

<b>Lépések, kéztartások</b>	
<b>Alap vagy polka lépés</b>	1 ütemre bal-jobb-bal, 1 ütemre jobb-bal-jobb. A lányok általában jobb, a fiúk bal lábbal indulnak. Ez történhet előre, vagy oldalra. Számolás: 1-2-3, 1-2-3
<b>Hornpipe</b>	Olyan mint a reel csak lassú. Számolás: hop1-2-3 hop1-2-3
<b>House lépés</b>	Polka vagy reel lépéssel táncartásban forgás úgy, hogy a pár saját maga körül is forog (az órajárással megegyezően) és halad is (az órajárással ellentétesen). Hol a fiú, hol a lány lép nagyot előre, míg a másik szinte egyhelyben lép, csak fordul. 2 ütem egy 360 fokos fordulat saját maguk körül. A fiú bal lábbal kezd, és mindketten mindig a bal lábbal lépik a „nagyot”.
<b>Reel lépés</b>	1 ütemre hop-bal-jobb-bal, 1 ütemre hop-jobb-bal-jobb. A „hop” sarokemeléssel egy koppintás helyben. Az 1 van azon a lábon, amelyikkel a polkában kezdenek. (tehát lányok balhop jobb bal jobb stb fiúk jobbhopp bal jobb bal stb) Számolás: hop-1-2-3, hop-1-2-3
<b>Sevens Hetes lépés</b>	Bal láb elöl, jobb lábbal hátsó keresztlépéssel hét lépéssel haladni balra (testsúly a hátsó lábon), majd balra-jobbra egy-egy alaplépés, ugyanez vissza: jobb láb elöl, bal hátsó keresztlépéssel haladni jobbra, alaplépés jobbra-balra. Számolás: 1-2-3-4-5-6-7-123-123, 1-2-3-4-5-6-7-123-123
<b>Slide</b>	Táncartásban a lány jobb, a fiú bal lábbal lép egy nagyot, a másik lábát utána húzva zár, majd egy polka lépés befelé. Vissza a másik lábbal ugyan ez, polka lépés kifelé. Számolás: 1-2-123, 1-2-123
<b>Rise and Grind Szúr-rúg lépés</b>	Bal lábon a testsúly, bal láb sarok emeléssel rugó, közben jobb lábbal a bal lábfej külső éle mellett pontozás (szúr), majd előre lendíteni a jobb lábat (rúg), utána jobb-bal-jobb (polka lépés). u.e. ellentétes lábakkal.
<b>Ceili fogás</b>	A pár oldalt-szemben áll egymással (jobb váll-jobb váll). Megfogják egymás bal kezét, jobb kézzel egymás hóna alatt a másik lapockáját tartják. A bal kéz van alul.
<b>Waist hold Derékfogás</b>	A lány a fiú jobb oldalán áll. A fiú jobb karjával átfogja a lány derekát, a lány a bal kezét a fiú jobb vállán nyugtatja.
<b>Crossed hand hold Keresztkézfogás</b>	A lány a fiú jobb oldalán áll. Jobb kéz-jobb kéz. Bal kéz-bal kéz a test előtt. A jobb kéz van felül.

<b>Waltz hold</b> Tánctartás vagy keringő fogás	A pár egymással szemben áll. A lány a jobb kezét a fiú vállmagasságban tartott bal kezébe helyezi. Az fiú a jobb kezét a lány bal lapockájára helyezi. A lány bal kezét a fiú vállán pihenteti. A fiú lazán, de határozottan tartják a lányt, hogy vezetni, irányítani tudják, de nem kell úgy, mint társastáncban, annál lazábban.
Menetirány	Általában az órajárással ellentétes irány a menetirány, ha ettől eltérés van, arra a táncleírás külön kitér. Csillagjás ;-)
<b>Set tánc felállás</b>	4 páros alkot egy setet, akik együtt táncolnak. A párok képzeletbeli négyszög négy oldalán helyezkednek el, 2-2 pár egymással szemben. A lány a fiú jobbján áll. A párok közül a <b>TOP 1</b> a zenekarnak háttal, <b>TOP 2</b> a zenekarral szemben elhelyezkedő pár. Általában a <b>SIDE 1</b> a top 1 baloldalán, míg a <b>SIDE 2</b> a jobb oldalán lévő pár. Ritkán, van olyan set ahol a SIDE1 van jobbra, erre a táncleírás külön felhívja a figyelmet.

