



SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

FRYKSDALSPOLSKA

Utgångsställning Två parallella, mot fronten vinkelräta linjer med omkring fyra stegs avstånd från varandra. Öppen fattning nr 1A. (Skiss I)

Fattningar Öppen fattning nr 1A och 2C. Kors med tumgrepp A och B. Damerna har ledig hand i sidan, kavaljererna har armarna i kors över bröstet, där inget annat anges. Vid omdansning slutet fattning nr 6A.

Steg Vänster fryksdalssteg, springsteg, sparksteg, klacksteg med tittut. Springsteget börjas genomgående med vänster fot. (Se anm. i slutet av dansbeskrivningen).

All omdansning sker med fryksdalssteg och med appell för kavaljeren på första steget.

Tur 1 Små ringar (takt 1–16)

Par 1 och 2 respektive 3 och 4 bildar snabbt var för sig en sluten ring och dansar ett varv medsols med fyra fryksdalssteg (1–4). Paren fattar höger kors med tumgrepp B. Alla dansar ytterligare ett varv med fyra fryksdalssteg (5–8), varefter omdansning sker parvis på egen plats (9–16).

Tur 2 Dam- och kavaljerbyte (takt 1–16, 1–16)

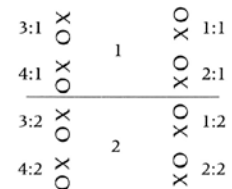
- a Med sex springsteg dansar damerna över till motstående kavaljerer. När damerna möts, fattar de varandra med höger hand i höger hand. Kavaljeren tar emot damen, och de tar öppen fattning nr 2C. Med springsteg för båda för kavaljeren damen motsols runt på stället. Damen stannar framför kavaljeren med ryggen mot honom. Kavaljeren håller damen i midjan med båda händerna (1–4). Alla gör fyra klacksteg med tittut växelvis åt höger och vänster. Kavaljeren börjar med höger klacksteg (vänster fot förs ut), damen börjar med vänster klacksteg (höger fot förs ut). Samtidigt vänder sig damen vid första klacksteget något åt höger, kavaljeren något åt vänster, så att de får ögonkontakt med varandra (5–8).

Damerna dansar sedan tillbaka till egen kavaljer på ovan beskrivna sätt men stannar nu framför sin kavaljer vänd mot honom (9–12). Paren omdansar på plats (13–16).

Armarna i kors över bröstet tar kavaljererna ett kort ögonblick, dels när dambytet sker, dels före varje omdansning.

- b 2a upprepas med ombytta roller, dvs kavaljererna dansar som damerna i 2a, damerna som kavaljererna. Under klackstegen med tittut har kavaljeren, som nu står framför damen, armarna i kors över bröstet (1–16).

FRONT



Skiss I



SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

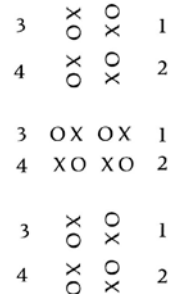
Tur 3

Sammanläggningar (takt 1–16)

Parerna tar i hand linjevis och dansar med sex springsteg mot varandra (1–2). Dam i par 1 och kavaljer i par 3 tar varandra i hand, likaså kavaljer i par 2 och dam i par 4. Med sex springsteg dansar parerna bakåt och bildar en ring (3–4). Därefter dansar de framåt med sex springsteg och "slår ihop" parallellt med fronten (5–6), så åter sex springsteg bakåt ut till ring (7–8), sex springsteg framåt och slår ihop vinkelrätt mot fronten (9–10), sex springsteg bakåt ut till ring (11–12). Parerna omdansar på egen plats (13–16).

Om flera uppställningar dansar samtidigt, börjar de första fyra parerna att slå ihop vinkelrätt mot fronten, de följande fyra parerna slår ihop parallellt med fronten, nästa uppställning slår ihop vinkelrätt mot fronten osv (skiss II). I de linjer som slår ihop parallellt med fronten, fattar kavaljer 1 och dam 2, respektive dam 3 och kavaljer 4, varandra i hand.

FRONT



Skiss II
Sammanläggningar för flera uppställningar

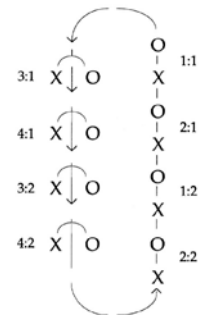
Tur 4

Damernas och kavaljerernas kors (takt 1–16, 1–16)

Med öppen fattning nr 1A dansar parerna med springsteg in mot mitten mellan linjerna. Dam i par 1 och 4 eller dam i par 2 och 3 fattar höger kors med tumgrepp A. Alla dansar medsols (1–8). (Kavaljer och dam håller i varandra med ett stadigt grepp.)

Med appell på vänster fot för kavaljererna svänger varje par ett halvt varv motsols. Kavaljererna bildar vänster kors med tumgrepp A på samma sätt som damerna tidigare, och alla dansar motsols (9–16). Därefter sker omdansning på egen plats (9–16).

FRONT



Skiss III A

Tur 5

Portar och sladd (takt 1–16, 1–16)

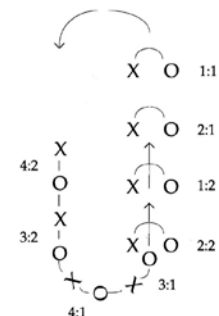
Denna tur dansas i SFV av två uppställningar tillsammans. Beskrivningen här gäller för åtta par.

