

# Nordlands rheinlænder

Norge

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

G D G G D7 C G D7 G

**Opstilling:** parvis med front i danseretningen. Herre og dame fatter hinandens venstre hånd foran sig, hinandens højre hånd løftet over damens højre skulder.

**Trin:** omtrædningstrin, gangtrin og polkatrin.

- |      |      |   |
|------|------|---|
| Takt | 1- 2 | To omtrædningstrin fremad, begge begynder med venstre fod.  |
| Takt | 3    | Et gangtrin fremad på venstre fod ♩, højre fod krydser hen foran venstre med tåen i gulvet ♩ (ubelastet).   |
|      | 4    | Højre fod sættes et lille trin til højre ♩, venstre fod krydser hen foran højre med tåen i gulvet ♩ (ubelastet).  |
|      | 5- 6 | Som takt 1-2.   |
|      | 7    | Som takt 3.   |
|      | 8    | Herren danser som i takt 4, mens damen danser 1 polkatrin (begynd med højre fod) en omgang højre om sig selv (håndfatningen slippes først med venstre, så også med højre hånd), idet hun bevæger sig hen til herren bagved. |

Dansen begynder forfra med den nye partner.