Összeállította: Gájer Erika

Lektorálta: Palotás Julianna

A kisebb eltérésekkel táncolt figuráknak a legelterjedtebb variációját írjuk le, az ettől való eltérésre (pl. más kéztartás) a táncleírás külön felhívja a figyelmet.

Amelyik figurának használjuk a magyar elnevezését, ott az is szerepel. Előfordul, hogy egy-egy nagyon hasonló figurának több elnevezése is van.

<b>Figurák</b>		
<b>Advance and retire</b> Be-ki	Lány jobb lábbal, fiú bal lábbal kezdve két ütemre be, két ütemre hátra a helyére táncol polka vagy reel lépéssel. (1-2-123 1-2-123, nem alaplépés!) A figuránál táncként változhat a fogás, lehet keresztkézfogás, táncartás, nyitott táncartás vagy csak jobb kéz-jobb kéz fogás.	4 ütem
<b>Advance, retire and dance across</b> Be-ki, átpörget	Két egymással szemben álló pár táncolja. Lány jobb lábbal, fiú bal lábbal kezdve két ütemre be, két ütemre hátra a helyére táncol polka vagy reel lépéssel (1-2-123 1-2-123, nem alaplépés!). Utána a fiú maga előtt pörgetve a lányt átvezeti a szemben álló pár helyére (1,5 fordulat, az órajárás irányában) mindig jobbra tartás van a szemközti párral. Ugyan ezt megismételve kerül vissza a saját helyére.	16 ütem
<b>Back to back</b> Rombusz	A pár szemben áll egymással, két ütemre elhaladnak egymás mellett jobb vállal, háttal megkerülik a párjukat, és bal váll találkozással hátrafelé visszatáncolnak a kiinduló helyükre.	4 ütem
<b>Balance</b>	Hasonlít a Be-kire (Advance and retire), de alaplépéssel lépve, tehát 123-123 jig/polka esetén és hop123 hop123 reel és hornpipe esetén!	4 ütem
<b>Body</b>	Táncartásban 2 ütemre dance in place, 2 ütemre house a jobboldali pár helyére. Ez összesen 4× ismétlődik meg, amíg a pár visszaér a kiinduló helyére. Többféle variációja van, melyeknek ez az alapja. A <b>Quarterhouse</b> másik elnevezése.	16 ütem
<b>Chain</b> Kalács	Egy irányban haladás a körvonal mentén. Jobb kezes helycsere a partnerrel, bal kezes helycsere a szembejövővel, és így haladni tovább: jobb kéz, bal kéz. 1 partnerváltás 2 ütem. Az összes lány egy irányban halad (általában az óramutató járásával megegyező irányban), az összes fiú ellenkező irányban.	8 ütem
<b>Christmas</b> 8-a swing <b>Little christmas</b> 4-es swing	4,6 vagy 8 ember táncolja. Körben állnak, keresztkézfogás a két szomszéd háta mögött, jobb kéz alul, bal kéz fölül. Jobb láb közepén. A bal lábbal hajtván körbeforgás a kör vonala mentén balra. <b>Basket:</b> szintén 4-es, 6-os, vagy 8-as swing	8 vagy 16 ütem

