

# Skót tánctanfolyam 1. óra

## Gyakori kérdések:

Kik vagyunk mi? - Budapest Skót Tánc Klub – [www.bstk.hu](http://www.bstk.hu)

Miért érdemes skót táncokat tanulni? - jó szórakozás és testmozgás egyszerre

Hol lehet skót táncolni Magyarországon? - havonta táncház, hetente klub, félévente valami skót hétvége/bál.

Mi az az ütem és a számolás közti összefüggés? - **1 ütem/bar = 2 számolás**

Interneten van valami skót táncról? - Pl. [www.bstk.hu](http://www.bstk.hu), [www.rscds.org](http://www.rscds.org), [www.strathspey.org](http://www.strathspey.org)

## Lépések:

### oldalsasszé (Slip step)

Ezzel a lépéssel oldalirányba tudunk haladni, 2 lépés végrehajtására van 1 bar zene (2 számolás).

1. Bal lábbal oldalra lépünk második pozícióba (lásd később).

2. Jobb lábbal mellézarunk, ekkor a sarkak összeérnek, mint egyes pozícióban (lásd később). Mikor a sarkak egymáshoz érnek, mindkét láb a levegőben van.

**gyors haladó lépés (Skip Change of Step)** – később lesz tananyag, addig: séta vagy jobb-bal-jobb, bal-jobb-bal

**üdvözlő lépés (Setting Step)** – később lesz tananyag, addig: egy helyben jobb-bal-jobb, bal-jobb-bal

## Figurák:

### Karika balra és vissza (Hands Round and Back – Circle):

Használt lépés: 16 oldalsasszé (slip step), Időtartam: Nyolc bar

1. A táncosok egy íven haladva balra kezdik a sasszét. A kezeket ekkor kezdik el emelni és megfogni.

2-4. Mindenki tovább táncol balra. A 4. bar végén le kell lassulni, hogy a következő bar elején mindenki el tudjon indulni az ellenkező irányba.

5-6. Mindenki jobbra indul el. A 6. bar végén azoknak, akik a szett elejéről, illetve végéről indultak, el kell engedniük egymás kezét.

7-8. Mindenki kitáncol a szett szélére.

### 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.

### Forgás (Turn): jobb vagy bal kézzel

Használt lépés: Haladó lépés Időtartam: Teljes forgás: négy bar (ha gyors forgás: két bar), félforgás: két bár.

### Jobb/bal kupola (Right/Left Hands Across - Wheel)

Használt lépés: Négy haladó lépés, Időtartam: Négy 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/bal kezét mindenki beteszi középre, és megfogja a többiekét. Ez lesz a tengely, ami körül haladni kell.

4. A táncolók elengedik egymás kezét, mindenki kitáncol a szett szélére oda, ahonnan elkezdte a figurát.

### Lecsúszás (2 bar – 4 számolás) és feltáncolás: (Cast off and Dance up)

Használt lépés: Négy haladó lépés. Időtartam: Négy bar

1-2. A táncoló pár kifordul a szettből (lány jobb vállat hátrahúzza, fiú a balt) a 2-es páros mögött letáncol a második helyre, közben a 2-es páros fellép egy helyet.

3-4. Feltáncol az 1-es páros középen az első helyre, mialatt a 2-es páros lelép egy helyet.

### Hosszú lecsúszás – 4 bar (8 számolás): (Cast off for 4 bars – Long cast)

Használt lépés: Négy haladó lépés. Időtartam: Négy bar

1. Az 1. páros kissé a szett közepe felé táncol.

2. Az 1. páros felfelé táncol.

3-4. A lány a jobb, a fiú a bal válla felé fordul, elindulnak a saját soruk mögött lefelé. Az 1-es páros a 2-es páros mögött letáncol a második helyre, a 2. páros közben fellép az 1. páros helyére.

### Levezet-felvezet (Lead down and up)

Használt lépés: Nyolc haladó lépés Időtartam: Nyolc bar

1-3. A táncoló páros a szett közepén levezet (jobb kéz a jobb kézben).

4. Egymás felé fordulva irányt váltanak, a bar végére a szett teteje felé néznek. Eközben egymás jobb kezét nem engedik el.

5-7. Felvezetnek a szett közepén, és elkezdnek a szélek felé táncolni.

8. Átlósan kitáncolnak a szett szélére, az eredeti helyükre.

## **Táncok:**

### **Festival Interceltique – Reel 40 – 3 v 4 párosos kört alkot**

- 1 – 8 6 illetve 8 ember karikát táncol balra és vissza.
- 9 – 16 Lányok eltáncolnak a partnerük előtt, megkerülik őket, miközben közelebbi kezükkel fogják egymást. Fiúk megismétlik: eltáncolnak a partnerük előtt és megkerülik őket.
- 17 – 24 Körben kezettfogva be-ki-t táncol mindenki kétszer.
- 25 – 32 Mindenki jobb kézzel forog a partnerével, majd bal kézzel a balra lévő partnerrel promenád tartásba.
- 33 – 40 Promenád tartásban az új partnerrel körbejárva a termet új köröket formálunk.

### **The Dhoon – Reel 32 – 3 v 4 párosos szett**

- 1 – 8 Kézfogás a széleken, mindenki jobbra és vissza szasszé; Jobbkéz forgás a partnerrel.
- 9 – 16 Ugyanez balra és vissza; balkéz forgás a partnerrel.
- 17 – 24 Első pár egyet lecsúszik, középen vissza föltáncol, kívül lecsúszik a szett végére.
- 25 – 32 Karika mindenkinek balra és vissza.

### **The Flying Scotsman – Jig 32 – 3 v 4 párosos szett**

- 1 – 8 Az 1-es és 2-es és a 3-as lány a fiúk sora mögé vált, megkerülik a fiúkat és visszatáncolnak a helyükre.
- 9 – 16 Az 1-es és 2-es és a 3-as fiú a lányok sora mögé vált, megkerülik a lányokat és visszatáncolnak a helyükre.
- 17 – 24 Az 1-es pár oldalsasszéval letáncol középen, majd vissza a 2. helyre, miközben a 2-es pár fellép.
- 25 – 32 A párosok tagjai oldalt kezet fognak, mindenki oldalsasszéval letáncol, majd vissza.

### **Highland Rambler – Reel 40 – 3 v 4 páros szett**

- 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. pár 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 hármassor 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.