

Totur, Holt. Norsk fællesdans til NORDLEK 2024

Opstilling: 2 par over for hinanden. (Hænderne holdes over skulderhøjde i kredsen og armene ud til siden.)

Trin: **Kors-trin.** ("Sidegang med krydsede ben"). Til venstre: Venstre fod sættes til siden og højre fod sættes bagved venstre = 1 krossteg. Modsat til højre.

Figur-trin: Danses i en 4-tælling - 1-2-3-og. Front mod egen danser.

Venstre fod sættes frem som om man vil passere højre forbi hinanden. Højre fod sættes til og træd tilbage på venstre fod. På 4. del drejes så man kan starte med højre fod.

Begge hænder i siden under figurtrinene.

1. tur.

- l: 1 – 4 :l a) Kreds medsols og modsols. 6 kros-trin og 3 appeller hver vej.
5 – 8 b) Hænderne i siden. Vend mod egen danser på den lange tone. 4 figur-trin, start med venstre fod. På det 4. trin drejes $\frac{3}{4}$ omgang rundt på højre fod. Herrerne medsols og damerne modsols.
9 – 12 Front mod fremmed danser. Figur-trinene gentages mod denne. Venstre fod først.

2. tur.

- 1 – 4 a) Højrehåndsmølle, herrer og damer hver for sig. Tommelgreb. 6 kros-trin og 3 appeller. Venstre hånd i siden.
1 – 4 Venstrehåndsmølle, herrer og damer hver for sig. Tommelgreb. 6 kros-trin og 3 appeller. Højre hånd i siden
5 – 12 Afdeling b) gentages.

3. tur.

- 1 – 4 a) Tohåndsmølle medsols, herrer og damer hver for sig. Håndfatning med "fingerkrog". 6 kros-trin og 3 appeller. 1. par har håndryggen opad.
1 – 4 Tohåndsmølle modsols, herrer og damer hver for sig. Håndfatning med "fingerkrog". 6 kros-trin og 3 appeller. 2. par har håndryggen opad.
5 – 12 Afdeling b) gentages.

4. tur.

- 1 – 4 a) "Klappekreds" medsols. Hver for sig. Lodret klap. Venstre hånd med håndfladen opad og højre nedad. 6 kros-trin og 3 appeller.
1 – 4 Tohåndsmølle modsols, Hver for sig. Lodret klap. Højre hånd med håndfladen opad og venstre nedad. 6 kros-trin og 3 appeller.
5 – 12 Afdeling b) gentages.

5. tur (afslutning)

- l: 1 – 4 :l Kreds som 1. tur a)