



# FÅR JA' LOV MIXEN

<b>Danstyp</b>	Schottis-polka-sving
<b>Ursprungsland</b>	Sverige
<b>Musik</b>	"På party med" Tones orkester - Swingpotppuri
<b>Koreografi</b>	Ett urval av danser ihopplockade av Maud Nilsson och Lasse Liljengren i Västskustdansarna
<b>Fattningar</b>	Enkel handfattning, enkel midjefattning, sluten fattning, valsfattning
<b>Steg</b>	Schottissteg, polkasteg, gångsteg
<b>Utgångsställning</b>	Parvis efter varandra med enkel handfattning

**Tur 1**  
**(16 takter)**                                 **Svingen** - en omgång av Svingen dansas rakt igenom

**Tur 2**  
**(32 takter)**                                 **Grisenoa** - med valsfattning dansas en omgång av Grisesnoa

**Tur 3**  
**(32 takter)**                                 **Tölösteppen** - en omgång av Tölösteppen dansas rakt igenom

**Tur 4**  
**(16 takter)**                                 **Pariserpolka** - en omgång av Pariserpolka dansas rakt igenom

**Tur 5**  
**(32 takter)**                                 **Plankan** - en omgång av Plankan dansas rakt igenom

## NY MELODI

**Tur 6**  
**(32 takter)**                                 **Beer polka** - en omgång Beer polka dansas rakt igenom

**Tur 7**  
**(32 takter)**                                 **Christina polka** - en omgång av Christina polka dansas rakt igenom

## NY MELODI

**Tur 8**  
**(64 takter)**                                 **Alfa dansen** - av tur 1 dansas 3 aviga polka, vänd upp på det 4:e,  
därefter 8 snoa  
- dansa mellansticket rakt igenom  
- dansa tur 2 rakt igenom  
- dansa avslutningen

## NY MELODI

**Tur 9  
(16 takter)**

**Fiderussen** - en omgång av Fiderussen dansas rakt igenom och avslutas med att ställa upp parvis bredvid varandra. Damen i innerring vänd mot dansriktningen – kav. i ytterring vänd i dansriktningen

**Tur 10  
(8 takter)**

**Sch på logen i Hög** - dansa 2 schottissteg i dansriktningen, båda vänder och fortsätter 2 schottissteg i dansriktningen

- med enkel handfattning går damen på **8** gångsteg under kav. h. arm tillbaka till ytterring.

Kav. går sina steg på  $\frac{3}{4}$  varv medsols tillbaka till innerring.

**Tur 11  
(16 takter)**

**Bytessnoa** - kav. börjar med att direkt göra ett byte till nästa dam,

- 4 snoa
- byter till ny dam
- 4 snoa - dansen är slut

*Dansen tillägnas Får Ja'Lov till deras 30-års jubileum och är ett sammansatt potppri av gamla kända danser som dansas i föreningen.*

*Framfördes av Västkustdansarna på jubileumsfesten den 20 oktober 2007 och gjordes i form av en gissningstävling där gästerna skulle gissa de danser som dansades.*