

Tanzschüssel

Um die einzelnen Beschreibungen zu kürzen, sind nachstehend die wichtigsten Grundstellungen, Tanzfassungen, Figuren, Tanzschritte etc. beschrieben. In den Tanzbeschreibungen sind diese angeführten **Fassungen, Tanzschritte etc. kursiv und fett** gedruckt, womit ausgedrückt wird, daß die nähere Erläuterung aus dem Tanzschlüssel zu ersehen ist.

Abkürzungen: M = Mâi(d)l (Mädchen) B = Bou (Bursche)

Aufstellung-Grundstellung

Wenn nicht anders angegeben, steht M immer rechts von B.

- Großer Kreis** (Stirnkreis) Alle Paare stehen auf der Kreislinie mit dem Gesicht zur Kreismitte
- Doppelter Kreis zueinander** B Innenkreis, M Außenkreis, wenn nicht anders angegeben, mit dem Gesicht zueinander
- Doppelter Kreis hintereinander** B Innenkreis, M Außenkreis (oder umgekehrt) alle mit dem Gesicht zur Kreismitte
- Paarweise im Kreis** Die einzelnen Paare stehen hintereinander im Kreis mit Blick zur Tanzrichtung
- Zueinander im Kreis** Wie im großen Kreis, jedoch mit Blick zur Tanzrichtung. M vor B.
- Tanzrichtung** Richtung gegen den Uhrzeigersinn (Gegensonnen rechts)
- Gegentanzrichtung** Richtung im Uhrzeigersinn (Mitsonnen links)

Wenn es heißt: "Grundstellung einnehmen", dann ist damit die Stellung gemeint, mit der der Tanz oder die Figur beginnt.

Tanzfassungen

Wenn keine Fassung angegeben ist, M Hände im Hüftstütz, B Hände in der Tasche. Das gleiche gilt auch für die Hand, die für die Fassung nicht benötigt wird. Der **innere Fuß** ist immer derjenige, der dem Partner zugewendet, der **äußere Fuß** derjenige, der abgewendet ist. Das gleiche gilt für die Hände.

- Normale Tanzfassung** (Gewöhnliche Fassung) B legt seinen rechten Arm um die Hüfte vom M und faßt mit seiner linken Hand bei nicht ganz gestrecktem Arm ihre rechte Hand. Die linke Hand von M liegt auf der rechten Schulter des B.
- Innenhandfassung** (Offene Fassung) B und M stehen nebeneinander und fassen die **inneren Hände**
- Einhandfassung** B faßt mit der rechten Hand die rechte Hand von M.
- Zweihandfassung** B faßt mit der rechten Hand die linke Hand von M und mit seiner linken ihre rechte Hand.
- Kreuzhandfassung** B faßt mit seiner rechten Hand die rechte Hand von M und mit seiner linken ihre linke Hand. Die linken Hände müssen dabei oben liegen

Hüft-Schulterfassung	(Geschlossene Fassung) B legt beide Hände an die Hüften von M, diese beide Hände auf die Schultern des B. Die Arme sind gestreckt und die Oberkörper leicht zurückgebeugt.
Oberarmfassung	B legt beide Hände auf die Oberarme von M, M von innen beide Hände auf die Oberarme von B.
Rückenfassung	Nebeneinander stehend, in gleicher Richtung. B legt seinen rechten Arm um die Hüfte von M und faßt ihre nach hinten gehaltene rechte Hand. M legt seinen linken Arm um die Hüfte von B und erfaßt seine nach hinten gehaltene linke Hand.
Scherenfassung	Nebeneinander stehend, in entgegengesetzter Richtung. Beide halten die linke Hand nach hinten, hängen sich mit dem rechten Arm ein und greifen dann mit der rechten Hand nach der linken des Partners.
Offene Landlerfassung	Nebeneinander stehend, in gleicher Richtung. B legt seinen rechten Arm um die Hüfte von M und faßt dessen nach hinten gehaltene rechte Hand. die linken Hände werden vor dem Körper des B gefaßt.
Niedere Landlerfassung	B steht hinter M in Tanzrichtung, M hebt beide Hände bis zur Schulterhöhe, B faßt diese von hinten.
Hohe Landlerfassung	Wie Niedere Landlerfassung , nur werden jetzt die Hände hochgehoben und über dem Kopf von M gefaßt. Beginnt der Tanz mit einem Schritt nach links, dann werden dabei die linken Arme gesenkt.
Paarweise Råja-Fassung	Gegenüber stehen. Jeder faßt mit der rechten Hand sein linkes Handgelenk und bei dieser Fassung mit der linken Hand das rechte Handgelenk des Partners.
Råja-Fassung im Kreis	Großer Kreis. Die B fassen sich hinter den Rücken der M und die M hinter den Rücken der B an den Handgelenken.

