



## GAMMALPOLKA

**Utgångsställning** Två linjer vända mot varandra vinkelrätt mot fronten.  
Fyra par, två från vardera linjen, bildar en kadrilj. Öppen fattning nr 1B. (Skiss 1A)

**Fattningar** Öppen fattning nr 1B, slutna fattningar nr 4B och 4C. Dam har ledig hand i kjolen genom hela dansen utom i tur 6. Kavaljer har ledig arm hängande.

**Steg** Polkasteg utan hopp, speciella polkasteg beskrivna i tur 2, gångsteg, klack- och tåsteg. Kavaljer börjar med vänster fot, dam med höger fot, där inget annat anges.

Gammalpolkan dansas med mjuka, fjädrande polkasteg.

**Övrigt** I tur 1, 3 och 6 dansar paret fyra takter *utefter alla fyra sidorna* i kadriljen. Rörelseriktningen i kadriljen är motsols. 2:a och 4:e turen dansas på plats, 5:e turen utefter en sida, vilket medför, att paret efter tur 6 ej slutar dansen på samma plats som de började. Varje tur avslutas med förberedelse för nästa tur. Kavaljer och dam har i möjligaste mån ögonkontakt med varandra under hela dansen.

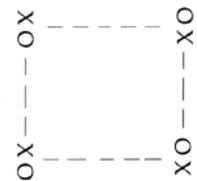
**Tur 1** Polka (takt 1–16)  
Under förspelet intar paret sina platser i respektive hörn i kadriljen. (Skiss 1B) På förspelets tredje takt gör alla en komplimang inbördes, parvis. Kavaljer och dam dansar ett polkasteg vända mot varandra, ytterligare ett polkasteg något vända från varandra, hela tiden med bibehållen handfattning och händerna ungefär i axelhöjd. Polkastegen mot varandra och från varandra upprepas. I slutet av tredje polkasteget markerar paret vändning i hörnet genom att först föra inre benet något framåt, innan det fjärde polkasteget dansas. Kavaljeren dansar sitt fjärde polkasteg bakåt, damen dansar sitt fjärde polkasteg nästan på stället, så att paret är färdiga att dansa utefter nästa sida av kadriljen på ovan beskrivna sätt (1–4). Polkasteget upprepas utefter de tre följande sidorna (5–8, 9–12, 13–16).

Under de två sista polkastegen, innan paret är tillbaka på egen plats, byter kavaljer och dam plats. Under förflyttningen framåt svänger de samtidigt, så att de vänder upp i kadriljens hörn och själva är vända in mot kadriljens mitt. (Skiss II)

Platsbytet i detalj: Kavaljeren fattar med sin vänstra hand damens vänstra hand och byter sedan direkt till höger hand i damens högra hand. Kavaljer och dam passerar då varandra, damen med ryggen mot kavaljeren. Damen står nu på kavaljerens vänstra sida. *Armarna skall då sträckas, och händerna hållas i midjehöjd.* Tyngdpunkten skall ligga på vänster fot för damen och på höger fot för kavaljeren. Den andra foten sträcks i sidled med tåspetsen i golvet.

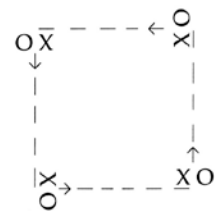
**Tur 2** Dans i sidled med komplimang (takt 17–20, 21–24, 25–32)  
I denna tur skall de dansande, med bibehållen handfattning, röra sig parallellt med varandra under hela turen och vara vända in mot kadriljens mitt även under komplimangen. Denna utförs med ögonkontakt och en lätt huvudböjning, utan att kroppen vrids mot partnern.

FRONT



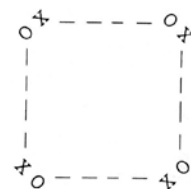
Skiss I A

FRONT



Skiss I B

FRONT



Skiss II



# SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

- a Damen dansar ett polkasteg åt höger framför kavaljeren med ryggen mot honom, kavaljeren dansar ett polkasteg åt vänster. Damen måste därvid böja sin högra arm bakom sin rygg. Damen dansar ett nytt polkasteg åt vänster och kavaljeren dansar ett åt höger. I första och andra polkasteget (på sista takt delen) hålls inre benet och vristen sträckt i sidled med tåspetsen något ovanför golvet. På tredje polkasteget – åt höger för damen och åt vänster för kavaljeren – dansar damen under kavaljerens högra arm. Så fort damen dansat under kavaljerens arm, sänks händerna till midjehöjd igen. Under första och andra takt delen i fjärde takten står paret stilla med tåspetsen i golvet, och på tredje och fjärde takt delen gör båda ovan beskrivna komplimang (17–20).

- b 2a upprepas men med den skillnaden att kavaljeren nu dansar framför sin dam, med ryggen mot henne, och under hennes högra arm (21–24).

2a och 2b upprepas, men 2b avslutas med att damen på de två sista takterna förs runt medsols av sin kavaljer. Hon dansar då sex små gångsteg och stannar framför kavaljeren med ryggen i dansriktningen (25–32). (Skiss III)

Under de två takter, när kavaljeren för damen runt med höger hand över sitt huvud, byter han hand, så att han nu håller sin dams högra hand med sin vänstra hand. Båda sänker armarna något och för ut dem, så att de bildar en mjuk båge. Samtidigt gör de en komplimang, kavaljeren bugar lätt och damen niger.