<b>Circle</b>	A set tagjai körben kezet fognak, a lány jobb lábbal, fiú bal lábbal kezdve két ütemre be, két ütemre hátra a helyére táncol polka vagy reel lépéssel, 2× ismételve ugyanezt.	8 ütem
<b>Crossover</b> Lányok át, fiúk át	Két szemben álló pár táncolja. Lányok helyet cserélnek jobb váll-jobb váll. Fiúk helyet cserélnek bal váll-bal váll. Ugyan ezt megismételve kerülnek vissza a párok a kiindulási helyükre. Amikor átértek szembe, egymás felé fordulnak meg!	8 ütem
<b>Dance at home</b> helyben forgás	Keringő fogással a pár egymás körül egy helyben forog polka vagy reel lépéssel, az óramutató járásával megegyező irányban. Lányok jobb, fiúk bal lábbal kezdenek.	4 vagy 8 ütem
<b>Dance in place</b> helyben tánc forgás nélkül	Keringő fogással a pár polka vagy reel lépéssel egyhelyben előre-hátra táncol. Lányok jobb, fiúk bal lábbal kezdenek.	4 ütem
<b>Gallop</b> Galopp	Tánc tartás, a szemben lévő oldalra mennek át a párok, általában a fiúk egymásnak háttal visszafele a lányok egymásnak háttal. 1234567 123 123 és vissza vagy 123456781234567 és vissza 123456781234567	8 ütem
<b>House across</b>	Szemben álló párok helyet cserélnek 4 ütemre house lépéssel.	4 ütem
<b>House around</b>	Keringőfogással a pár önmaga körül az órajrásával egyezően forog, a set körvonalán az órajrásával ellentétes irányban forogva halad úgy, hogy felváltva hol a fiú, hol a lány lép nagyot. 8 ütem alatt a kiindulási helyére ér vissza. Fiú bal lábbal kezd „nagyot”, lány jobb lábbal „kicsit”.	8 ütem
<b>House within</b> vagy <b>Show the lady</b>	1 páros a körön belül táncol House aroundot.	8 ütem
<b>Ladies chain</b>	Két pár táncolja, akik egymással szemben állnak. Lányok jobb kezes helycsere, a szembelevő fiú jobbra lépve fogadja a lányt, bal kézzel megforgatja maga körül, vagy bal kézfogással helycsere (erre több variáció van, amire a táncokban külön kitérnek). A lányok visszamennek a helyükre vagy jobbkezes cserével, vagy jobb váll-jobb vállal elhaladva egymás mellett.	8 ütem
<b>Lead around</b>	Kiinduló helyzet: a fiúk belül, lányok kívül, általában keresztkezfogással, jobbkezes-jobbkezes fogással vagy derékfogással. Haladási irány az óra járásával ellenkező. A fiúk körbevezetik a lányokat polka vagy reel lépéssel, amíg vissza nem érnek a helyükre. A végén gyakran kifordítja a fiú a lányt, és úgy kerülnek a set kiinduló pozícióba. A megállítós lead around ugyanez, de két haladólépés után 2 lépést mindenki helyben táncol. (16 ütem)	8 ütem
<b>Pass through</b> Fésű	Szembenálló párok táncolják. Attáncolnak a szembelevő helyre a másik pár között átfésülve, ott a fiú-lány helyet cserél egymással, ugyanez vissza.	8 ütem

