv till cirka 2 varv) beroende på dansunderlaget och eget önskemål.

*** Alternativ fattning vid polkaomdansningen: I stället för polkafattningen är det även OK att behålla den dubbla midjefattningen.