

# At danse VALS (og ikke POLKA)

Når det for et par ikke lykkes at danse vals på den rigtige måde, skyldes det ofte, at de danser polka. D.v.s., at de "polkaterer" til valsetakt.

Her vil jeg forsøge at beskrive de rigtige valsetrin, så de bedst "følger og beskriver" musikken, og hvorved man får den store nydelse af den.

Beskrivelse af 2 takter højre om 1-2-3/4-5-6:

1. takt for herren (1-2-3) og 2. takt for damen (4-5-6):

1. taktslag i denne takt. Venstre ben bagud i danseretningen, og i dette trin skal ryggen være i danseretningen. Det er her, det kan gå galt, hvis herren starter med at tage et sidelæns polkatrin.

Man skal hele tiden foretage en kontinuerlig drejning.

2. (ikke samle her) og 3. taktslag, idet man samler på 3. taktslag. Herren får front mod midten.

2. takt for herren (4-5-6) og 1. takt for damen (1-2-3):

1. taktslag i denne takt. Højre ben fremad i danseretningen med hælen først i gulvet.

2. (ikke samle her) og 3. taktslag, idet man samler på 3. taktslag. Herren får front mod væggen.

Og dansen går forfra.

Fødderne skal være samlede på 3 og 6. Hvis de ikke er det, er det tegn på, at man danser polka.

Hvis man har svært ved at samle på disse taktslag, kan denne øvelse måske hjælpe.

Enkeltvis stiller man op med front i danseretningen og tager flg. gangtrin:

Gå H, gå V, samle H til V. Gå V, gå H, samle V til H, o.s.v.

Prøv med og uden musik.

I vals drejer man rundt (3/4 takt er en såkaldt "rund taktart") såvidt muligt uden ryk i modsætning til polka, hvor trinnene tages sidelæns i danseretningen.

Trinnene i 1. og 4. taktslag er bløde og dvælende (men man kan mærke, at dansepartneren sætter foden i gulvet).

De andre er mere bestemte, men uden at trinnene forplanter sig op i kroppen.

Prøv at "beskrive" musikkens buer ned og op, hvor buen starter nedad på taktslag 1 og 4 og går opad på de andre taktslag.

I trippevals er alle trinnene ens og bestemte og på flad fod,

Verner Jensen 18. april 2001.