

# FJÄLLNÄSPOLSKA

Aufstellung: Paarweise in 2 parallelen, zur Front rechtwinkligen Linien, zueinander gewendet  
Fassungen: offene Fassung, Hambofassung, Zweihandfassung, Hüftfassung  
Schritte: Laufschriffe, „Dalschritte“, „Ausschlagschritte“, Blekinge-Schritte, Fersenschritte

## Kehre 1

Alle tanzen mit 3 kleinen Laufschriffen zueinander, links beginnend (1) und halten an (2). Danach rechter Dalschritt, linker Dalschritt (3 – 4) und wieder 3 kleine Laufschriffe zueinander, jetzt rechts beginnend (5) und Halt. Dann linker Dalschritt und rechter Dalschritt (7 – 8). Jetzt stehen die zwei Linien dicht zusammen. Mit geschlossener Fassung tanzen die Paare weiterhin Dalschritte zueinander, links beginnend, (9 – 13). Der Bursche lässt die Hände des Mädchens los und alle tanzen drei kleine Laufschriffe, links beginnend und eingestützt, nach links und aneinander vorbei in den Längsrichtungen der Linien (13) sowie „Ausschlagschritte“ (14). Burschen Rücken an Rücken, mit einem kleinen Abstand zum eigenen Mädchen. Alle machen einen kurzen Sprung auf der Stelle eine halbe Umdrehung i.U. und dann zwei „Ausschlagschritte“ (15 – 16). Jetzt links beginnend drei etwas längere Laufschriffe, links aneinander vorbei (17) sowie „Ausschlagschritte“ Rücken an Rücken (18). Nun noch einen Sprung, wie soeben beschrieben und zwei „Ausschlagschritte“ zueinander (19 – 20). Die Burschen fassen mit der linken die rechte Hand des Mädchens und die Paare laufen zurück zur Ausgangsposition wie zu Anfang dieser Kehre. D.h. 3 Laufschriffe, 2 Dalschritte (21 – 24), nochmals 3 Laufschriffe, 2 Dalschritte (25 – 28). Am Ende sind alle zurück am Platz, jedoch mit dem Rücken zueinander.

## Kehre 2

Der Bursche macht g.U. und das Mädchen i.U. jeweils auf der rechten Fußsohle  $\frac{1}{2}$  Umdrehung. Damit schauen die Linien zueinander. Der Bursche fasst mit seiner rechten Hand die linke des Mädchens. Sofort nach der Drehung führen alle den linken Fuß etwas über Kreuz über den rechten und der Schwerpunkt wird für einen Moment auf den vorderen Fuß verlagert. Dann zurück zum rechten Fuß. Nun der linke Fuß etwas schräg nach vorne/links mit dem Schwerpunkt auf diesem Fuß (1). Ein Schritt mit dem rechten Fuß etwas über Kreuz über den linken – Schwerpunktverlagerung – zurück zum linken Fuß und der rechte etwas schräg nach vorne/rechts (2). Drei kleine Trampelschritte auf der Stelle und links beginnend (3) und Halt auf dem rechten (4). Wiederholung nach links mit dem rechten Fuß beginnend (5 – 8). Jetzt sind die Linien wieder eng zusammen. Nun alle einstützen und eine Umdrehung, die so geht: Der Bursche dreht auf der linken Fußsohle, dabei den rechten Fuß nach vorne bewegen, mit der Ferse auf dem Boden, (über zwei Drittel eines Taktes) und zurück mit der Zehenspitze auf dem Boden auf Taktteil drei. Dies wird vier mal wiederholt; die ganze Umdrehung wird also in vier Teile aufgeteilt. Die Mädchen machen dasselbe, aber drehen sich auf der rechten Fußsohle (9 – 12). Nun entfernen sich die Linien voneinander zur Ausgangsposition, die Burschen halten mit der linken Hand die rechte Hand des Mädchens und die selben Schritte wie soeben (13 – 20). Am Ende dieser Kehre befinden sich die Linien wieder an der Ausgangsposition, aber mit dem Rücken zueinander.

## Kehre 3

Geschlossene Fassung, Blekingeschritte rechts (21), Blekingeschritt links (22), Blekingeschritt rechts-links-rechts (23), Blekingeschritt links (24). Wiederholung (25 – 28). (Achtung! Schritte in Längsrichtung der Linien). Mit beibehaltener Fassung tanzen die Paare rechte und linke Dalschritte, wobei die Tänzer sich etwas nach rechts bewegen (21 – 22), nach einer Wendung nach links rechts-links Dalschritt, aber jetzt mit Bewegung nach links (23 – 24). Wiederholung nach rechts und links (25 – 28).

## Kehre 4

Die Linien tanzen gleichzeitig vier Dalschritte, rechts beginnend, zueinander (29 – 32), wobei beim rechten Dalschritt alle die rechte Hand leicht gebeugt über die Stirn von links nach rechts führen, wie wenn man starken Sonnenschein abschirmen möchte. Beim linken Dalschritt die linke Hand. Freie Hand eingestützt. Beim vierten Dalschritt sind die Linien zusammen. Nun fassen die Burschen mit geschlossener Fassung das Mädchen gegenüber und drehen mit drei Schritten eine ganze Umdrehung i.U. (33). Dann stehen bleiben mit Markierung mit beiden Füßen (34). Danach schiebt der Bursche das Mädchen von sich weg und alle laufen, links beginnend, drei Laufschriffe rückwärts zum Platz (35), sowie Ausschlagsschritte (36). Wiederholen (29 – 36).

## Kehre 5

Sechs Fersenschritte mit Anschauen und rechts beginnend (21 – 26). Danach führt der Bursche sein Mädchen (Fassung beibehalten) eine ganze Umdrehung i.U. mit 6 kleinen Laufschriffen (27 – 28). Wiederholen (21 – 28).

#### Kehre 6

Ausgangsstellung, den Rücken einander halb zugewendet und eingestützt. Der Bursche hat nun den Schwerpunkt auf dem linken Fuß und das Mädchen auf dem rechten. Alle bewegen jetzt den anderen Fuß wechselweise nach vorne mit der Ferse auf dem Boden auf 1 und 2 im Takt und auf 3 zurück mit der Zehenspitze auf dem Boden. Während dieser Bewegung winkt der Bursche im Takt mit der Musik dem Mädchen der anderen Reihe mit der rechten Hand zu. Nach sechs Mal winken (29 –34) laufen alle mit sechs Laufschritten im Kreis herum; Bursche g.U. und Mädchen i.U. → die Rücken einander halb zugewendet am Ende (35 – 36). Alles insgesamt wiederholen (29 – 36), nun aber winkt das Mädchen mit der linken Hand dem Burschen zu und die Umdrehung während den Takten 35 und 36 ist nur zur Hälfte. Man kann die Wirkung in dieser Kehre erhöhen, indem das Mädchen auf das Zuwinken mit Gestik und Minenspiel reagiert. Sie deutet damit an: „Ich möchte zwar die Einladung befolgen, getraue mich aber nicht“. Der Bursche reagiert ebenso.

#### Kehre 7

Mit geschlossener Fassung tanzen die Paare Hambo und bilden dabei einen großen Kreis. (29 – 36).