

## Lottas Polka

<b>Danstyp</b>	Polka
<b>Ursprungsland</b>	Sverige
<b>Musik</b>	”Dynghögen” med Rose-Maries eller en snabb polka
<b>Koreografi</b>	Tobias ”Tobbe” Herbertzon och Lotta Mikkelsen
<b>Fattningar</b>	Öppen Valsfattning, Dubbel Handfattning, Valsfattning
<b>Steg</b>	Modifierade Klack- och tåsteg, gångsteg, polkasteg, polkaomdansningssteg
<b>Utgångsställning</b>	Parvis i öppen ring, Öppen Valsfattning

### Tur 1 (32 takter)

- Takt 1-8      Modifierade Klack- och tåsteg som innebär att man sätter i klacken för att ta ett steg på första takten. På andra takten trampas tån ner mot marken och man har tagit ett steg framåt. Likadant tre gånger till.
- Takt 9-12     Fyra gångsteg rakt bakåt med bibehållen fattning. Obs! Inget sätta intill!
- Takt 13-20    ”Parisersväng” på fyra steg, motsols för kavaljeren och medsols för damen, som avslutas med handklapp. Likadant tillbaka fast istället för handklapp tag dubbel handfattning.
- Takt 21-28    Butterfly med vändning ett helt varv. Med dubbel handfattning, tag ett polkasteg på ytterfot i dansriktning och släpp främre händerna. Behåll kavaljerens höger och damens vänster. Vänd ett halvt varv från varandra på ett polkasteg på innerfot så att kavaljerens högersida och damens vänstersida hamnar i dansriktningen. Tag ”främre” händerna (kavaljerens vänster och damens höger) och släpp de ”bakre” händerna. Fortsätt varvet runt med ett polkasteg på ytterfot. Tag bakre händerna igen (kavaljerens höger och damens vänster) och ett polkasteg på innerfot framåt i dansriktningen.
- Takt 29-32    Avsluta turen med två polkaomdansningssteg med valsfattning.

### Tur 2 (16 takter)

- Takt 1-4      Dubbel handfattning; ett polkasteg i dansriktningen. Sätt innerfot i kors över ytterfot i en markering, lägg över viktning och gunga framåt. Gunga tillbaka.
- Takt 5-8      Som takt 1-4 fast omvänt. Polkasteg mot riktning och markering. Släpp damens vänsterhand och kavaljerens högerhand
- Takt 9-12     Stanna med ryggen i dansriktningen. Ett polkasteg rakt bakåt, damens högerfot och kavaljerens vänster. Ingen fattning. Vänd upp på ett polkasteg (kavaljeren medsols, damen motsols)
- Takt 13-16    Två polkaomdansningssteg med valsfattning

### Tur 3 (16 takter)

2010-08-31

- Takt 1-4 Dubbel handfattning och gå sida-bakom-sida-framför. Ytterfot åt sidan framåt i dansriktning, innerfot placeras bakom i dansriktningen, ytterfot placeras i sidan framåt i dansriktningen och innerfot framför.
- Takt 5-8 Två polkaomdansningssteg med valsfattning.
- Takt 9-12 Sätt fram ytterfotens klack i dansriktningen och sätt tillbaka den intill innerfot och lägg över vikten. Gör likadant med innerfot, klacken framåt i dansriktningen och sedan tillbaka bredvid ytterfot, lägg över vikten.
- Takt 13-16 Två polkasteg framåt i dansriktningen med öppen valsfattning.

**Alla turerna dansas i ordning tills musiken är slut!**