

SEKSTUR I

frå Namdalen

M.M. ♩ ≈ 162-180



Stoppeteg og lett helsing: (S s) (S s) (S s) o.s.v.



(S hels s)



Djup helsing: bøyd ned - - - - -



reis opp - - - - - Vals: - - - - -

OPPSTILLING På to rekkjer, gutane til h. sett frå musikken. Det er om lag 1,50 m mellom rekkjene. Ein deler para inn i oppsett med einar-, toar-, trear- og ståpar.

TAK Før ledig hand: Jentene held i stakken med ei eller begge hendene, og gutane har lågt hoftefeste med ei hand.
Samdanstak 1.

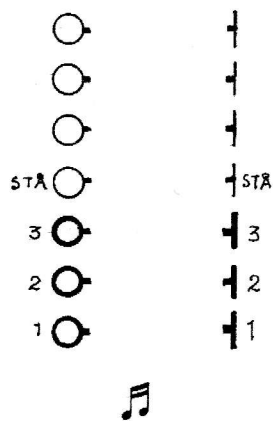
STEG Stoppeteg (Ss), vals (STS/Ss).

Takt 17-24, **Einarguten byr opp til dans**
17-24 Før dansen tek til, går einarguten over til jenterekkje og byr opp einar-, toar- og trearjenta. Så snur han seg, går over til guterekkje og byr opp trearguten og toarguten før han stiller seg inn på plass.

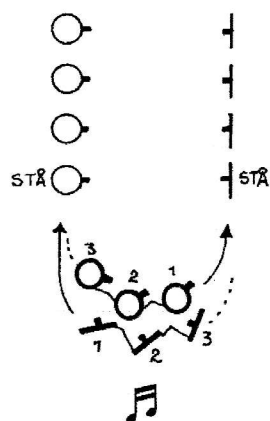
Takt 1-8 **Gutar og jenter dansar i halvsirkel om kvarandre og byter plass - 7 stoppesteg og helsing**

Dei tre jentene i oppsettet, einar-, toar- og trearjenta, tek saman til rekkje med det lette taket. Einarjenta og trearjenta held stakken ut til sida med ledig hand. Dei tre gutane tek saman sameleis, og einar- og trearguten tek lågt hoftefeste med ledig hand.

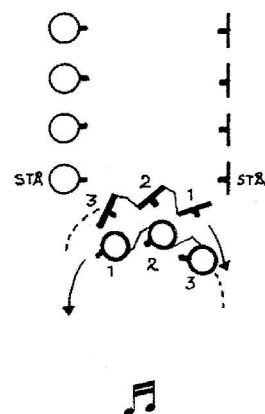
Alle tek til med V foten, og dei to rekkjene byter plass med kvarandre på 7 stoppesteg. Jentene dansar i ein halvsirkel inst og mot sola, gutane dansar i ein halvsirkel ytst og med sola. Dei held hendene noko over akslehøgde, vender halvt etter kvarandre, men snur andletet og overkroppen inn mot sentrum. «Svikt noko lite bakover i h. hofteleden,» skriv Klara Semb. (Truleg meiner ho h. for guten og v. for jenta.) På 7. stoppesteget har alle nådd til motsett plass og stiller seg rett i rekkjene og helser med lett helsing på 8. takta.



Oppstilling



Gutar og jenter dansar i halvsirkel om kvarandre og byter plass.



Gutar og jenter dansar i halvsirkel om kvarandre attende på plass.

Trearguten og trearjenta snur seg mest $1/2$ gong rundt på 6. steget. Guten snur mot høgre, jenta mot venstre. På 7. steget trør dei beint bakover for å koma inn på rekkja i tide.



Gutar og jenter dansar i halvsirkel.