<b>Quarterhouse</b>	Hasonló mint a <b>Body</b> , előfordul, hogy a helyben forgás helyett slide lépés van. Ha 4 ütemre van slide vagy helyben forgás, és utána 4 ütemre house a következő helyre, akkor <b>Long Quarterhouse</b> nak hívjuk, és 32 ütemre érünk a kiinduló helyre.	16 ütem
<b>Set and swing</b> Körbetánci - swing	A pár egymással szemben áll, és körbetáncolják egymást 4 ütemre úgy, hogy a jobb válluk szinte összeér, és azt táncolják körbe. Mindketten a haladási irányba néznek. 4 ütemre swing tánc tartásban vagy ceili fogással.	8 ütem
<b>Slide and change</b>	Szembenálló párok táncolják. Tánc tartás, slide középre, vissza, house across a szembe lévő pár helyére, majd ugyanez vissza a saját helyünkre.	16 ütem
<b>Square the house</b>	Szembenálló párok táncolják. Slide lépés a jobbra álló pár helyére 1-2-123, negyed fordulattal slide lépéssel kihátrálás a szembe lévő helyre 1-2-123, két house-sal vissza a kiinduló helyre. (pl. Ballyvourney Jig Set) Ha a szembe lévő helyről is két slide lépéssel jutunk vissza a saját helyünkre <b>Diamond</b> -nak nevezik a figurát.	8 ütem
<b>Star</b> Kiscsillag	A táncosok (általában négyen: vagy 2 pár, vagy a fiúk, vagy a lányok) beteszik a jobb kezüket középre és egymás kezét megfogva 4 ütemre haladnak az órajárással megegyező irányba, majd megcserélik a kezüket és az órajárással ellenkező irányba táncolnak 4 ütemre vissza a kiindulási helyükre.	8 ütem
<b>Swing</b>	Tánc tartásban vagy ceili fogással állnak a partnerek. A jobb lábukat kissé előre téve a külső éle összeér, a bal lábukkal hajtva magukat „rollerező” mozgással forognak az órajárással megegyező irányban. 4-es, 8-as swing esetén a lábmozgás ua., egymás mögött a karokkal kapaszkodnak össze, bal kar felül, jobb kar alul. ( <b>Christmas</b> )	8 ütem
<b>Wheelbarrow</b> Talicska	Szemközti két pár táncolja. Egyik pár house accros, kipördíti a lányt a másik fiú szabad oldalán (8 ütem), kialakulnak az egyes-hármas sorok. A hármas sor elöl fogja egymás kezét. Aztán legtöbbször be-ki-be kifordít, a lányok az eddigi szóló fiúval alakítanak hármas sort, be-ki-be kifordít. (8 ütem). Utána swing4.	24 ütem
<b>Wheel</b> Kicsi csillag (4ember) v. csillag (8ember)	A táncolók (2 pár, 4 pár, csak fiúk, csak lányok) beteszik a jobb kezüket és balra négy lépést haladnak, aztán kézcsere és vissza 4 lépés. Hasonló mint a Star (kiscsillag), de általában párosan van, derékfogással.	8 ütem

Összeállította: Gájer Erika

Lektorálta: Palotás Julianna

## CLARE LANCERS

4 páros set tánc

### Első figura – A négyzet (The Square) (Reel) 160 ütem

<b>Mindenki</b> Lead around Swing	Kiinduló helyzet: a fiúk belül, lányok kívül, keresztkezfogás. Az óra járásával ellenkező irányban a fiúk körbevezetik a lányokat reel lépéssel, amíg vissza nem érnek a helyükre, a fiú kifordítja a lányt (két kéz alatt), és tánctartásba állnak. (8 ütem) Swing a partnerrel. (8 ütem)	16 ütem
<b>Top pár</b> Swing  Square (négyzet fésüléssel)	Az <b>1 top fiú, 2 top lány</b> középre táncol reel lépéssel, bal váll-bal vállal elhaladnak egymás mellett, fél fordulattal balra szembefordulnak egymással, (4 ütem) tánctartásban swing, majd kihátrálnak a helyükre (4 ütem) Átfésülnek a top párok a szemben lévő helyre úgy, hogy a 2 lány megy középen, ott a párok jobb váll-jobb vállal helyet cserélnek, vissza fésű, megint a lányok középen. Párok jobb váll-jobb vállal elhaladva egymás mellett a sarokra érkeznek. (8 ütem)	16 ütem
<b>Mindenki</b> Swing a sarkon Swing a partnerrel	Lányok jobbra, fiúk balra fordulva swingelnek a sarkon a másik pár ellenkező nemű tagjával (8 ütem), swing saját partnerrel az eredeti kiindulási helyen (8 ütem)	16 ütem
<b>Top pár</b> Swing, Négyzet	Ugyanaz mint fenn, csak most az <b>1 top lány, 2 top fiú</b> swingel középen.	16 ütem
<b>Mindenki</b> Swing a sarkon Swing a partnerrel		16 ütem
<b>Side pár</b> Swing, Négyzet	Az <b>1 side fiúnak</b> (az 1 toptól balra lévő) és <b>2 side lánynak</b> swing. Négyzet a side pároknak.	16 ütem
<b>Mindenki</b> Swing a sarkon Swing a partnerrel		16 ütem
<b>Side pár</b> Swing, Négyzet	Az <b>1 side lány, 2 side fiú</b> swinggel.	16 ütem
<b>Mindenki</b> Swing a sarkon Swing a partnerrel		16 ütem
<b>House around</b>	Mindenkinek house around, az utolsó két lépést duplázva.	8 ütem

