

NORDLEK 2018

Fællesdans Norge

Springar fra Nordre Sunnmøre.

Dansen danses til en melodi i tre-tælling og grundtrinnet er chasse i 3-tælling med betoning på 1 og 3.

Fatning: Enhåndsfatning med hinanden i hånden.

Fortrin. Grundtrin fremad. Lille vending mod og fra hinanden.

Variationer:

1. "Jydsk på næsen" Herren: venstre – samle – højre
Damen: højre – højre – venstre. Andet højretrin er et lille hop.
1 omgang rundt på 1 trin.

2. "Hamborger" Grundtrin rundt. 2 trin til en omgang.

3. Damen rundt om herren.

Alm enhåndsfatning. Herren fører damen bag ryggen med højre hånd. H. skifter til venstre hånd og løfter armen. Damen danser forlæns under herrens venstre arm. Fatning med højre hånd, og Damen baglæns under Herrens højre arm.

Damen føres igen bag ryggen. Begge højre hånd. Herren skifter til venstre hånd, og damen danser forbi herren og baglæns under Hennes venstre arm. Skift til alm. fatning.

Der danses fremad i danseretningen og begge har front fremad under hele turen.

4. Pandekagevendinger.

Forlæns korsgreb. Man skiftes til at dans en omgang rundt med 1 trin. Damen begynder.

Damen medsols- og herren modsols rundt.

5. Damen under armen.

Damen danser medsols rundt under herrens arm.

Damen starter med venstre fod og Turen starter med en vending mod hinanden. H. venstretrin – D. højretrin. Derefter starter Damen runddansen med venstre fod. Trinet er: venstre – hop på venstre – højre, en omgang rundt.

Herren danser fremad i d.r. hele tiden.

Man kan også skiftes til at dreje rundt. Herren begynder med venstre fod og danser rundt med grundtrin.