Takt 1-8

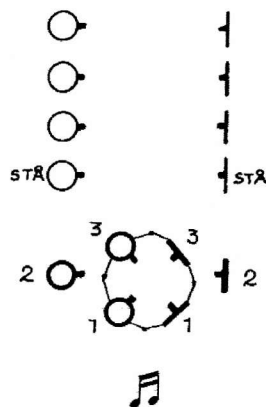
Gutar og jenter dansar i halvsirkel om kvarandre attende til plass - 7 stoppesteg og helsing

Alle tek til med V foten og dansar i halvsirkel om kvarandre attende på plass. Gutane dansar framleis ytst og med sola, medan jentene dansar inst og mot sola, og dei har same kroppsføring som tidlegare. Trearguten og trearjenta snur også no mest $1/2$ gong rundt på 6. steget og trør 7. steget beint bakover for å koma inn på plass. På 8. steget er alle komne til eigen plass att, og dei helsar med lett helsing.

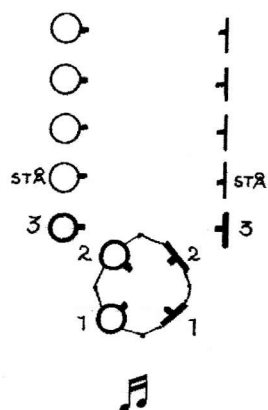
Takt 9-12

Einarpar og trearpar dansar i ring med og mot sola - 4 stoppesteg

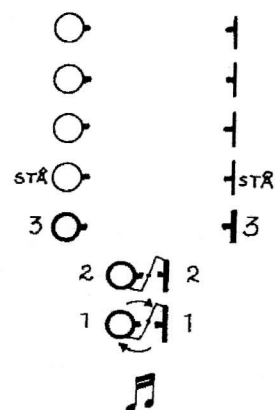
Alle slepper taket med kvarandre og toarparet vert ståande i ro på plassen sin. Einarparet og trearparet tek til med V foten, trør mot kvarandre, tek saman til ring med det lette taket og dansar rundt med sola. På dette brukar dei to stoppesteg. Dei snur brått på H fotbladet og dansar 2 steg mot sola.



*Einarpar og trearpar dansar i ring.
Toarparet står i ro.*



*Einarpar og toarpar dansar i ring.
Trearparet dansar seg attende på
plass og står i ro.*



*Einarpar og toarpar dansar kjede.
Fyrst må einarparet svinga
1/2 gong rundt.*

Takt 13-16

Einarpar og toarpar dansar i ring med og mot sola - 4 stoppesteg

No skal toarparet ta trearparet sin plass i ringen:

Trearparet slepper opp taket og dansar seg baklengs attende på plass på to stoppesteg. Dei vert no ståande i ro på plassen sin til dansen tek til att på nytt.

Samstundes tek einarparet og toarparet saman til ring med det lette taket. Dei tek til med V foten og dansar 2 stoppesteg i ring med sola. Toarparet må trø fyrste steget litt langt slik at dei når saman med einarparet. Så snur dei på H fotbladet og dansar 2 stoppesteg i ring mot sola.