### Második figura – Fordítsd a lányt (Turn the Lady) (Reel) 192 ütem

<b>Mindenki</b> Lead around Swing		16 ütem
<b>1 Top pár</b> House within Turn the lady  Pass by	1 top pár house around a seten belül. Az 1 top pár a helyén áll egymással szemben, jobb kéz fogással a fiú pörgeti a lányt az órajárással megegyező irányban. A pár továbbra is jobb kéz-jobb kéz fogással áll, és egymást kicsit „meghúzza” jobb váll-jobb vállal elhaladnak egymás mellett (2 ütem), elengedik a kezüket, megfordulnak (2 ütem), ismét eltáncolnak egymás mellett (2 ütem), és megfordulva a side párok vonalában egy sort alkotnak úgy, hogy az utolsó 2 ütemre a 2. top pár is kiáll a sorba. Így egymással szemben két sor lesz (4-4 fő)	8 ütem 8 ütem 8 ütem

<b>Mindenki</b> Be-ki	A két sor egymás felé táncol reel lépéssel (2), majd vissza (2) 2×, a második visszánál a top párok a helyükön maradnak, csak a side pár hátrál.	8 ütem
Swing	Swing saját partnerrel	8 ütem
<b>2 Top pár</b>	<b>House within, Turn the lady, Pass by</b> az előbb leírtak szerint	24 ütem
<b>Mindenki</b> Be-ki 2×, swing		16 ütem
<b>1 Side pár</b>	<b>House within, Turn the lady, Pass by</b> Eltáncolják a figurát, de most a side-ok állnak a topok mellé, és így alkotnak sort.	24 ütem
<b>Mindenki</b> Be-ki 2×, swing		16 ütem
<b>2 Side pár</b>	<b>House within, Turn the lady, Pass by</b> az előbb leírtak szerint	24 ütem
<b>Mindenki</b> Be-ki 2x, swing		16 ütem
<b>House around</b>	Mindenkinek house around, az utolsó két lépést duplázva.	8 ütem

**Harmadik figura – Szemtől szembe (Face to Face) (Reel) 144 ütem**

<b>Mindenki</b> Lead around Swing		16 ütem
<b>Lányok</b> Be-ki	Lányok be-ki 2× reel lépéssel	8 ütem
<b>Fiúk</b> Be-ki	Fiúk be-ki-be, az utolsó 2 ütemre beteszik a bal kezüket középre, és beállnak a következő figura kiinduló pozíciójába.	8 ütem
<b>Mindenki</b> Wheel (kicsi csillag)	A fiúk bal keze közepén, a jobbal a lány derekát fogva (a lány bal keze a fiú jobb vállán) a párok haladnak az óra járásával ellenkező irányban 6 ütemre (1 teljes kör), majd egymás felé fordulva megfordulnak (2), és vissza táncolnak 6 ütemre a helyükre és újra megfordulnak.	16 ütem
Swing 8	A set tagjai összekapaszkodnak úgy, hogy a bal kar felül, jobb kar alul, swing az órajárással megegyező irányban 8 ütemre, vissza 8 ütemre.	16 ütem
Swing a partnerrel		8 ütem
<b>Ismétlés</b>	<b>Lányok be-ki; fiúk be-ki; Wheel; swing 8; swing a partnerrel</b>	56 ütem
<b>House around</b>	Mindenkinek house around, az utolsó két lépést duplázva.	8 ütem

**Negyedik figura – Kicsi csillag és swing (Wheel and Swing) (Reel) 192 ütem**

<b>Mindenki</b> Lead around Swing		16 ütem
<b>Top pár</b> House within Lead around	1 top pár house around a seten belül Mindkét top párnak lead around keresztkezfogással az órajárással megegyező irányban. (a seten belül egy teljes kör+egy negyed tehát a tőlük eredetileg balra lévő side-dal táncolják a csillagot)	8 ütem 8 ütem
<b>Mindenki</b> Wheel (kicsi csillag)	4-en beteszik a jobb kezüket középre és egymás kezét megfogva 4 ütemre haladnak az órajárással megegyező irányba, majd megcserélik a kezüket és az órajárással ellenkező irányba táncolnak 4 ütemre vissza a kiindulási helyükre.	8 ütem

