

NYA PENSIONÄRSBUGGEN

Kan dansas till valfri musik

Här : Di Sma Under Jordi, " Snabbköpskassörskan "

INTRO: Valsfattning

4 snoa, 2 polka runt medsols i dr, parvis.
Upprepa 1 gång

TUR 1 Mitt emot varann, parvis i ring, K med rygg mot mitt
Dubbel hf

1 fotombytessteg i dr
snurra in D med bibehållen fattning på 3 steg
4 steg runt medsols på stället, D backar, nu är båda vända i dr
a) släpp främre händer, D snurrar ut på 3 steg
släpp hela fattningen
byt sida rygg om rygg på 3 steg, K nu i yttering, D inne, båda vända i dr
tag enkel hf: D går under K vä arm, utan snurr, på 4 steg tillbaka till yttering

TUR 2 D korsar armar framför kroppen, hö över, K fattar snett bakifrån sin vä i D hö och vice
versa

2 fotombytessteg i dr
tur 1 a)
parisersväng, var för sig, på 4 steg

TUR 3 Mitt emot varann, K rygg mot mitt. Enkel hf, K vä, D hö

1 bayou - steg i dr, 1 emot
sidbyte på 2 fotombytessteg, K motsols under arm
1 bayou-steg mot och i dr
byt tillbaka, K under arm

TUR 4 Vända i dr, K hö i D vä hand

D gör 4 fotombytessteg, 2 varv medsols under K arm
K följer snällt på fotombytessteg
Valsfattning : 4 snoa, 2 polka medsols

Dansen upprepas från tur 1 tills musiken är slut.

anita b.mars 2012