

Fryksdalspolska

UTGÅNGSSTÄLLNING: Två parallella, mot fronten vinkelräta och mot varandra vända linjer, två par i varje linje, omkring fyra stegs avstånd mellan linjerna. Öppen fattning nr 1 Parens nummerordning är, från fronten sett och räknat i linjen till vänster 1 och 2 samt i linjen till höger 3 och 4, första och tredje paren står således främst

FATTNINGAR: Öppen fattning nr 1 (enkel handfattning). Sluten fattning nr 6 (liksidig fattning).

STEG: Fryksdals steg, springsteg med början på vänster fot, sparksteg och klacksteg med tittut. Omdansning sker alltid med Fryksdals steg.

TUR 1

Paren 1 och 2,3 och 4 vänder sig mot varandra, båda paren tar i ring och dansar ett varv med fryksdaissteg (1-4). Paren bildar kors med höger tumgrepp och alla fyra fattar med vänster hand om framförvarandes högra arm vid armbågsvecket och dansar ett varv (5-8), varefter paren omdansar till egna platser (9-16). Tredje och fjärde paren dansar samtidigt på liknande sätt.

TUR 2

A. Damerna dansar med sex springsteg över till de mitt emot varande kavaljererna och fattar vid mötet motstående dam med höger hand och sedan mitt emot stående kavaljers vänstra hand med egen vänster och föres av kavaljeren ett varv runt samt stannar tätt framför och vänd ifrån kavaljeren, händerna i sidorna (1-4). damens vänstra hand samt lägger sin högra hand om damens midja och för henne med springsteg på stället ett varv runt motsols (3-4). Paren gör fyra klacksteg med tittut, börjande åt höger (5-8). Damerna dansar tillbaka till egna kavaljerer på samma sätt som beskrivits i början på denna tur, men stannar framför och vända åt dem (9-12), varefter paren omdansar på egen plats (13-16).

B. Upprepande av A, varvid kavaljererna och damerna byter roller, dock att kavaljeren under klackstegen med tittut håller armarna i kors över bröstet (1-16) .

TUR 3

Paren tar linjevis varandra i hand och båda linjerna dansar med sex springsteg emot varandra, varvid linjernas flyglar sammanknytes (1-2). Med sex steg dansar paren bakåt så att de bildar ring (3-4), på sex steg slås ringen ihop parallellt med fronten (5-6), på sex steg åter i ring (7-8), med sex steg slås ringen ihop vinkelrätt mot fronten (9-10), med sex steg ånyo ring (11-12), varefter paren omdansar till egen plats (13-16). Då flera par i olika grupper samtidigt dansar, varvid samtliga första och andra par bildar en linje och likaså tredje och fjärde paren, bör för utrymmets skull varannan grupp göra sammanslagningarna vinkelrätt mot bredvidstående grupp.

TUR 4

Damerna dansar med springsteg, kvarhållande i vänster hand sina kavaljerers högra händer, in mot varandra och fattar varandras högra handled och tar korsfattning. Korset rör sig med springsteg motsols(1-8), varefter kavaljererna med markering på vänster fot svänger sina damer ett halvt varv motsols och samtidigt fattar varandras händer och bildar kors. Korset rör sig motsols (9-16), varefter paren omdansar till egen plats (9-16).

TUR 5

Tredje och fjärde paren vänder sig, efter markering med vänster fot, mot fronten, bildar port och gör sparksteg, medan första och andra paren, efter markering med vänster fot, bildar sladd, som av första parets dam drages igenom portarna. Då andra parets kavaljer dansar igenom i tredje parets port förenar han detta par med sladden genom att med vänster hand fatta tredje parets dams högra hand och tredje parets kavaljer förenar sedan i sin ordning på liknande sätt fjärde paret med sladden. Första parets dam leder emellertid, då hon dansar igenom fjärde parets port, sladden över åt andra parets plats, första och andra paren stannar på egna platser, vänder sig mot fronten med sparksteg och bildar port, som tredje och fjärde paren i sladd dansar igenom. Tredje parets dam leder sladden vidare över tredje parets plats, där paret, svängande åt vänster, vänder sig mot fronten och med sparksteg bildar port, fjärde paret dansar igenom denna och bildar i sin ordning port med sparksteg, och samtliga paren avvaktar i denna ställning under sparksteg första reprisens slut. Paren omdansar på egen plats (1-16, 9-16). Musik för fyra par(1-16, 9-16), för åtta par (1-8, 9-16, 1-8, 9-16).

TUR 6

A. Första och andra paren tar i ring, likaså tredje och fjärde paren, och dansar med tre fryksdalssteg ett varv (1-3) varpå andra och tredje parens kavaljerer, vilka kommit tätt bakom varandra, under ett fryksdalssteg vänder sig ett halvt varv åt höger, hastigt svänger sina damer bakåt och närmar sig kvarstående paret på motsatt sida (4).

B. Första och tredje paren ringdansar ett halvt varv, samtidigt med att andra och fjärde paren ringdansar ett varv, allt med tre fryksdalssteg (5-7), varefter tredje och fjärde parens kavaljerer, som kommit tätt bakom varandra, på nyss beskrivet sätt svänger över sina damer till motsatta sidan (8).

C. Första och fjärde paren ringdansar ett halvt varv, medan andra och tredje paren ringdansar ett varv, allt med tre fryksdalssteg (9-11), var- efter andra och fjärde parens kavaljerer svänger över sina damer till motsatta sidan (12).

D. Första och andra paren ringdansar ett och ett halvt varv, tredje och fjärde likaså, allt med fyra fryksdalssteg (13-16), varefter samtliga paren omdansar till egen plats (9-16).

Som stöd för minnet till tur 6 kan användas:

1:an behåller sin plats under hela turen

2:an svänger, plats, svänger

3:an svänger, svänger, plats

4:an plats, svänger, svänger.

UPPLYSNINGAR OM DANSEN 1

Fryksdalspolskan synes tillhöra de över hela landet kända slängpolskorna, som i vissa trakter utvecklats till fyrapolska eller som den också kallas fyrmannadans. En äldre man i Fryksdalen har omtalat att han i sin ungdom dansat en polska som liknade de första turerna i Fryksdalspolskan. Han kände däremot ej till de senare turerna. I

Takt

1- 4	Tur 1	Små ringar, ringfattning, fryksdalssteg
5- 8		Kors med höger tumgrepp
9-16		Omdansning parvis, slutet fattning nr 6.
1- 4	Tur. 2	Dam höger hands kedja över till motstående kavaljer,
5- 8		4 klacksteg med tittut, springsteg.
9-12		Dam kedja tillbaka till egen kavaljer.
13-16		Omdansning parvis.
1-16		Upprepas av kavaljeren.
1- 2	Tur 3	6 springsteg linjevis mot varandra.
3- 4		6 springsteg bakåt bildar ring.
5- 6		6 springsteg parallell linjer med fronten.
7- 8		6 springsteg bakåt åter ring.
9-10		6 springsteg vinkelrätt mot fronten.
11-12		6 springsteg bakåt åter ring.
13-16		Omdansning parvis till utgångsplatsen.
1- 8	Tur 4	Dam höger korsfattning, springsteg medsols.
9-16		Kavaljer höger korsfattning springsteg motsols.
9-16		Omdansning parvis,
1- 8	Tur 5	Kavaljersidan bildar port, damsidan dansar sladd igenom.
9-16		Damsidan bildar port, kavaljererna dansar sladd igenom.
9-16		Omdansning parvis.
1-16	Tur 6	Små ringar, svängningar.
9-16		Omdansning parvis.