

# Ahavat hadassah

Israel

**A**  $\text{♩} = 76$

**B**

*Øversættelse:* Kærligheden til mit land.

*Opstilling:* Vilkårligt antal dansere i kreds eller på korte rækker; håndfatning med armene strakt nedefter.

**A**

4 gange

Takt 1 - 4 Front let drejet mod højre, to *kamel-trin*\* til højre.  
Takt 1 - 4 Gentages (ialt fire 'kamel-trin').

**B**

4 gange

Takt 5 Front mod centrum, højre fod et trin sidelæns til højre ♩, venstre fod krydser foran højre ♩, idet man samtidig bøjer begge knæ, slipper håndfatningen og med et fingerknips fører armene over kors foran brystet (venstre over højre).  
Takt 6 Håndfatningen genoptages, højre fod et trin sidelæns til højre ♩, hvorefter vægten straks lægges tilbage på venstre fod ♩, lille hop sidelæns til højre på højre fod ♩ (højre knæ bøjes lidt), venstre fod krydser foran højre ♩ (knæene strækkes).  
Takt 7 - 8 Som takt 5 - 6.  
Takt 5 - 8 Gentages.

## Variation i B

4 gange

Takt 5 Front mod centrum, højre fod et trin frem ♩ og en hurtig bøjning og strækning af højre knæ (altså egtl. ialt ♩), trin tilbage på venstre fod ♩ og en hurtig bøjning og strækning af venstre knæ.  
Takt 6 Trin sidelæns til højre på højre fod ♩ og en hurtig bøjning og strækning af højre knæ, venstre fod krydser foran højre ♩, hop på venstre fod ♩.  
Takt 7 - 8 Som takt 5 - 6.  
Takt 5 - 8 Gentages.

\**Kamel-trin:* ♩ et trin frem på højre fod ♩ (venstre fod bliver i gulvet), hælene løftes og knæene strækkes ♩,  
♩ vægten lægges tilbage på venstre fod ♩ (højre fod bliver i gulvet), venstre hæl sænkes langsomt og kroppen bøjes lidt fremover ♩ (fra hoften, ryggen holdes strakt),  
♩ knæene bøjes og vægten lægges frem på højre fod,  
♩ et trin frem på venstre fod, idet knæene strækkes og kroppen rettes op.

## Forkortelser og tegnforklaring

v = venstre  
h = højre  
H = herre  
D = dame

→ danseretning til højre  
← danseretning til venstre  
↑ danseretning fremad, evt. mod kredsmidte

↓ danseretning baglæns

Φ på stedet

(h) } ubelastet trin  
(v) }

h } stamp  
v }

h/x h.fod krydser foran v

h/x h.fod krydser bagom v

h hop } hoptrin  
v hop }