<b>Mindenki</b> Swing 4 Swing a partnerrel	Négyes swing az órajárással megegyező irányban, az utolsó ütemre mindenki visszaérkezik az eredeti kiindulási helyére.	8 ütem 8 ütem
<b>Top pár</b> House within Lead around	2 top pár house around a seten belül Mindkét top párnak lead around, de most az órajárással ellentétes irányba.	8 ütem 8 ütem
<b>Mindenki</b> Wheel (kiscsillag) Swing 4 Swing a partnerrel	Előzőek szerint, de a másik side párossal kerülnek össze.	8 ütem 8 ütem 8 ütem
<b>Side pár</b>	Ugyan az, mint eddig a toppoknak. <b>1 side House within; Lead around</b> (órajárással megegyező irányban)	16 ütem
<b>Mindenki</b>	<b>Wheel (kiscsillag); swing 4, swing a partnerrel</b>	24 ütem
<b>Side pár</b>	<b>2 side House within; Lead around</b> (órajárással ellentétes irányban)	16 ütem
<b>Mindenki</b>	<b>Wheel (kiscsillag); swing 4, swing a partnerrel</b>	24 ütem
<b>House around</b>	Mindenkinek house around, az utolsó két lépést duplázva.	8 ütem

**Ötödik figura – Felsorakozás (The Line-up) (Reel) 192 ütem**

<b>Mindenki</b> Lead around Swing	Ezt a figurát végig mindenki táncolja.	8 ütem 8 ütem
<b>Ismétlődő rész:</b> Chain and line-up (kalács és felsorakozás)	A partnerek egymással szembe fordulnak, jobb kezét adnak egymásnak, elhaladnak egymás mellett, a szembejövőnek bal kezét adnak, tovább haladnak és a kiindulási helyükkel szemben lévő helyen összetalálkoznak a partnerükkel, táncartásban swing 2-ütemre (8 ütem) Folytatják a kalácsot a következő 6 ütemre, és végül mindenki felsorakozik az első top pár mögé úgy, hogy az 1 top saját kiindulási helyén „magának háttal” áll, a lány a fiú jobbján, és felsorakozik az összes fiú a fiú mögé, az összes lány a lány mögé. Így kialakul két oszlop. (sorrend: 1 top, 1 side, 2 side, 2 top)	16 ütem
Slide	Slide lépéssel a fiúk balra, a lányok jobbra haladnak 1 2, 1 2, 1 2, 123 (4 ütem) Vissza a fiúk jobbra, a lányok balra ugyanígy, de közben a két oszlop átfésül egymáson, és a végén szembefordul egymással.	8 ütem
Be-ki Dance back and Swing	Két sorban állnak a táncosok, kézfogással táncolnak be-ki 2× Mindenki visszatáncol a kiindulási helyére (4 ütem), swing saját partnerrel táncartásban (4 ütem).	8 ütem 8 ütem
Kalács és felsorakozás Slide Be-ki Visszatánc és Swing	Ugyanaz mint fent, de most az oszlop a 2 top mögé sorakozik. (sorrend: 2 top, 2 side, 1 side, 1 top)	40 ütem
Kalács és felsorakozás Slide Be-ki Visszatánc és Swing	Ugyanaz mint fent, de most az oszlop az 1 side mögé sorakozik. (sorrend: 1 side, 2 top, 1 top, 2 side)	40 ütem
Kalács és felsorakozás Slide Be-ki Visszatánc és Swing	Ugyanaz mint fent, de most az oszlop a 2 side mögé sorakozik. (sorrend: 2 side, 1 top, 2 top, 1 side)	40 ütem
<b>House around</b>	Mindenkinek house around, az utolsó két lépést duplázva.	8 ütem