

Polskaa puille, helppo versio

Tässä koreografiassa on inspiroiduttu paritanssin työntö ja vetovasteen tunteesta, johon muun muassa Pispalan Sottiisin 2020 Saa tanssia! -kokonaisuudessa on muiden paritanssien lainalaisuuksien lisäksi keskitytty.

Vanha Polska Bromarvista

Musiikki 3/4 t.

Alkuasetelma: Parin kanssa vastakkain.

Kuvio:

kaksi solaa; vihreät solan oikealla puolella, valkoiset solan vasemmalla puolella.

Tahdit

Etuskeleet parin kanssa kädet käsissä

x 2 (vasen aloittaa)

- 1-3 Vasen jalka aloittaen 3x etuaskel parin kanssa pyörien myötäpäivään 1,5 kierrosta
- 4 Vasen jalka aloittaen kolme askelta vasemman kautta yksin pyörähtäen ympäri
- 5-7 Oikea jalka aloittaen 3x etuaskel parin kanssa pyörien vastapäivään 1,5 kierrosta
- 8 Oikea jalka aloittaen kolme askelta oikean kautta yksin pyörähtäen ympäri

Etuskeleilla käännetään yläkroppa aina paria kohden (kts. ohjevideo).

Kyynärotteessa parina kanssa etuskeleet

x 2 (vasen aloittaa)

- 1-3 Vasen jalka aloittaen 3x etuaskel parin kanssa pyörien myötäpäivään 1,5 kierrosta
- 4 Vasen jalka aloittaen kolme askelta vasemman kautta yksin pyörähtäen ympäri
- 5-7 Oikea jalka aloittaen 3x etuaskel parin kanssa pyörien vastapäivään 1,5 kierrosta
- 8 Oikea jalka aloittaen kolme askelta oikean kautta yksin pyörähtäen ympäri

Etuskeleilla käännetään yläkroppa aina paria kohden (kts. ohjevideo).

Kättely, askel-vaihtoaskeleessa

Peukalo-otteessa oman parin kanssa askel-vaihtoaskel

kisa-askel lopussa

Kättelyssä molemmat solat yhdistyvät ja suorittavat kättelyä neljän hengen kuviossa (kts. ohjevideo).

- 1 Vasen jalka aloittaen askel-vaihtoaskel oman parin kanssa, kättely oikealla kädellä aloittaen
- 2 Kättely vieraan kanssa keskellä, kuviosta ulospäin jatkaneet käänös kuviota kohti
- 3 Kättely vieraan kanssa molemmilla
- 4 Kättely vieraan kanssa, kuviosta ulospäin jatkaneet käänös kuviota kohti
- 5-6 Oman parin kanssa vieraalla paikalla peukalo-otteessa pyörintä myötäpäivään askel-vaihtoaskelella
- 7-8 Oman parin kanssa vieraalla paikalla peukalo-otteessa pyörintä myötäpäivään kisa-askelella

Kättely toistuu samalla lailla siten, että parit jäävät kuviossa tanssin aloituspuolelle

Vapaa vienti, 8 tahtia

- 1-8 Vapaa vienti valitsemalla askelikolla (kolmiaskel, etuaske, askel-vaihtoaskel), yksinkertainen on kaunista

- 1-8 **Kättely kokonaisuudessaan uudestaan**