

Skót tánctanfolyam 2. óra

Lépések:

gyors haladó lépés (Skip Change of Step)

Egy lépést egy bar (ütem) zene alatt kell végrehajtani. Egy bar két számolást jelent a gyakorlatban. Egy lépés így épül fel:

1. Hopp: 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. Innen indul másik lábbal a lépés előlről.

Fellépés, lelépés (step up, step down)

***Láb pozíciók:**

1. pozíció: A sarkak összeérnek, lábfejek 90 fokos szöget zárnak be, a testsúly egyenlően oszlik el a két lábon.
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:

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 lábás 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 hátrálépünk.
4. Ballal hátrálépünk.

Rombusz (Back to Back, Do-si-Do)

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 szett szélére az eredeti helyükre.

Levezet-felvezet (Lead down and up)

Használt lépés: Nyolc haladó lépés Időtartam: Nyolc bar

- 1-3. bar A táncoló páros a szett közepén levezet (jobb kéz a jobb kézben).
4. bar Egymás felé fordulva irányt váltanak, a bar végére a szett teteje felé néznek. Eközben egymás jobb kezét nem engedik el.
- 5-7. bar Felvezetnek a szett közepén, és elkezdnek a szélek felé táncolni.
8. bar Átlósan kitáncolnak a szett szélére, az eredeti helyükre.

Jobb és bal kupola (Four Hands Across and Back)

Használt lépés: Nyolc haladó lépés, Időtartam: Nyolc bar

- 1-3. Az 1. és a 2. páros egy ívet leírva belép a kupolába, és a továbbiakban ezen a köríven halad tovább, miközben a jobb kezét mindenki beteszi középre, és megfogja a többiekét. Ez lesz a tengely, ami körül haladni kell.
4. A táncolók elengedik egymás kezét, és jobb váll felé megfordulnak, hogy el tudják kezdeni a kupolát visszafelé.
- 5-6. A másik irányba haladnak a körív mentén úgy, hogy most a bal kezük van középen.
- 7-8. Táncolók elengedik egymás kezét. Mindenki kitáncol a szett szélére oda, ahonnan elkezdte a figurát.

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 ugyanez 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 szetten.
- 7-8. Az 1. és a 2. lány, illetve az 1. és a 2. fiú bal kézzel helyet cserélnek a szett szélén. A figurát a saját eredeti pozíciójukban fejezik be. A 8. bar-nál az 1. fiú és a 2. lány a bal vállát hátrahúzza a hosszabb úton áll ki a helyére (polite turn).

Chase: Mindenki körbe megy haladó lépéssel.:-) Lehet clockwise (órajárás irányba), és anticlockwise.

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.

Táncok:

Virginia Reel R40

- 1 – 8 Mindenki Be-Ki figurát táncol kétszer, mindegyik lépés 2 bar (jobb-bal-jobb és bal-jobb-bal).
- 9 - 16 Mindenki forog a partnerével 8 számolásra jobb kézzel egy teljeset, majd bal kézzel szintén.
- 17 - 24 Mindenki forog a partnerével 8 számolásra két kézzel, majd Rombusz figurát táncolnak.
- 25 – 32 Az 1-es páros középen jobb kéz a jobb kézben vezetnek, majd felvezetnek a szett tetejére.
- 33 – 40 Az 1-es páros vezetésével mindenki banánhéj szerűen levonul, az 1-es páros kaput tart, ezen bújnak át a többi párosok és táncolnak fel a szett tetejére, az új sorrend 2-es, 3-as, 4-es, 1-es lesz.

It's Nae Bother J32

- 1 - 8 Az 1-es és 2-es páros oldalt kézfogással üdvözl, az 1-es és 2-es lányok jobb vállal megkerülik a partnereiket és egy fél Chase-t táncolnak az óramutató járásával megegyezően, vissza a saját oldalukra, 21-es sorrendbe érkeznek.
- 9 - 16 Az 1-es és 2-es páros tagjai táncolnak egy jobb kupolát, majd egy bal kupolát.
- 17 - 24 Az 1-es és 2-es páros oldalt kézfogással üdvözl, az 1-es és 2-es fiúk jobb vállal megkerülik a partnereiket és egy fél Chase-t táncolnak az óramutató járásával megegyezően, vissza a saját oldalukra, 2-es, 1-es sorrendbe érkeznek.
- 25 - 32 A 2-es és 1-es párosok táncolnak egy Kalácsot.

The Atholl Reel R32

- 1 - 8 Az 1-es fiú és a 2-es lány táncol egy Be-Ki figurát, majd párjaik megismétlik.
- 9 - 16 Az 1-es és 2-es párosok táncolnak egy teljes Chase-t óramutató járásának megegyezően a négyszög mentén. (A négyzet minden oldala 2 teljes lépés, 2 bar.)
- 17 - 24 Az 1-es páros vezet, őket követi a 2-es páros, visszafelé a 2-es páros vezetésével érkeznek meg 21-es sorrendbe.
- 25 - 32 A 2-es és 1-es párosok táncolnak egy Kalácsot.

Alice's Request J32

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

R Goldring G & S Dances 2

A Jig for Elthea J32

- 1 - 8 Az 1-es páros letáncol középen, őket követi a 2-es páros, visszafelé a 2-es páros vezetésével érkeznek meg 21-es sorrendbe.
- 9 - 16 Az 1-es páros Figure of Eight-et táncol a 2-es páros körül. (Felfelé kezdik keresztbeváltással.)
- 17 - 24 Az 2-es páros Figure of Eight-et táncol a 1-es páros körül. (Lefelé kezdik keresztbeváltással.)
- 25 - 32 A 2-es és 1-es párosok táncolnak egy Kalácsot.