

Skót tánctanfolyam 2. óra

Lépések:

gyors haladó lépés (Skip Change of Step)

Egy lépést egy bar (ütem) zene alatt kell végrehajtani. Egy bar általában két számolást jelent a gyakorlatban.

1. Ugrik: A bal lábon ugrunk egyet, és ezzel egyidejűleg a jobb lábat lefeszítve előrenyújtjuk.
2. Lép: A jobb lábat előrenyújtjuk negyedik pozícióba*.
3. Zár: A bal lábbal a jobb mögé zárunk harmadik pozícióba*.
4. Lép: A jobb lábbal újra előrelépünk negyedik pozícióba

Fellépés, lelépés (step up, step down)

***Láb pozíciók:**

1. pozíció: A sarkak összeérnek, lábak 90 fokban, a testsúly egyenlően oszlik el a két láb között.
2. pozíció: A „dolgozó” láb oldalt van, a sarkak egy vonalban vannak.
3. pozíció: A „dolgozó” láb a másik láb előtt helyezkedik el, a sarka a másik láb, középső részéhez ér hozzá. A két láb derékszöget zár be.
4. pozíció: A „dolgozó” lábat 1. pozícióból lefeszítve előrenyújtjuk.
4. „köztes” pozíció: A „dolgozó” lábat 3. pozícióból átlósan előrenyújtjuk. A lábfej a 2. és a 4. pozíció közötti helyzetet foglalja el.

Figurák:

Lecsúszás – 2 bar (Cast off for two bars)

Használt lépés: haladó lépés, Időtartam: két bar

1. bar Az 1. páros kifordul (a lány a jobb, a fiú a bal válla felé)..
2. bar Az 1. páros a 2. páros mögött letáncol a második helyre, a 2. páros közben fellép az 1. páros helyére.

Megjegyzés: lehet 2 helyet is lecsúszni, ekkor a 3. pár is fellép egy helyet.

Lecsúszás – 4 bar (Cast off for four bars)

Használt lépés: haladó lépés, Időtartam: négy bar

1. Az 1. páros kissé a szet közepe felé táncol
2. Az 1. páros kifelé táncol (a lány a jobb, a fiú a bal válla felé fordul), elindulnak a saját soruk mögött lefelé.
- 3-4. Az 1. páros a 2. páros mögött letáncol a második helyre, a 2. páros közben fellép az 1. páros helyére.

Sarok kerülés (Figure of Eight Across the Dance)

Használt lépés: haladó lépés. Időtartam: nyolc bar

- 1-2. Az 1. páros keresztbe vált az ellenkező oldalra, a 2. és a 3. közé. (Középen a fiú előreengedi a lányt.)
- 3-4. Az 1. páros feltáncol a 2. páros háta mögött első helyre (a partner oldalán).
- 5-6. Az 1. páros ismét keresztbe vált lefelé.
- 7-8. Az 1. páros feltáncol a saját oldalán az eredeti helyére.

Ugyanezt a figurát lehet az ellenkező irányba is kezdeni (ha nem az első helyről kezdi az 1. pár). Ekkor a táncoló páros felfelé és keresztbe indul el.

Rombusz (Back to Back)

Ezt a figurát két egymással szemben álló ember táncolja. lépés: Négy haladó lépés, Időtartam: Négy bar

1. Jobb lábbal egy lépést teszünk előre.
2. A bal lábbal egyet lépünk előre. Ezzel a lépéssel a két táncoló ember elhalad egymás mellett jobb vállal így egymás háta mögé kerülnek.
3. Jobb lábbal egy lépést hátratáncolnak, miközben bal vállal haladnak el egymás mellett.
4. Bal lábbal hátrálnak egy lépést, és ezzel megérkeznek a szet szélére az eredeti helyükre.

Be-ki (Advance and Retire)

Használt lépés: Négy haladó lépés, Időtartam: Négy bar

1. Jobb lábbal kezdve egy lépést teszünk előre.
2. Következik egy bal lábas lépés előre. Ennek a lépésnek a végén jobb lábunkat a bal mögé rakjuk, a lábujj hegye majdnem a padlót éri és lefelé mutat. Innen lehet kezdeni a hátrálást.
3. Jobbal hátralépünk.
4. Ballal hátralépünk.

Kalács (Jobb kéz – bal kéz) (Rights and Lefts)

Ezt a figurát két egymás mellett álló páros táncolja. Kiinduláskor a párosok tagjai a saját partnerüket nézik.

