



# BARNENS LANTDAGSBAL

Skriftliga instruktioner och dansvideon

Instruktionerna är skrivna av Erja Askolin

PORVOO  BORGÅ

Kulttuuripalvelut - Kulturtjänster

Innehåll

POLONÄS .....	3
MIGNON .....	3
CICAPO .....	4
LETKAJENKKA .....	5
VALS .....	6
KIKARI (KARDRILJ) .....	7
HAMBORG SEXTUR .....	8
PAS D'ESPANGE .....	9

Dansvideorna finns samlade på spellistan [Tanssvideot – Dansvideon](#) på stadens YouTube-kanal.

Kontakta Erja Askolin ifall ni har frågor gällande danserna.

Erja Askolin

klasslärare, musiklärare

erja.askolin@edu.porvoo.fi

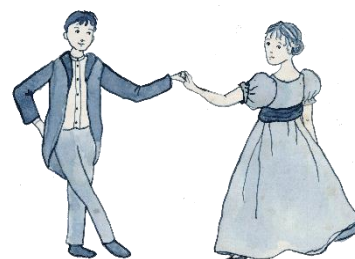
050 3604324

Barnens lantdagsbal produceras av Borgå stads kulturtjänster.

[www.borga.fi/barnens-bal](http://www.borga.fi/barnens-bal)

Publicerad 2022

*Barnens lantdagsbal  
Instruktionerna är skrivna av Erja Askolin*



## POLONÄS

**Bakgrund:** Polonäs är en festlig inledningsdans vars rötter finns i Polen. Idag dansas polonäs på akademiska fester, gamlas dag, baler för barn och i samband med folkdansares festligheter.

**Utgångsställning:** Dansarna står parvis i ring, efter varandra

[Se video](#)

Dansen påminner om leken Följa John. I polonäs marcherar paren hand i hand. Dansarna hälsar turvis på sitt par och turvis på publiken.

## MIGNON

**Bakgrund:** I Mignon blandas folkdans och barockdansen Allemande. Mignon tros ha sina rötter i Tyskland och har dansats i Finland sedan år 1898.

**Utgångsställning:** Dansarna står parvis i ring, hand i hand. Pojkarna till vänster (motsols) och flickorna till höger (medsols).

**Steg:** Gungande gång, valssteg och sidosteg

[Se video](#)

Takter	A-delen
1	Med ytterfoten tas ett gungande gångsteg framåt och samtidigt svängs innerfoten sirligt i kors utåt från paret
2	Innerfoten tar ett steg och ytterfoten svängs framåt i kors, handfattningen släpps
3-4	Båda börjar med ytterfoten och svänger bort från paret med två valssteg (pojkarna till vänster eller motsols och flickorna till höger eller medsols).
5-8	Takterna 1-4 upprepas
	<b>B-osa</b>
9-10	Dansfattning, båda tar två (2) sidosteg i dansriktningen (motsols).
11-12	På samma sätt tillbaka (två sidosteg medsols).
13-16	Fyra (valssteg) i par medsols runt medan ringen med par rör sig i dansriktningen (motsols). Till sist stannar man hand i hand och dansen tas om från början.



## CICAPO

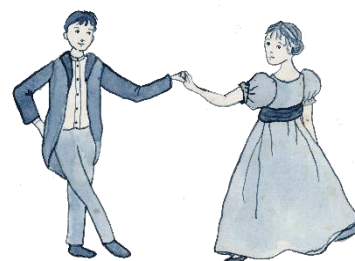
**Bakgrund:** Cicapo är en jämfördelad gångdans av preussiskt ursprung. Som musik används oftast marschen Picador.

**Utgångsställning:** Parvis i ring bredvid varandra motsols, hög fattning (flickan lite framför pojken till höger, flickans vänstra hand i pojkens vänstra och höger hand i höger i axelhöjd).

**Steg:** Gångsteg

[Se video](#)

Takter	A-delen
1-2	Fyra (4) gångsteg framåt, båda börjar med vänster fot.
3	Vänster häl i golvet snett framåt och vänster fot förs intill höger fot (vikten blir på vänster fot).
4	Höger häl i golvet snett framåt och höger fot förs intill vänster fot (vikten blir på höger fot, pojken för foten snett framåt bakom flickan).
5-8	Takterna 1-4 upprepas
	<b>B-delen</b>
9-10	Pojkarna går fyra (4) gångsteg mot ringens mitt och slår ihop händerna på ettan (pojkar börjar med vänster fot). Samtidigt går flickorna fyra (4) gångsteg utåt i ringen och slår ihop händerna på ettan (flickorna börjar med höger fot).
11-12	Pojkarna svänger motsols med fyra steg tillbaka till sitt par och samtidigt svänger flickorna medsols med fyra steg tillbaka till sitt par.
13-16	Parvis mot varandra med höger hand i höger uppsträckta. Pojken svänger flickan under händerna medsols. Till sist sänker pojken sin högra hand i axelhöjd med flickan och blir bakom flickan i utgångsläget. Dansen tas om från början.



