

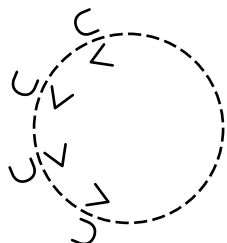
Schaatsenriederspolka

Tempo MM ♩ = ca. 160

Volgorde muziek (AB) 3x

Volgorde dans (ab) 3x

Beginopstelling



flankcirkel van paren met het gezicht in dansrichting

Beginhouding

handen gekruist voor, rechts over links, rechtervoet vrij

4/4 maat tel

a. naar voren schaatsen

A	opmaat		
	1	1	rechterbeen naar achter opzwaaien, het bovenlichaam naar voren buigen
		2	rechtervoet in dansrichting neerzetten
		3	linkervoet in dansrichting neerzetten
		4	rechtervoet in dansrichting neerzetten
		4	lichte vering op rechtervoet, linkerbeen naar achter opzwaaien, het bovenlichaam naar voren buigen
	2	1	linkervoet in dansrichting neerzetten
		2	rechtervoet in dansrichting neerzetten
		3	linkervoet in dansrichting neerzetten
		4	lichte vering op linkervoet, rechterbeen naar voren heffen
	3	1	stap op de rechtervoet naar voren
		2	vering op de rechtervoet, linkerbeen naar voren heffen
		3	stap op de linkervoet naar voren
		4	lichte vering op de linkervoet, rechterbeen naar voren heffen
	4	1-3	herhaal maat A 3 een keer
		4	lichte vering op de linkervoet, rechterbeen naar achter opzwaaien, het bovenlichaam naar voren buigen
	5-8		als maat A 1-4, alleen bij tel 4 eindigt men tegenover elkaar, rechtervoet zonder gewicht aansluiten, handen in de zij

b. tegenover elkaar en hele draai in klokrichting

B			
	9	1	rechtervoet iets opzij plaatsen
		3	linkervoet over de rechtervoet aantikken
	10	1	linkervoet terugplaatsen
		3	rechtervoet over de linkervoet aantikken
	11	1-2	rechterarm inhaken, draai inzetten, stap-hop op de rechtervoet
		3-4	stap-hop op de linkervoet



- | | | |
|-------|-----|---|
| 12 | 1-4 | als maat B 11, tegenover elkaar eindigen |
| 13-16 | | als maat B 9-12, naast elkaar eindigen met handen gekruist voor en de dans vanaf het begin (de opmaat) herhalen
de laatste keer eindigt men tegenover elkaar met beide voeten naast elkaar |

Achtergronden

Van muziek en dans weten we helaas niet meer gedanst wordt.
dan dat hij al heel lang in het oosten van het land