

Nordlands rheinlænder

The musical score consists of three staves of music in G major (indicated by a treble clef and a sharp sign) and 2/4 time. The first staff starts with a measure of eighth notes followed by measures 2 through 5. The second staff starts with measure 6 and continues to measure 10. The third staff starts with measure 11 and continues to measure 16. Chords indicated below the staves are G, D, G, G, D7, G, C, G, D7, G, C, G, G, D7, G, C, G.

Norge

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 \downarrow , højre fod krydser hen foran venstre med tåen i gulvet \downarrow (ubelastet). |
| | 4 | Højre fod sættes et lille trin til højre \downarrow , venstre fod krydser hen foran højre med tåen i gulvet \downarrow (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.