



Fødselsagsvals til Mona

Musikken til denne dans er skrevet af Benny Andersson og Björn Ulvaeus, som de fleste kender fra popkvartetten ABBA. Melodien stammer fra Bennys soloalbum fra 1987 og er skrevet til hans kone i forbindelse med hendes fødselsdag.

Til denne forholdsvis nye melodi har Ann-Louise Jönsson lavet en koreografi, som er blevet et hit blandt svenske folkedansere. I løbet af en gennemdansning får man hilst på mange dansere og dansen kan fungere som en avanceret familievals.

Noden finder du på side 2.

Dansebeskrivelsen står på side 3-4.

Forspil

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23 24 25 26 27 28

29 30 31 3 32 33 34

35 36 37 38 39 40

41 42 43 44 45 46

47 3 48 49 50 51 52

2 53 54 55 56 57 58

1. 2. 59 60 61 62

63 64 65 66 67 68

Opstilling	Parvis i kreds. Almindelig enhåndsfatning med front i danseretningen.
Trin	Valsetrin

Forspil	Parvis indledning
1-2	Parvis 2 tyrolervalsetrin - nærmest på stedet.
3-4	Damen danser en omgang (med solen) under herrens løftede højre arm. Han danser nærmest på sted. 2 valsetrin.
5-6	Almindelig fatning og 2 valsetrin rundt frem i danseretningen.
7-8	Damen danser atter under herrens arm som i takt 3-4. De slutter begge med ansigt mod kredsens midte uden håndfatning.

Figur A	Familievals med drejninger
9-10	Alle 2 valsetrin på stedet. På 1. trin kigger man til fremmed og på 2. trin kigger man til egen.
11-12	På 2 valsetrin bytter alle plads med fremmed danser. Det sker på følgende måde: Herren danser til venstre forom fremmed dame. På de 2 valsetrin dances en 1 omgang rundt over venstre skulder. Samtidig danser damen til højre bagom fremmed herre. På valsetrinene dances en 1 omgang rundt over højre skulder. Alle slutter på en ny plads - med front mod kredsens midte.
13-28	Den fremmede danser træder nu ind på pladsen som ny egen. Takt 9-12 gentages 4 gange (figuren dances altså i alt 5 gange). Alle slutter i kredsen med front til danseren man lige har byttet plads med.

Figur B	Kæde, kæde og vals
29-30	Kæde med 2 valsetrin. Højre hånd til egen, venstre til næste, som man danser forbi.
31-32	Giv højre hånd til 3. danser. Damen danser en omgang med solen under herrens løftede højre arm. Han nærmest på stedet. 2 valsetrin.
33-36	Gentag kæden og damedrejningen (takt 29-32) og slut med almindelig fatning med danseren man står med.

37-44 Parvis vals i danseretningen - 8 valsetrin.

45-60 Gentag takt 29-44.

Det vil sige:

Kæder til nummer 3 og hun under hans arm.

Kæder igen til nummer 3 og hun under hans arm.

Parvis vals 8 valsetrin.

Alle slutter i kredsen med front mod midten.

Figur A Gentag familievals med drejninger

9-28 Gentag takt 9-28

Figur B Gentag kæde, Kæde og vals

29-60 Gentag takt 29-60

Outro Parvis afslutning

61-68 Gentag 1-8.