

## SPINNROCKEN eller EIDERETAS

<b>Danstyp</b>	
<b>Ursprungsland</b>	Estland
<b>Musik</b>	
<b>Koreografi</b>	
<b>Fattningar</b>	Valsfattning, armkrok
<b>Steg</b>	Särskilda mazurkasteg ( <i>se utförande nedan</i> ), valssteg, springsteg
<b>Utgångsställning</b>	Parvis i öppen ring, vända i dansriktningen, valsfattning ( <i>obegränsat antal par</i> )

### Första turen

Mazurkaturen (*Musik 1-8, 1-8*)

#### A 1 Takt 1-2

Paren rör sig framåt i ringens rörelseriktning (*motsols*) med två för dansen speciella mazurkasteg

#### *Stegets utförande:*

*Med ett litet hopp sätter kavaljeren vänster och damen höger fotblad i golvet på första taktdelen samtidigt som kroppen lutar något framåt och det inre benet förs bakåt med sträckt vrist.*

*På andra taktdelen sätter man inre foten intill den yttre samtidigt som yttre benet förs framåt med sträckt vrist.*

*På tredje taktdelen böjs yttre benets knä samtidigt med ett hopp på inre fotbladet.*

#### 2 Takt 3-4

Paret dansar två valssteg ett varv runt medsols samtidigt som det följer stora ringens rörelse motsols

#### B Takt 5-8

A 1 och 2 upprepas

### Andra turen

Figuréturen (*Musik 9-16, 9-16*)

**Utgångsställning:** Kavaljer och dam vänder sig mot varandra, damerna i en yttre ring, kavaljererna i en inre med ryggen mot ringens mitt. Samtliga med ledig hand i sidan med händerna knutna om tummen.

#### A 1 Takt 9-12

Kavaljer och dam dansar fyra valssteg baklänges från varandra med någon vridning åt det håll stegen tas. **Båda börjar med vänster fot.**

#### 2 Takt 13

På första taktdelen görs en appell (= *istamp med foten*) med vänster fot. På andra och tredje taktdelen dansar paret mot varandra med två springsteg (*höger, vänster*).

#### 3 Takt 14-16

Paret fattar höger armkrok och fortsätter springstegen ett och ett halvt varv medsols runt på plats, släpper fattningen och sätter ledig hand i sidan med handen knuten såsom tidigare. Kavaljeren slutar alltså turen i den yttre ringen och damen i den inre, vända mot varandra.

**4 Takt 17-21**

Takt 9-13 upprepas (*A 1 och 2*)

**B Takt 22-24**

Lika med A 3 (*takt 14-16*) men med vänster armkrok och springsteg ett och ett halvt varv motsols så att paret återkommer till utgångsställningen.

Dansen upprepas efter behag.