## LETKAJENKKA

**Bakgrund:** Letkajenkka är en gruppdans som man dansar i ett led där man rör sig framåt med händerna på den persons midja som är framför eller på dess axlar. Letkajenkka syftar både dansen, musikstilen och musikstyckets namn. Letkis-dansen avviker från den vanliga jankan vad stegen och formationen anbelangar. Letkajenkans förebild är Bunny Hop.

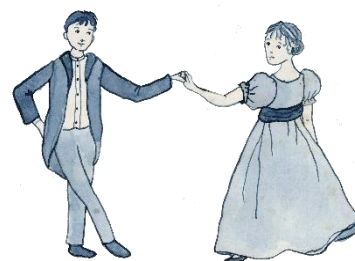
**Utgångsställning:** Dansarna står i en kö efter varandra, men händerna på föregående dansares axlar eller höfter

[Se video](#)

Slag	Steg
1	Sträck ut vänstra benet till vänster, stampa med vänstra hälen i golvet
2	För vänstra foten tillbaka intill den högra
3	Sträck vänstra benet till vänster, stampa med vänstra hälen i golvet
4	För vänstra foten tillbaka intill den högra
5	Sträck högra benet till höger, stampa med högra hälen i golvet
6	För högra foten tillbaka intill den vänstra
7	Sträck högra benet till höger, stampa med högra hälen i golvet
8	För högra foten tillbaka intill den vänstra
9	Jämfotahopp (med båda fötterna) framåt
10	Paus
11	Jämfotahopp bakåt
12	Paus
13	Jämfotahopp framåt
14	Jämfotahopp framåt
15	Jämfotahopp framåt
16	Paus

Upprepas från början.

Man tar inte sidsteg, utan foten sträcks alltid åt sidan, man stampar med foten i golvet och flyttar foten tillbaka under kroppen. Tyngden flyttas inte på foten som sträcks mot sidan.



## VALS

**Bakgrund:** Den finska sällskapsdansens långsamma vals grundar sig i huvudsak i den internationellt kända engelska valse. Den engelska valse är dock i sin ursprungsform rätt stel och tar upp mycket utrymme på ett dansgolv, vilket har lett till att den gjorts om till mer praktiskt anpassad för dansscener.

[Se video](#)

**Utgångsställning:** Dansarna står parvis i ring, hand i hand

**Steg:** Gungande gångsteg, valssteg

När mannen inleder dansen framåt är stegen följande. Steghållen är beskrivna från dansarens egna synvinkel.

Takt	Slag	Mannens steg	Kvinnans steg
1	1	Ett steg framåt med vänster fot	Ett steg bakåt med höger fot
	2	Ett steg framåt snett till h. med h. fot	Ett steg snett bakåt till vänster med vänster fot
	3	Vänster fot läggs ner bredvid höger fot	Höger fot läggs ner bredvid vänster fot
2	1	Ett steg framåt med höger fot	Ett steg bakåt med vänster fot
	2	Ett steg framåt snett till v. med v. fot	Ett steg snett bakåt till höger med höger fot
	3	Höger fot läggs ner bredvid vänster fot	Vänster fot läggs ner bredvid höger fot

Man kan inleda dansen med höger eller vänster fot. Om mannen inleder med höger fot börjar dansen från andra halvan i ovanstående instruktioner.

Om man inleder dansen med mannens steg bakåt, är stegen symmetriska till ovanstående instruktioner:

Takt	Slag	Mannens steg	Kvinnans steg
1	1	Ett steg bakåt med vänster fot	Ett steg framåt med höger fot
	2	Ett steg snett bakåt till h. med h. fot	Ett steg framåt snett till vänster med vänster fot
	3	Vänster fot läggs ner bredvid höger fot	Höger fot läggs ner bredvid vänster fot
2	1	Ett steg bakåt med höger fot	Ett steg framåt med vänster fot
	2	Ett steg snett bakåt till v. med v. fot	Ett steg framåt snett till höger med höger fot
	3	Höger fot läggs ner bredvid vänster fot	Vänster fot läggs ner bredvid höger fot



## KIKARI (KARDRILJ)

Kikari är en liten kadrilj. Kadrilj är den dans med rötter i 1700-talets Frankrike. Det franska namnet "Quadrille" härstammar från latinets ord för fyrkantig. Dansen är en så kallad kontradans, det vill säga en gruppdans med enkla steg där de dansande ofta rör sig från en uppställning, till exempel en fyrkant.

[Se videon](#)

**Utgångsställning:** Ring med ringfattning

**Steg:** Gångsteg eller halvsprång

### Takter      Tur 1

1-4      Ringen rör sig i ringfattning 16 steg med- och

5-8      16 motsols

### Tur 2      Komplimang och ring

1-4      Komplimang för paren på premiärsidorna i öppen fattning,

1-2      på nytt fyra steg visavi, därefter premiärparen fyra steg

3-4      drar sig baklänges och bildar en ring med ringfattning,

5-8      som rör sig åtta steg med- och motsols och drar sig tili slut baklänges tili utgångsställningen

1-4, 5-8      Paren på sekondsidoorna dansar komplimangen och ringen på samma sätt.

