

Vals på 3

Efter *Trachtengruppe Waldenburgertal* & Linderöds Folkdanslag

Utgångsställning:

Grupper om 3; 1 kavaljer + 2 damer i ring med låg handfattning.



Tur 1 – 2 X 8 valssteg

Ring - alla börjar med vänster fot:

a) 8 valssteg runt medsols

b) 8 valssteg runt motsols.

Under sista valssteget släpper damerna varandras händer och alla vänder sig i stora ringens riktning (motsols)

Tur 2 - 8 valssteg

a) alla tar 2 valssteg framåt. Kavaljeren gör under 1:a valssteget pendling framåt med raka armar, damernas resp. inre arm följer kavaljerens. Damernas yttre arm hängande. Under det 2:a valssteget sker motsvarande armpendling bakåt.

b) Under valssteg 3 höjer kavaljeren båda armarna genom att pendla fram med dem som i tur 2a och låter dem förbli höjda under valssteg 4.

Damerna snurrar under kavaljerens höjda armar ett varv på två valssteg (valssteg 3 & 4). H. dam medsols, V. dam motsols.

c) Kavaljeren tar tumgrepp med H. dam och dansar 4 valssteg medsols: under tiden snurrar kavaljerens V. dam på plats runt ensam motsols med 4 valssteg.



Tur 3 – 8 valssteg

Tur 2 a – b upprepas

c) Kavaljeren tar tumgrepp med sin V. dam och dansar 4 valssteg motsols: under tiden snurrar kavaljerens H. dam på plats runt ensam medsols med 4 valssteg.



Tur 4 – 2 X 8 valssteg

Ring med korsfattning, ta bakomvarandes handled

a) Höger hands kors medsols: 8 valssteg runt medsols.

Under sista valssteget vändning inåt

b) Vänster hands kors motsols: 8 valssteg runt motsols.

