

# Ajde, Jano

*Forspil* ♩ = 34 (♩ = 238)

Jugoslavien (Makedonien)

*Oversættelse:* Lad os gå, Jana.

*Opstilling:* vilkårligt antal dansere på række eller i åben kreds, håndfatning i skulderhøjde.

## Variation 1

### Takt

- 1 Front let drejet mod højre. Et skridt til højre på h.fod ♩, vip på h.fod ♩, et lille skridt videre på v.fod ♩
- 2 Front mod centrum. Et lille skridt sidelæns på h.fod ♩, v.fod svinges ind foran højre (v.knæ let bøjet) og samtidigt 2 hurtige bøjninger og strækninger af h.knæ ♩ ♩
- 3 Som takt 2 til modsat side på modsat fod.

## Variation 2

- 1 Front let drejet mod højre. Et skridt til højre på h.fod ♩, et skridt videre på v.fod ♩
- 2 3 skridt videre  $\begin{matrix} h \\ v \\ h \end{matrix}$
- 3 Front mod centrum. Et skridt frem på v.fod ♩, v.hæl løftes fra gulvet og h.fod svinges ind foran venstre.
- 4 Et skridt frem på h.fod ♩, v.fod sættes frem med tæen i gulvet ♩, pause  $\frac{1}{2}$  I denne takt sænkes armene.
- 5 Et skridt baglæns på v.fod ♩, et skridt baglæns på h.fod ♩, v.fod krydser hen foran højre ♩, idet man drejer lidt mod højre og løfter armene igen til skulderhøjde.

## Variation 1

## Variation 2

## Forkortelser og tegnforklaring

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

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

↓ danseretning baglæns

⊕ på stedet

(h) ubelastet trin  
(v)

$\frac{h}{v}$  } stamp

$\frac{h}{x}$  h.fod krydser foran v

$\frac{h}{x}$  h.fod krydser bagom v

$\left. \begin{matrix} h \text{ hop} \\ v \text{ hop} \end{matrix} \right\}$  hoptrin