### Tur 3      Runt

1-2      Premiärparen: pojken på övre sidan och flickan på nedre sidan med fyra steg till mitten,

3-4      går runt varandra medsols och återvänder till sina platser,

1-4      där de går runt i par åtta steg i sluten fattning medsols

5-8      Sekondparen: pojken på övre sidan och flickan på nedre sidan dansar på samma sätt

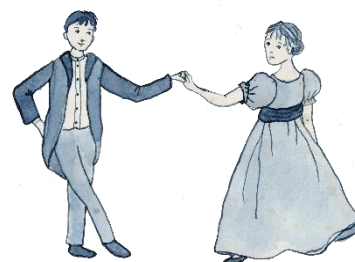
1-4      Premiärparen: pojken på övre sidan och flickan på nedre sidan dansar på samma sätt

5-8      Sekondparen: pojken på nedre sidan och flickan på övre sidan dansar på samma sätt

### Tur 4      Ring

1-4      Ringen rör sig i ringfattning 16 steg med- och

5-8      16 motsols



## HAMBORG SEXTUR

**Bakgrund:** Hamborg sextur är en fartfylld dans från Danmark. I dansen framkommer stegstilen polkagalopp, som anlände till Finland från mellersta Europa på 1820-talet.

**Utgångsställning:** Ring med ringfattning

**Steg:** Galoppsteg, gångsteg och polka

[Se video](#)

### Takter

#### A-delen

1-8 Sexton (16) galoppsteg medsols (alla börjar med vänster fot) sexton (16) galoppsteg motsols, till sist blir paren stående mot varandra.

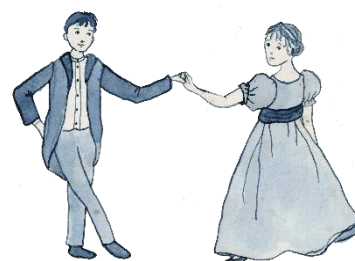
#### B-delen

9-16 Kedja till sjunde (7) och tre (3) stamp. (Kedjan görs i ring så att man börjar med att ge höger hand i höger på sitt par som man passerar till vänster. Därefter flyttar sig alla framåt i ringen och tar de mötande i hand. Följande med vänster hand och förbi till höger osv. Det egna paret är nr 1).

9-16 Kedjan fortsätter fram till de egna paren.

#### C-osa

17-24 Med dansfattning dansas galoppolka i par med snurr medsols och parringen rör sig i dansriktning (pojkar börjar med vänster och flickorna med höger fot).





## PAS D'ESPANGE

**Bakgrund:** Pas d'Espanges har sitt ursprung i den spanska danskulturen från slutet av 1800-talet och början av 1900-talet och dansas i  $\frac{3}{4}$  taktart. Dansen har sitt ursprung i spansk folkdans och anpassades till salongsbruk genom att göras mer valsaktig.

**Utgångsställning:** Parvis i ring bredvid varandra hand i hand vända motsols, pojkens fria hand bakom ryggen, flickans fria hand i kjolen.

**Steg:** Gungande gångsteg, sidsteg och vals

[Se videon](#)

### Takter

#### Tur 1

- 1 Med ytterfoten ett gungande steg (eller valssteg) framåt, samtidigt vänder paren sig lite mot varandra.
- 2 Med innerfoten ett gungande steg (eller valssteg) framåt, paren vänder sig med ryggarna mot varandra.
- 3 Med ytterfoten ett steg bakåt, in nerfoten följer (sidsteg).
- 4 Med ytterfoten ett steg till bakåt, samtidigt vänder sig paren mot varandra, byte av handfattning.
- 5-8 Föregående upprepas i motsatt riktning. Till slut blir paren stående mot varandra med flickans höger hand i pojkens vänster.

#### Tur 2

- 9-10 Parvis platsbyte med två valssteg så att flickan snurrar under handfattningen medsols (till innerringen) och pojken flyttar till yttringen.
- 11-12 Två sidsteg medsols (i riktning med handfattningen), byte av handfattning (flickans vänstra i pojkens högra).
- 13-14 Parvis platsbyte med två valssteg så att pojken snurrar under handfattningen tillbaka till sin plats i innerringen och flickan flyttar till yttringen.
- 15-16 Två sidsteg medsols.

#### Tur 3

- 17-18 Paren svänger runt med två valssteg från varandra (pojken motsols och flickan medsols) och fattar varandras händer (flickans höger i pojkens vänster).
- 19-20 Två sidsteg motsols (i riktning med handfattningen).
- 21-24 Svängar bort från paret och sidsteg medsols.

#### Tur 4

- 25-28 Med dansfattning två sidsteg motsols och två sidsteg medsols.
- 29-32 Fyra valssteg parvis medsols medan ringen rör sig motsols.

*Barnens lantdagsbal*

*Instruktionerna är skrivna av Erja Askolin*

*Obs! På grund av ett missförstånd avslutar orkestern stycket i Pas d'Espange videon med A-delen istället för B-delen. Öva dansen enligt vad videon instruerar och överraskas inte av att stycket avslutas annorlunda på själva balen.*