## Tur 3

Polka tillsammans (takt 17–32)

Kavaljer och dam höjer armarna igen, och med två polkasteg dansar damen ett varv runt medsols under kavaljerens arm. Kavaljeren dansar två polkasteg framåt på samma gång, varefter paret med slutna fattning nr 4C dansar ett varv medsols med två polkasteg. (17–20)

Detta upprepas tre gånger (21–24, 25–28, 29–32).

Turen avslutas med att kavaljeren stannar innanför egen plats, damen utanför och mitt emot sin kavaljer. Paret står inbördes vända mot varandra. (Skiss IV)

## Tur 4

Klack- och tåsteg var för sig (takt 33–40)

Med början på höger fot för båda dansar kavaljer och dam ett polkasteg snett åt höger (Skiss VA) följt av ett klack- och tåsteg med vänster fot.

Efter första polkasteget skall i princip alla stå i en öppen ring. (Skiss VB)

Båda dansar ett nytt polkasteg, nu med början på vänster fot och med vändning medsols, dvs rygg mot rygg med egen partner, följt av ett klack- och tåsteg med höger fot. Kavaljer och dam skall nu ha bytt plats (33–36).

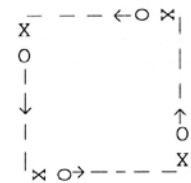
Det hela upprepas från de nya platserna (37–40). Den sista vändningen rygg mot rygg gör kavaljer och dam nära varandra, och turen avslutas med att paret tar slutna fattning nr 4 C. (Skiss VI)

## Tur 5

Klack- och tåsteg tillsammans (takt 33–40)

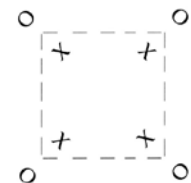
Paret dansar ett polkasteg tillsammans under vridning ett halvt

FRONT

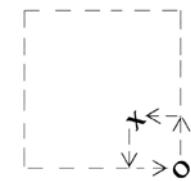


Skiss III

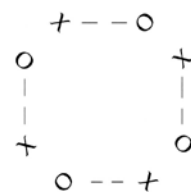
FRONT



Skiss IV



Skiss VA



Skiss VB



# SVENSKA FOLKDANSENS VÄNNER

varv motsols, och både kavaljer och dam gör ett klack- och tåsteg i dansriktningen.

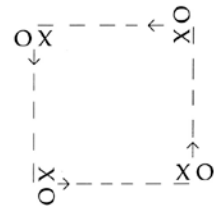
Observera att kavaljeren snabbt måste byta fot, innan han börjar polkasteget.

Paren dansar ett nytt polkasteget med vridning medsols ett halvt varv samt ett klack- och tåsteg i dansriktningen (33–36).

Det hela upprepas (37–40).

*Turen dansas bara utefter en sida i kadriljen.*

FRONT



Skiss VI

Tur 6

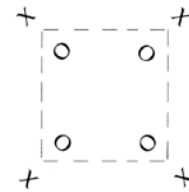
Polka med valsfattning (takt 41–48, 41–48)

- a Med slutna fattning nr 4 B dansar paren runt motsols ett och ett halvt varv med tre polkasteget. Det fjärde polkasteget dansas något bakåt precis i hörnet, så att paren är färdiga att dansa utefter nästa sida i kadriljen två varv med fyra polkasteget medsols (41–48).
- b 6a upprepas (41–48), men i stället för att dansa det sista polkasteget stannar damen innanför, kavaljeren utanför (Skiss VII) och avslutar dansen med en reverens, som beskrivs nedan.

Kavaljeren håller kvar vänster hand i damens högra hand. Damen gör en djup nigning, kavaljeren bugar och tar samtidigt ett kort vänstersteg mot sin dam.

Damens avslutande nigning utförs på följande sätt:

Höger fot förs i en båge framåt-utåt-bakåt och sätts ned något bakom och i vinkel mot vänster fot, och damen gör en djup nigning med rak rygg och en lätt huvudböjning. När hon reser sig upp för hon över tyngdpunkten på den bakre foten och drar in den främre foten i vinkel mot den andra. Hela rörelsen utförs mjukt och i en följd.



Skiss VII

Sammanfattning	Tur	Takt	Turernas namn
	1	1–16	Polka
	2a + b	17–20, 21–32	Dans i sidled med komplimang
	3	17–32	Polka tillsammans
	4	33–40	Klack- och tåsteg var för sig
	5	33–40	Klack- och tåsteg tillsammans
	6a + b	41–48, 41–48	Polka med valsfattning

I SFV dansas Gammalpolka vanligen till "La véritable Polka" av A.E. Titl. Vid uppjudning och uppställning till dansen spelas "Sarabande Grandiose" ur *Olles melodier*.

Notis om dansen

Gammalpolka är en herrskapsdans i 1800-talsstil. Den har tillhört SFV:s ordinarie dansprogram sedan omkring 1911 och infördes i föreningen av Elsa Uhr ("Uhret").