Tanzfiguren

Fingerwickler	(Hintereinander im Kreis), B faßt mit seiner rechten Hand den bis zur Schulter erhobenen rechten Zeigefinger von M. Wenn nicht anders angegeben, werden die gefaßten Hände gehoben und M dreht sich mit Ganzdrehungen nach rechts außen oder links innen im Landler-Schritt herum.
Fensterl	In Kreuzhandfassung werden die Arme über den Kopf gehoben, M macht eine rasche Ganzdrehung nach rechts. Das so gebildete Fensterl wird in Augenhöhe gesenkt. Beide drehen sich im Landler-Schritt nach rechts und lachen sich durch das Fensterl an.
Durchwickler oder Ganzwickler	(Doppelter Kreis zueinander), Zweihandfassung . Beide drehen sich während zweier Takte unter ihren Händen nach außen durch (B nach links, M nach rechts), wobei die Arme ausgestreckt und alle vier Hände zusammengefaßt bleiben müssen. Während der Drehung in Tanzrichtung fortbewegen.
Schwenken oder Schwingen	a) Doppelter Kreis zueinander , die Fassung wird jeweils angegeben. Beim 1. Takt schwenkt (schwingt) B sein rechtes Bein über das linke (kreuzen) und hüpf dabei mit dem linken Bein einmal hoch. M macht

das gleiche mit dem anderen Bein, so daß beide in die gleiche Richtung schwenken. Etwas in Tanzrichtung fortbewegen. Beim 2. Takt umgekehrt, wobei am Ort verblieben wird. Das Aufhüpfen muß locker erfolgen.

- b) Bei Grundstellung **Paarweise im Kreis**, schwenken beide im 1. Takt das rechte Bein gegen die Kreismitte hin und im 2. Takt das linke Bein nach außen.
- c) Bei "Gegengleich Schwenken" beginnt M mit dem gleichen Bein wie B, so daß in entgegengesetzter Richtung geschwenkt wird.

Påtscha

Hintereinander im Kreis. M geht im Landler-Schritt vorwärts und macht dabei abwechselnd eine halbe Links- und Rechtsdrehung, wobei sie nach hinten lacht. (Bei den Silberhochzeitstänzen dreht sich M fortlaufend nach rechts) B geht hinter M im Landler-Schritt nach, klatscht dabei abwechselnd nach der Halbdrehung des M links, bzw. rechts in die Hände, wobei der Oberkörper gleichzeitig etwas mit gedreht und M angelacht wird.

Tanzschritte

Walzer-, Landler- und Polka-Schritte sind Grundvoraussetzung für unsere Volkstänze. Diese Tanzschritte zu erläutern, erübrigt sich. Um die Tanzschritte für unsere Figuren verständlich zu machen, werden sie in Zeiten eingeteilt: $\frac{3}{4}$ Takt = 3 Zeiten, $\frac{2}{4}$ Takt = 2 Zeiten, $\frac{4}{8}$ = 4 Zeiten.

Masurka

Nebeneinander stehend, mit normaler Tanzfassung. Die äußeren gefaßten Arme sind nicht ganz durchgestreckt. Beim letzten Ton des Vorspieles streckt B das linke und M das rechte, leicht angewinkelte Bein nach vorne aus.

Zeit 1 Beide lassen sich nach vorne fallen, um auf dem erst ausgestreckten Bein mit Schwung aufzusetzen. Gleichzeitig neigt sich der Oberkörper nach vorne und die ausgestreckten Arme werden gesenkt, das andere Bein wird dabei hinten nach oben angezogen.

Zeit 2-3 Zurückschnellend wird nun mit dem anderen Bein zweimal aufgehüpft und gleichzeitig der Oberkörper leicht zurückgebogen. Die ausgestreckten Arme werden in die Waagrechte gehoben. Das freie äußere Bein weist, leicht angewinkelt, in die Tanzrichtung wie zu Beginn des Tanzes.

Wechselhupf

Während man etwas hochspringt, wird der linke Fuß vor- und der rechte zurückgesetzt. Dann wieder hochspringen sowie rechten Fuß vor und linken zurücksetzen.

Nachstellschritt

Bei **Nachstellschritten** ist immer darauf zu achten, ob im $\frac{3}{4}$ Takt oder im $\frac{2}{4}$ (= $\frac{4}{8}$) Takt getanzt wird.

Nachstellschritt im $\frac{3}{4}$ Takt

Zeit 1 Der linke Fuß wird vor-, rück-, oder seitgestellt.

Zeit 2 Der rechte Fuß wird an den linken herangestellt.

Zeit 3 stehenbleiben.

Nachstellschritt im $\frac{2}{4}$ Takt

Zeit 1 Der linke Fuß wird vor-, rück-, oder seitgestellt.

Zeit 2 Der rechte Fuß wird an den linken herangestellt.

Nachstellschritt mit Schwenken im $\frac{3}{4}$ Takt

- Zeit 1 Der linke Fuß wird seitgestellt
Zeit 2 Der rechte Fuß wird an den linken herangestellt.
Zeit 3 Der linke Fuß wird seitgestellt und das rechte Bein nach links geschwenkt. Bei Wiederholung wird bei Zeit 1 mit dem rechten Fuß begonnen.

Nachstellschritt mit Schwenken im $\frac{4}{8}$ Takt

- Zeit 1 Der linke Fuß wird seitgestellt
Zeit 2 Der rechte wird an den linken herangestellt
Zeit 3 wie Zeit 1
Zeit 4 Das rechte Bein wird nach links geschwenkt (kreuzen). Bei Wiederholung wird bei Zeit 1 mit dem rechten Fuß begonnen.

Råjan im Kreis

Großer Kreis, Råjafassung im Kreis. Wenn in **Gegentanzrichtung** getanzt wird, dann rechtes Bein vorstellen. Bei jedem Takt wird erst der rechte Fuß, der immer vorne bleibt, dann der linke Fuß nach links seitwärts gestellt. (Wie seitliches Gehen, bei jedem Takt zwei Schritte.

Wenn in **Tanzrichtung** getanzt wird, erst linken Fuß vorstellen und bei jedem Takt linken und dann rechten Fuß seitstellen

Råjan paarweise

Råjafassung paarweise. Schritte wie bei **Råjan im Kreis**