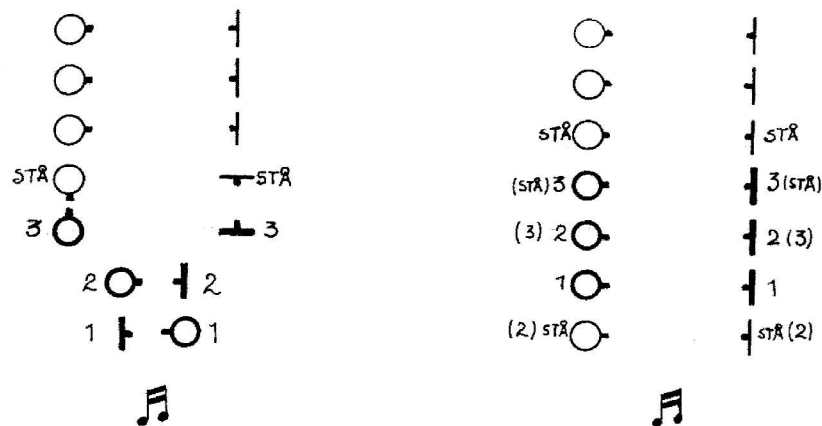


*Kjede
Einarparet har svinga 1/2 gong rundt.*

Takt 9-16

Einarpar og toarpar dansar kjede med 4 - 8 stoppesteg

Alle tek til med V foten, gjev h. handa til eigen dansar og dansar kjede med 8 stoppesteg. Einarguten svingar rundt 1/2 gong med sola med jenta si så dei byter plass med kvarandre i det same kjeda tek til og før nokon gjev v. handa til framand. Sist i kjeda smett jentene forbi kvarandre fram til eigen gut. Etter kjeda kjem kvart par dit dei starta; toarparet nedst og einarparet øvst, men einargut og einarjente har bytt plass. Alle stoggar med ryggen til rekkjene.



Helsing
Einargut helser einarjente, og
toargut helser toarjente med djup
helsing. Trearjente helser ståjente,
og treargut helser stågut med djup
helsing.

*Etter valsen slepper alle kvarandre
og stiller seg ut i kvar sine rekkjer,
men slik at einarpara og toarpara
byter plass. No startar dansen på
nytt.*

Takt 17-20

Einargut og toargut helser eigen, trearpar helser ståpar

Einargut helser einarjente og toargut toarjente med djup helsing. Samstundes vender trearguten og ståguten seg mot kvarandre og helser kvarandre med djup helsing og vender seg så på plass att. Trearjente og ståjente gjer sameleis. På denne måten byr trearparet opp ståparet til å vera med i neste omgang av dansen.

Takt 21-24,
17-24

Einarpair og toarpair dansar vals og byter plass - 12 steg

Einarpair og toarpair tek samdanstak 1 og dansar vals tett om kvarandre på plassen mellom rekkjene. På dei to siste taktene i valsen slepper alle kvarandre, gutane og jentene skilst og stiller seg ut i kvar sine rekkjer, men slik at para byter plass med kvarandre; einarpair får toarpair sin plass og omvendt.

PROGRESJON Når dansen tek til att på ny, får einarpair med seg trearpair og ståpair som no har vorte toarpair og trearpair i oppsettet, medan toarpair har vorte ståpair i eit nytt oppsett. På denne måten byter einarpair og toarpair i oppsettet plass sist i valsen i kvar omgang heile tida. Einarpair kjem då heile tida til å flytta ein plass ned for kvar omgang heilt til det kjem til siste plass i rekkja. Dei andre para i oppsettet flytter heile tida ein plass opp og byter rolle for kvar gong; toarpair vert ståpair, ståpair vert trearpair, trearpair toarpair osv.

Når eit toarpair vert ståpair øvst i rekkja, vert det ståande over 3 gonger før det kjem med i dansen att. Når dansen tek til att 3. omgangen, har det fått 2 ståpair ved sida av seg. Då er dei mange nok til å laga eit nytt oppsett med øvste ståpair som einarpair, og når dei andre oppsetta kjem til helsinga og valsen i 3. omgangen, går guten frå dette paret rundt og byr opp dei tre jentene og dei to gutane som skal dansa med han i det nye oppsettet. Når tredje omgangen er slutt, stiller eit nytt par seg nedanfor desse tre, og det vert så ståpair medan det nye oppsettet dansar sin fyrste omgang.

Når eit einarpair kjem til nest siste plass i rekkjene og har berre eit par å dansa saman med, skal det likevel dansa, men litt annleis enn elles:

2 gutar og 2 jenter dansar om kvarandre i halvsirkel som vanleg, fyrst slik at dei byter plass, så attende til eigen plass. Så tek dei to para saman til ring med det lette taket og dansar 4 stoppesteg med sola og 4 mot sola. Deretter kjem som vanleg kjede, helsing og vals. Etter valsen har einarpair kome på siste plass i rekkja og har vorte ståpair som kjem til å flytta oppover i rekkjene att som trearpair, toarpair og ståpair.