

Polka-Rennen

tanzillus.ch

Formation: Danse sur des lignes avec une course
Convient: Pour les jeunes et les jeunes danseurs
Musique: Polka, 8 mes. par figure

UV	UV
UV	UV
UV	UV
UV ²	UV ²
UV ¹	UV ¹

Face Face
Λ = Garçon (G) ∩ = Fille (F)

Mes.: Disp.:

1-2 UV (*Prise ouverte, main libre sur la hanche*)
 UV 1 pas changé de côté → et 1 pas changé de côté ← ,
 UV départ gauche

3-4 UV² 4 pas marchés en avant ↓
 UV¹

5-6 = mes. 1-2

7-8 U V Couple 1 (*Lâcher la prise*)
 U V ½ tour, G↻, F↻ et courir en extérieur à la fin de la rangée ↑

 U V Couple 2 (*Lâcher la prise*)
 U V ½ tour, G↻, F↻ et courez dans l'allée sous les portes jusqu'au bout
 ↑ UV ↑ de la rangée ↑



Les autres couples:

Sur place, font la porte avec les mains tenues

Couples 1 & 2 font une course: Celui qui arrive en dernière doit se joindre à la fin de la rangée.

Le tout première couples est maintenant couple 1 et la suivante est couple 2

Répétez la danse comme vous le souhaitez.



Mélodie: Au choix une mélodie polka, 8 mes. par figure

tanzillus.ch-suggestion:

S Grütters drü Buebe de Lukas Bühler, Örgelichnächte

Gseh's nid so äng de Urs Mangold, Oberbaselbieter Ländlerkapelle

Information: La forme de danse est connue en Allemagne «Rheinländer-Rennen» ou «Rheinländer-schiff». Le Rheinländer allemand convient à la polka suisse musicalment.

Remarque: Un nombre impair de couples fait la danse palpitant.
Des danseurs entraînés dansent au lieu des pas changés des pas polka.