

Kesän Maku

Musik: Polka

Uppställning parvis i ring, med valsfattning, tjejerna med ryggen i dansriktningen.

Killarna börjar med vänster och tjejerna med höger fot.

Tur 1: Görs 2 ggr

1 steg i dansriktningen utan att flytta över tyngdpunkten.

1 steg bakåt mot dansriktningen med samma fot utan att flytta över tyngdpunkten.

4 gångsteg i dansriktningen. Tjejen backar.

Börja om från början 1 gång.

Omdans med valsfattning:

8 polkasteg (4 varv) medsols runt.

Tur 2: Enkel handfattning, vända i dansriktningen:

1 polkasteg mot och 1 polkasteg ifrån varandra.

Byt plats på 4 gångsteg, tjejen framför killen, byt handfattning

1 polkasteg mot och 1 polkasteg ifrån varandra

tillbaka till plats på 4 gångsteg denna gång killen framför tjejen.

Valsfattning, vända i dansriktningen sida vid sida:

4 gångsteg med nig på 2 och 4, i dansriktningen

Omdans med valsfattning: 4 snoa (2 varv) medsols runt.

4 gångsteg med nig på 2 och 4, i dansriktningen,

Omdans med valsfattning: 2 snoa (1 varv) medsols runt och sluta

med att tjejen snurrar ett varv under killens vänstra arm på 2 gångsteg.

Killen lägger sin högra arm runt tjejens midja bakom tjejen och tjejen

fattar hans hand med sin vänstra hand framför sig. (Paret håller i

varandra med killens vänstra och tjejens högra hand framför paret)

./.8 gångsteg sida vid sida framåt i dansriktningen.

Släpp främre händerna och tjejen snurrar ut på 4 gångsteg i sidled och in igen p 4 gångsteg.*./.*

Upprepa *./.-./.* 1 gång.

Tur 3: Skridskofattning bakom, vända i dansriktningen:

2 polkasteg $\frac{1}{2}$ varv motsols runt så tjejen kommer på insidan.

4 gångsteg baklänges i dansriktningen.

2 polkasteg $\frac{1}{2}$ varv motsols så killen kommer på insidan.

4 gångsteg baklänges mot dansriktningen.

Upprepa tur 1: 1 gång, men sluta med 2 gångsteg baklänges mot

Dansriktningen och 2 gångsteg ifrån varandra, kille inåt och tjej utåt.

Forts på nästa sida

(x)(x) Vända mot varandra, killarna med ryggen inåt och tjejen utåt:
1 polkasteg i sidled i dansriktningen och 1 emot dansriktningen.,
Byt plats på 4 gångsteg och 2 snurrar mot och förbi varandra (killen i
dansriktningen och tjejen emot)
Tjejen har nu ryggen inåt och killen utåt:
1 polkasteg i sidled mot dansriktningen och 1 polkasteg i
dansriktningen.
Tillbaka till plats på 4 gångsteg och 2 snurrar mot och förbi varandra,
(tjejen i dansriktningen och killen emot)(x)(x)
Upprepa (x)(x) – (x)(x) 1 gång

Tur 4: Valsfattning, tjejen med ryggen i dansriktningen:
2 sidsteg inåt + 4 gångsteg i dansriktningen snett utåt, tjejen backar+
2 sidsteg inåt + 4 gångsteg i dansriktningen snett utåt, tjejen backar.
Omdans med valsfattning:
8 polkasteg (4 varv medsols runt)
2 sidsteg inåt + 4 gångsteg i dansriktningen snett utåt, tjejen backar+
2 sidsteg inåt + 4 gångsteg i dansriktningen snett utåt, tjejen backar.
Omdans med valsfattning:
8 polkasteg (4 varv medsols runt)