



Video: <http://youtu.be/d1-O8iJRV6E>

Vändpolka

*Konstruerad av Ingrid Larsson, Fdg Nerkia, Örebro,
inför Dansbygdardagen 15 mars 2008 i Hallsberg .*

Musik: Polka

Form: Parvis i stor ring efter varandra

	Musik	
Tur 1	8 takter	Öppen polka (som i Pariserpolka) 4 polkasteg. Med 4 gångsteg går kavaljeren framåt i ringens riktning fram till dam 3 (egen = nr1) medan damen vänder utåt ½ varv medsols och går 4 gångsteg medsols i ringens riktning – till kavaljer nr 3. (Egen är nr 1). Dubbel handfattning ett halvt varv runt så dam kommer i innerring. Stanna vända med enkel handfattning i riktning medsols.
Tur 2	8 takter	Öppen polka 4 polkasteg. Med 4 gångsteg går damen i innerringen medsols till kav nr 3 (egen = nr 1). Kavaljeren vänder utåt ½ varv motsols i ytterringen och går 4 gångsteg motsols till dam nr 3. Gå do-si-do (vänster mot vänster axel, kav börjar på utsidan, dam insidan) – 4 gångsteg. Stanna i ring, damen vänd medsols kav vänd motsols.
Tur 3	16 takter	Höger hands kedja, polkasteg fram till nr 4. Ett polkasteg på varje byte. 4 polka omdansning runt. Upprepa höger hands kedja, polkasteg fram till nr 4, 4 polkasteg omdansning runt.

Dansen börjar om från början