

Tyresövalsens

Koreografi: Peggy Westman
Musik: Vals, Trivsamma Tyresö, Text o musik: Jörgen Toresson
Fattningar: Enkel handfattning, Dubbel handfattning, Valsfattning, Ring, Högerhandskedja och Höger i höger handfattning.

Tur 1: *Görs 2 gånger*
Enkel handfattning,
2 valssteg framåt i dansriktningen
1 parisersväng på 2 valssteg framåt i dansriktningen.

Dubbel handfattning, kavaljer med ryggen inåt mitten:
1 valssteg mot och 1 valssteg ifrån varandra,
byt sida på 2 valssteg (medsols)
Dubbel handfattning, dam med ryggen inåt mitten:
1 valssteg mot och 1 valssteg ifrån varandra,
byt sida på 2 valssteg (medsols)

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

Tur 2: Stor ring vända inåt mitten:
4 valssteg inåt
4 valssteg utåt (backa)
4 valssteg åt vänster (mot dansriktningen)
4 valssteg åt höger (i dansriktningen)
Höger i högerhandskedja, dam mot dansriktningen:
4 valssteg till nr 5 (ett på egen)
Höger i höger handfattning med nr 5, dam med ryggen i dansriktningen:
1 valssteg mot och 1 valssteg ifrån varandra,
damen 1 snurr under arm på 2 valssteg.

Börja om.

Dansen dansas 3 gånger och avslutas med:
Omdans med valsfattning:
4 vals medsols runt, damen 1 snurr under arm på 2 valssteg,
byt hand och komplimang.