

# Gerakina

Grækenland

♩ = 252

Opstilling: vilkårligt antal dansere på række eller i åben kreds, håndfatning med hængende arme.

- A**  
Takt
- 1 Front let drejet mod højre. 3 gangtrin til højre  $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$  h v h
- 2 1 gangtrin videre på v.fod  $\dot{\cdot}$ , h.fod sættes uden belastning ved siden af venstre, først med hælen pegende udad  $\dot{\cdot}$ , derefter med hælen indad  $\dot{\cdot}$
- 3-4 Som takt 1-2, i slutningen af takt 4 drejning til front mod centrum.
- 5-6 Mod centrum med samme trin som i takt 1-2, idet armene samtidigt hæves.
- 7-8 6 trin baglæns  $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$  h v h v h v, idet armene sænkes og de lange trin markeres med en lille knæbøjning.
- 9-10 Behold vægten på v.fod og sæt h.fod ubelastet til, henholdsvis med hælen pegende ud-ind-ud ( $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$ ) og ind-ud-ind ( $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$ ).
- 11-12 Slip håndfatningen og drej en omgang på stedet med 6 trin  $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$   $\dot{\cdot}$  h v h v h v, idet v.hånd holdes skråt fremad-opad og h.hånd lægges på ryggen.

- B**
- 13 Håndfatningen genoptages, 1 stort skridt skråt frem til højre på h.fod  $\dot{\cdot}$ , hop på h.fod  $\dot{\cdot}$ , v.fod krydser foran højre  $\dot{\cdot}$ , h.fod et skridt til højre  $\dot{\cdot}$
- 14 Et skridt baglæns til højre på v.fod  $\dot{\cdot}$ . (bagom h.fod), træk h.fod hen til venstre med hælen løftet og drejet ind over v.fod  $\dot{\cdot}$ , pause  $\zeta$
- 15-16 Som takt 13-14.
- 13-16 Gentages (figur med spring ialt 4 gange).

**A**

h v h v (h -) h v h v (h -) h v h v (h -)

h v h v h v (h - - - - -) h v h v h v

(bøj) (bøj)

**B**

h hop v h v (h)  $\zeta$  4x

h hop v h v

## 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
- x }

- h h.fod krydser foran v
- x
- h h.fod krydser bagom v
- x
- h hop } hoptrin
- x hop }