Használt lépés: haladó lépés, Időtartam: nyolc bar

- 1-2. Az 1. és 2. párosok tagjai a partnerük felé nyújtják a jobb kezüket, és helyet cserélnek.
- 3-4. Az 1. és a 2. lány (a fiú oldalon) és ugyanekkor az 1. és a 2. fiú (a lány oldalon) bal kézzel helyet cserélnek.
- 5-6. Az 1. és a 2. páros tagjai jobb kézzel helyet cserélnek a partnerükkel keresztbe a szeten.
- 7.8. Az 1. és a 2. lány, illetve az 1. és a 2. fiú bal kézzel helyet cserélnek a szet szélén. A figurát a saját eredeti pozíciójukban fejezik be. A 8. bar-nál az 1. fiú és a 2. lány a bal vállát hátrahúzva a hosszabb úton áll ki a helyére (polite turn).

Táncok:

Alice's Request J8x32

- 1- 8. bar 1. és 2. párosnak karika balra és vissza
- 9-16. bar Az 1. páros Figure of Eight-et táncol a 2 páros körül.
- 17-24. bar Az 1. lány és a 2. fiú forog egymással jobb kézzel (4 bar), majd a partnereik megismétlik ugyanezt.
- 25-32. bar Az első páros a szet közepén levezet, majd felvezet és kiáll második helyre.

R Goldring G & S Dances 2

Kelso Races R32

- 1-4. bar 1. fiú és 2. lány be-ki figurát táncol egymással
- 5-8. bar 1. fiú és 2. lány rombusz figurát táncol egymással
- 9-16. bar 1. lány és 2. fiú megismétli az első 8 bart
- 17-24. bar 1. páros kifordul, lecsúszik egy helyet, a 2. és 3. páros között betáncol a szet közepére, levezet egy helyet. A 3. párost hátulról megkerülve felcsúsznak a 2. helyre. A 2. páros a 23-24. bar alatt fellép az 1. páros helyére.
- 25-28. bar 1., 2., és 3. páros körben kezet fogva be-ki figurát táncol.
- 29-32. bar Az első három páros forog egymással jobb kézzel egy egészet.

The Highland Fair J 8x32

Bk of Graded SCDs

- 1- 8. bar Az 1. páros kifordul, majd letáncol a saját sora mögött 4 bar alatt, ezután visszafordulnak (egymástól elfelé) és visszatáncolnak 1. helyre.
- 9-16. bar Az 1. és 2. páros jobb kézzel forog egy teljeset, majd bal kézzel megismétli ugyanezt.
- 17-24. bar Az 1. páros a szet közepén levezet, a 2. páros követi őket. Majd mindketten visszafordulnak és feltáncolnak, az 1. páros 2. helyre, a 2. páros 1. helyre (ezúttal a 2. páros vezet).
- 25-32. bar A 2. és 1. páros "Kalács"-ot táncol

Braes of Balquhiddy R32

Scottish Dances collected by Mary Isedal Macnab - Volume I

- 1 – 4 Jobb kupola az 1. és 2. párosnak
- 5 – 8 Az 1. páros lecsúszik egy helyet, miközben a 2. páros felvezet az 1. helyre
- 9 – 16 Az 1. páros a 3. párossal megismétli az első 8 ütemet
- 17 – 24 Az 1. páros felvezet a szet tetejére, lecsúszik egy helyet, majd megkerüli a 3. párost (levezet egy helyet, majd felcsúszik egy helyet) és végül kettes helyen keresztbe mennek a szeten a túloldalra
- 25 – 28 Az 1. lány a 2. fiút, az 1. fiú a 3. lányt kerüli meg, majd találkozva egymással forognak jobb kézzel egy egészet
- 29 – 32 Az 1. lány a 2. lányt, az 1. fiú a 3. fiút kerüli meg. A táncot a saját oldalukon, 2. helyen fejezik be

Highland Rambler R40

- 1 – 4 Az 1. pár egymás felé indulva 4 ütem alatt lecsúszik a 2. helyre, a 3-4 ütem alatt a 2. pár fellép.
- 5 – 8 Az 1. és 3. jobbkezes kupolát táncol.
- 9 – 12 A 2. és 1. pár balkezes kupolát táncol. A végén az 1. lány kifelé néz az 1. fiú befelé.
- 13 – 16 Az 1. lány bal vállal megkerüli a 2. lányt, őt követi az 1. fiú. A végén az 1. lány a 3. pár között áll, az 1. fiú a 2. pár között és mindannyian lefelé néznek.
- 17 – 24 A két hármas sor levezet-felvezet. A végén az 1. pár marad a 2. illetve a 3. pár között és felfelé néznek.
- 25 – 28 Az 1. fiú jobb vállal kerüli meg a 2. lányt és beáll a 2. helyre. Az 1. lány a partnerét követve szintén a 2. helyen végez.
- 29 – 32 Az 1. párnak jobbkezes forgás.
- 33 – 40 A 2., 1. és 3. párnak karika balra és vissza.