

Tsámikos

Forspil (tenuto) ♩ = 108-112 Tsámikos = fra et folk i Epirus (NV - Grækenland)

Grækenland

Der improviseres frit over det rytmiske motiv

Opstilling: Vilkårligt antal dansere i åben kreds eller på rækker. Håndfatning i hovedhøjde.

- Grundform
- Takt 1 H. fod et trin til højre ♩ v. fod krydser foran højre ♩
- Takt 2-3 Som takt 1 yderligere 2 gange (ialt 3 gange).
- Takt 4 H. fod et trin til højre ♩ hop på h. fod, idet v. fod svinges op bag h. ben ♩
- Takt 5 V. fod et trin til venstre ♩, h. fod krydser foran venstre ♩
- Takt 6 V. fod et trin til venstre ♩, med h. fod et fejesving skråt fremad til venstre ♩, hop på v. fod, idet h. fod svinges hen foran venstre ♩

\rightarrow ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ Φ ♩ \leftarrow ♩ ♩ ♩ Φ ♩
 h v h v h v h hop v h v (h) hop
 x x x

VAR. I Det lange trin i takt 1, 2, 3 og 5 ændres til et 'rokketrin', i takt 1, 2 og 3 således: h. fod et trin til højre ♩, flyt vægten over på v. fod, som samtidigt (eller lige før) trækkes lidt hen mod h. fod ♩, flyt vægten igen til h. fod ♩ – takt 5 tilsvarende til venstre. Ellers som grundform.

VAR. II Som grundform, dog med 1, 2 eller 3 drejninger h. om i takt 1-3. En drejning udfylder en hel takt, drej langsomt på h. fod ♩ og derefter hurtigere på v. fod ♩ (håndfatningen slippes under drejningen/-erne og genoptages straks efter).

- VAR. III
- Takt 1 Som i grundform.
- Takt 2 H. fod svinges ind mod centrum med tåen i gulvet ♩, h. fod sættes ved siden af venstre ♩
- Takt 3 V. fod strækkes frem mod centrum med tåen i gulvet ♩, v. fod krydser hen foran højre ♩
- Takt 4-6 Som i grundform.

\rightarrow ♩ Φ ♩ \uparrow ♩ \downarrow ♩ \rightarrow ♩ Φ ♩ \leftarrow ♩ ♩ ♩ Φ ♩
 h v (h) h (v) v h hop v h v (h) hop
 x x x

VAR. II og III kan kombineres, idet man drejer 1 gang i takt 1 og derefter danser som VAR. III.

Forkortelser og tegnforklaring

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

\rightarrow danseretning til højre
 \leftarrow danseretning til venstre
 \uparrow danseretning fremad, evt. mod kredsmidte

\downarrow danseretning baglæns

Φ på stedet

(h) } ubelastet trin
(v) }

\underline{h} } stamp
 \underline{v} }

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

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

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