

## Stopp. Ålandsk fællesdans til NORDLEK 2024

Opstilling:	Parvis med enhåndsfatning. Front i danseretningen.
Trin:	Gangtrin, polkatrin uden hop, chasetrin og sideløbstrin.
1 – 8	16 gangtrin parvis modsols. (i danseretningen)
1 – 8	Almindelig fatning. 8 "flade" polkatrin ret om i kredsen.
9	1 chasse $\frac{1}{4}$ vending avet om. (polkatrin $\frac{1}{4}$ rundt avet om) H. v.f. og D. h.f.
10	Appel. Herren højre – og damen venstre fod.
11	1 chasse $\frac{1}{4}$ vending ret om. (polkatrin $\frac{1}{4}$ rundt ret om) H. h.f. og D. v.f.
12	Appel. Herren venstre – og damen højre fod.
13 – 16	8 sideløbstrin bagud i danseretningen (medsols)
10 – 16	10 – 16 gentages som beskrevet.