

# VÄRMDÖSNOA

Fyra gångsteg i dansriktningen

Parisersväng på fyra steg

Omdansning på fyra steg (två varv)

Fyra gångsteg

**Förare :** Fyra kortare steg där följaren förs ett varv medurs under förarens högra arm

**Följare :** Ett varv medurs under förarens högra arm / fyra steg

**Förare :** Ett varv moturs under följarens vänstra arm / fyra steg

**Följare :** Fyra kortare steg där föraren förs moturs under följarens vänstra arm

Omdansning på fyra steg (två varv) / Alternativt fyra gångsteg

Parisersväng

Dansen börjar om från början.

Den här stegkombinationen sattes ihop 2018 av Lilian Sjöström och Kerstin Öberg från Wermdö Gammal Dansare.

Anledningen var att seniordansarna ville ha någon form av snoa som inte innehöll alltför många snoaomdansningar i följd. (Man kan byta ut snoaomdansningarna mot gångsteg om man besväras av yrsel).