

## Skót tánctanfolyam — 7. óra

2018. március 20.

### Lépések:

#### **Strathspey haladó lépés**

Egy lépést egy bar (ütem) zene alatt kell végrehajtani.

Részei:

1. A lépés első pozícióból indul.
2. Jobb lábunkat lefeszítve előrenyújtjuk negyedik pozícióba. A lépés lefelé kezdődik, ami azt jelenti, hogy induláskor a hátul levő bal lábat be kell hajlítani.
3. A bal lábbal mögézárunk harmadik pozícióba.
4. Újra előrelépünk jobb lábbal negyedik pozícióba.
5. A jobb lábon ugrunk egy kicsit, miközben a bal lábat hátulról előrehúzzuk. Utána újrakezdjük a lépést, ezúttal bal lábbal.

#### **Strathspey üdvözlő lépés**

Egy lépést egy bar (ütem) zene alatt kell végrehajtani. A táncokban az „üdvözlés” általában egy jobb és egy bal lábbal kezdett üdvözlő lépést jelent.

Részei:

1. A lépés első pozícióból indul.
2. Jobb lábunkat lefeszítve oldalra, második pozícióba nyújtjuk és ráhelyezzük a testsúlyt. (A lépés szintén lefelé indul!)
3. A bal lábunkkal bezárunk hátsó harmadik pozícióba, és áthelyezzük rá a testsúlyunkat.
4. Jobb lábbal újra második pozícióba lépünk ki.
5. Ugrunk egy kicsit a jobb lábunkon, miközben a bal lábat a jobb mögé felemeljük. A bal térd ekkor ki van fordítva és a lábujjhegyünk a talajtól néhány cm-re van, lefelé mutat.
6. Ebből a helyzetből indulva bal lábbal megismételjük a lépést.

### Figurák:

#### **Üdvözlés és forgás a sarkokkal vagy Set to and Turn Corners**

Ezt a figurát három páros táncolja.

Használt lépés: Nyolc üdvözlő lépés

Időtartam: Nyolc bar zene.

- 1-2. Az 1. páros üdvözlő az első sarkát. (Közben a sarok is üdvözlő.)
- 3-4. Az 1. páros két kézzel forog az első sarkokkal (üdvözlő lépéssel!), a végén az 1. páros a második sarok felé néz. (A sarkok a saját helyükön fejezik be a forgást.)
- 5-6. Az 1. pár üdvözlő a második sarkokat.
- 7-8. Az 1. pár két kézzel forog a második sarkokkal. A forgást az 1. pár a 2. helyen, ellenkező oldalon fejezi be.

### Táncok:

#### **Bridge of Nairn S 8x32**

1-8. bar Az 1. páros lecsúszik két helyet, a 3. páros alatt bejön a szet közepére, felvezet a szet tetejére, ott keresztbevált és lecsúszik egy helyet. A 8. bar végén az 1. páros a 2. lánnyal szemben áll a szet közepén (a lány a fiú bal keze felé van).

9-16. bar Az 1. páros üdvözlő a sarkokat: először a 2. lányt, majd a 3. fiút, utána a 3. lányt és végül a 2. fiút. (Mindig az üdvözlés második felével mennek az új emberhez.) A 16. bar végén a páros tagjai a saját első sarkukat nézik.

17-24. bar Sarok-partner figura. Az 1. páros 2. helyen az ellenkező oldalon fejezi be (!).

25-32. bar A 2., 1. és 3. párosnak be-ki figura, majd az 1. páros forog a partnerével 1 1/2-et, hogy visszakérüljön a saját oldalára.

#### **R Bremner RSCDS Bk 13**

**Speed the Plough R8x32****RSCDS Bk 2**

- 1- 8. bar Az 1. és 2. jobb majd bal kezes kupolát táncol.  
9-16. bar Az 1. páros levezet közepén, majd fölvezet 1. sarok pozícióba.  
17-24. bar Üdvözlés és forgás a sarkokkal, a végén az 1. lány a 2. páros között, az 1. fiú a 3. páros között áll.  
25-32. bar Az 1. páros kétszer üdvözöl, majd 1 1/4-et forog két kézzel. A táncot 2. helyen saját oldalán fejezik be.

**Kettle River S32**

- 1-8. bar Az 1. páros üdvözöl, lecsúszik egy helyet, majd 2 kézzel forog másfelet. A végén az első sarkokat nézik.  
9-12. bar Az 1. páros üdvözöl és forog az 1. majd a 2. sarkokkal.  
13-16. bar Az 1. lány a 2. és 3. fiúval, az 1. fiú a 2. és 3. lánnyal 3 emberes karikát táncol csak balra. A karikát az 1. páros 2. helyen egymás felé nézve fejezi be.  
17-24. bar Az 1. páros 4 számolás alatt két kézzel egy teljeset forog, majd üdvözlő lépéssel egymás mellett elmennek, a végén a saját oldalukat nézik egymásnak háttal állva.  
25-28. bar Az 1. lány a 2. és 3. lánnyal, az 1. fiú a 2. és 3. fiúval 3 emberes karikát táncol csak balra. A karikát az 1. páros 2. helyen egymás felé nézve fejezi be.  
29-32. bar Az 1. páros 2 kézzel forog egy teljeset, melyet a szet közepén fejez be. A jobb vállukat hátrahúzva kitáncolnak 2. helyre a saját oldalukra.

**Rainbow's End R32**

- 1-8. bar Az 1. páros üdvözöl, jobb kézzel levezet 8 számolásra, majd egy üdvözlő lépéssel megfordul, a szet teteje felé.  
9-16. bar Az 1. páros jobb kézzel fölvezet, a 2. párost megkerülve lecsúszik második helyre, majd forog bal kézzel kb. egy egészet, a saját 1. sarkáig  
17-24. bar Üdvözlés és forgás a sarkokkal. Az 1. páros 2. helyen ellenkező oldalon fejezi be a figurát.  
25-32. bar AZ 1., 2. és 3. páros be-ki figurát táncol (4bar), majd mindenki forog jobb kézzel annyit, hogy a saját oldalán fejezze be.