Med appell för kavaljererna vänder parerna 3 och 4 upp mot fronten, bildar enkla portar och dansar sparksteg på stället. Alla börjar med vänster sparksteg, där kavaljer och dam först sätter vänster fot i golvet och sparkar upp med höger fot.

Parerna 1 och 2 bildar en sladd. Med springsteg drar damen i par 1:1 sladden genom portarna och tillbaka till egen plats. De par, som bildat portar, hakar successivt på siste man i sladden, dvs när kavaljer i par 2:2 dansar "genom" par 3:1, drar han med sig dam 3:1 med kavaljer, vilken i sin tur drar med sig dam 4:1 med kavaljer osv. (Skiss III A)

När parerna 1 och 2 kommit tillbaka till plats, bildar de portar och går över till att dansa sparksteg och börjar med vänster sparksteg. Dam i par 3:1 leder resten av sladden genom portarna mot egen plats. (Skiss III B) På egen plats vänder par 3:1 mot fronten, bildar port och dansar sparksteg på stället. Övriga par i sladden kommer i tur och ordning genom portarna till egen plats, sist av alla par 4:2 (Skiss III C), som hinner dansa några sparksteg före omdansningen (1–8, 9–16, 1–8).

Turen avslutas med omdansning på plats (9–16).



Skiss III B



SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

Tur 6

Svängarna (takt 1–16, 9–16)

I denna tur dansar paren fyra gånger i små, slutna ringar (tre fryksdalssteg) med ett av de andra paren i olika konstellationer. Paren förflyttar sig från den ena ringen till den andra med hjälp av de s. k. svängarna. Svängarna föregås av de små ringarna.

Beskrivning av första svängen:

Par 1 och 2 respektive 3 och 4 dansar i var sin ring. Medan par 1 och 4 dansar fjärde fryksdalssteget gör par 2 och 3 med ett fryksdalssteg en sväng. För att svängen skall lyckas, måste kavaljererna i par 2 och 3 vara i rätt position, dvs nära varandra, nästan skuldra vid skuldra. (Skiss IV) Svängningen tillgår så, att kavaljer och dam vrider sig ett halvt varv åt höger = medsols. Kavaljeren håller damen nära sig, fortfarande med höger hand i damens vänstra hand och med böjda armar.

Själva svängen kan underlättas för damen, om kavaljeren med vänster hand i damens högra sida för henne runt.

Par 2 och 3 har nu bytt plats, och nya ringar bildas av par 1 och 3 samt av par 2 och 4. Därefter dansar alla ytterligare tre fryksdalssteg, varefter par 3 och par 4 svänger för att dansa om med par 2 respektive par 1. Efter att alla ånyo dansat tre fryksdalssteg, svänger par 2 och par 4 tillbaka till sina ursprungliga platser för att dansa i ring med par 1 respektive par 3 (1–8, 9–16).

Dansen avslutas med parvis omdansning på plats (9–16).

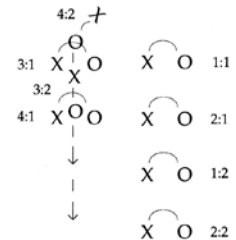
Minnesregel för svängarna:

- Par 1: svänger inte alls
- Par 2: svänger, svänger inte, svänger
- Par 3: svänger, svänger, svänger inte
- Par 4: svänger inte, svänger, svänger.

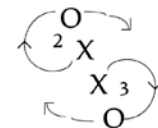
Sammanfattning av tur 6:

| Dans i små ringar | Par | Varv | Par | Varv | Svängarna utförs av |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|---------------------|
| 1:a gången | 3 + 4 | 1 | 1 + 2 | 1 | par 2 och 3 |
| 2:a | 2 + 4 | 1 | 1 + 3 | 1/2 | par 3 och 4 |
| 3:e | 2 + 3 | 1 | 1 + 4 | 1/2 | par 2 och 4 |
| 4:e | 3 + 4 | 1 1/2 | 1 + 2 | 1 1/2 | |

FRONT



Skiss III C



Skiss IV



SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

| Sammanfattning | Tur | Takt | Turernas namn |
|----------------|--------|-------------------------------------|-------------------------------------------------|
| | 1 | 1-8 9-16 | Små ringar (omdansning) |
| | 2a + b | 1-8, 9-16 } 1-8, 9-12 } 13-16 | Dam- och kavaljerbyte (omdansning) |
| | 3 | 1-8, 9-12 13-16 | Sammanslagningar (omdansning) |
| | 4 | 1-8, 9-16 9-16 | Damernas och kavaljerernas kors (omdansning) |
| | 5 | 1-8, 9-16 1-8 9-16 | Portar och sladd (sparksteg) (omdansning) |
| | 6 | 1-8, 9-16 9-16 | Svängarna (omdansning) |

Musik: Lekstugan 1, Gröna boken, Löfgren, Danser och låtar.

Anm. Eftersom damerna börjar med höger fot i ett flertal andra danser, har de utvecklat en praxis att börja tur 2 med höger fot istället för vänster fot. Enligt *Lekstugan* från 1902, liksom andra beskrivningar av dansen, börjar damerna tur 2 med vänster fot.

Notis om dansen Fryksdalspolskan har enligt Gustaf Karlson m. fl. drag av slängpolska som utvecklats till så kallad fyrpolska. Detta gäller den första turen.

Fryksdalspolskan, vilken dansas efter en välkänd polskemelodi som påminner om "Nu är det jul igen", är en kadriljdans och kan ha förekommit på de värmländska herrgårdarna i mitten av 1800-talet. I sin nuvarande utformning är den komponerad av balettmästaren Anders Selinder till uruppförandet av "Värmlänningarna" år 1846.