

Dit zijn de beschrijvingen van de dansen die gemaakt zijn door Herman Bouman. Deze horen bij de serie video's van dansen, zoals deze in Coronatijd op een veilige afstand gedanst kunnen worden.

*2021 Dansbeschrijvingen Herman Bouman (Dansen op afstand)*

## **Blauwe Korenbloemen:**

### **Start in Flankkring van paren gezicht naar elkaar**

***Allemaal met rechts beginnen. (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)***

Deel 1:

1. R. hak-teen - draai in 3 passen ½ rechtsom
2. L. hak-teen – draai in 3 passen ½ linksom (terug draaien)
3. Herhaal 1 & 2
4. R. hak-teen – zij-sluit-zij naar rechts (naast je partner)
5. L. hak-teen – zij-sluit-zij naar links ( inschuiven t.o. nieuwe partner)
6. Herhaal 4 & 5)

Deel 2:

7. Op de kringlijn 4 wisselpassen naar links.(begin met de R. voet)(Heer zwaait hierbij R. voet voorlangs)
  8. Omdraaien en 4 wisselpassen naar rechts.
  9. Op de kringlijn Heer 2 wisselpassen achteruit (naar buiten)– Dame 2 wisselpassen vooruit(naar binnen)
  10. Heer 2 wisselpassen vooruit- Dame 2 wisselpassen achteruit (weer op de kringlijn)
  11. Herhaal 9 & 10 Nu de dames naar achteren en de heren naar voren. (Eindig tegenover elkaar)
- Dans begint opnieuw

## **Simmermoarn**

### **Start in Frontkring van paren**

***Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen aan de rok)***

Deel 1:

1. Op de kringlijn Dames 2 walspassen voorwaarts en 2 achterwaarts (binnen-buiten)  
Heren 2 achterwaarts en 2 voorwaarts. Buiten-binnen)
2. Herhaal 1. Nu beginnen de dames achterwaarts en de heren voorwaarts.

Deel 2:

3. Ga met 4 walspassen om de L. schouder van je contra partner
4. Ga met 4 walspassen om de R. schouder van je eigen partner

Deel 3:

5. Op de kringlijn t.o. je eigen partner  
1 walspas na elkaar en 1 walspas van elkaar en passeer elkaar met 2 walspassen langs de R. schouder
6. T.o. nieuwe partner  
1 walspas na elkaar en 1 walspas van elkaar en passeer elkaar met 2 walspassen langs de L. schouder
7. Herhaal 5 & 6

Deel 4:

8. T.o. elkaar 1 bijtrekpas naar binnen en 1 bijtrekpas naar buiten
9. Dame in 2 walspassen hele draai rechtsom + 2 walspassen achterwaarts  
Heer 4 walspassen voorwaarts

Dans begint opnieuw

## **Kleine Molen:**

### **Start in dubbele Flankkring van 2 paren**

***Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen aan de rok)***

- 1 Hak-teen – wisselpas uit elkaar – Hak-teen wisselpas naar elkaar.
- 2 Herhaal 1.
3. 4 wisselpassen voorwaarts naast elkaar.
4. Hak-teen – wisselpas uit elkaar – Hak-teen wisselpas naar elkaar. (paar 1 draait hierbij om naar paar 2)
5. In 4 wisselpassen een rondje met 2 paren.

Dans begint opnieuw

## **Almelose Kermis**

### **Start in Frontkring van paren**

**Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)**

1. Wisselpas met  $\frac{1}{2}$  dr. naar de contrapartner met opzwaai op tel 4
2. Wisselpas met  $\frac{1}{2}$  naar eigen partner met opzwaai en klap op tel 4
3. Herhaal 1 & 2
4. In 3 wisselpassen rondje om de R. schouder met je eigen partner eindig met 3 stampen weer in de frontkring.
5. Op de kringlijn Heer 2 wisselpassen achteruit(buiten) – Dame 2 wisselpassen vooruit(binnen)
6. Heer 2 wisselpassen vooruit- Dame 2 wisselpassen achteruit (weer op de kringlijn)
7. Wisselpas met  $\frac{1}{2}$  dr. naar de contrapartner met opzwaai op tel 4
8. Wisselpas met  $\frac{1}{2}$  dr. naar eigen partner met opzwaai en klap op tel 4
9. Op de kringlijn Heer 2 wisselpassen vooruit – Dame 2 wisselpassen achteruit
10. Heer 2 wisselpassen achteruit- Dame 2 wisselpassen vooruit (weer op de kringlijn)
11. 16 looppassen op de kringlijn naar links.

Dans begint opnieuw

## **Hakke Toone**

### **Start in dubbele Flankkring van paren**

**Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)**

1. 4 x Hak – teen - wisselpas voorwaarts – steeds wisselen van voet (eindig met de rug naar elkaar)

Deel 2 & 3 (**Heren handen voor de borst**)

2. Hak – teen – wisselpas uit elkaar (met een  $\frac{1}{2}$  draai op tel 4)
3. Hak – teen – wisselpas naar elkaar ( met een  $\frac{1}{2}$  draai op tel 4)
4. Herhaal 2 & 3 ( eindig naast elkaar)
5. Hak – teen - wisselpas voorwaarts in dansrichting (met een  $\frac{1}{2}$  draai op tel 4)
6. Hak – teen - wisselpas voorwaarts in klokrichting (met een  $\frac{1}{2}$  draai op tel 4)
7. Herhaal 5 & 6

**(Heren handen op de rug)**

8. 8 wisselpassen voorwaarts in dansrichting.

Dans begint opnieuw

## **Donder in 't Hooi**

### **Start in dubbele Flankkring van paren**

**Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)**

1. 3 wisselpassen voorwaarts in dansrichting – 3 stampen (draai het gezicht naar elkaar)
2. 3 wisselpassen voorwaarts in dansrichting -  
Heer gaat zijwaartse wisselpas terug in klokrichting – Dame in dansrichting zijwaarts zij-sluit-tik  
T.o. nieuwe partner
3. Zijwaartse wisselpas+zwaai met R. been naar links – zijwaartse wisselpas+zwaai van L.been naar rechts.
4. Herhaal 3
5. 3 maal stampen – 3 maal klappen
6. In 4 keer stap-hop rondje om de partner (passeer langs de R. schouder)

Dans begint opnieuw

## Wel Jan

### Start in dubbele Flankkring van 2 paren

(paar 1 kijkt in klokrichting paar 2 in dansrichting in een kringetje van 2 paren)

***(Heren handen op de rug – Dames handen aan de rok)***

Allemaal beginnen met links

Deel 1:

1. 7 kleine bijtrekpassen naar links ( $\frac{1}{4}$  van de kring opgeschoven)

Deel 2:

2. Spring op R. – Spring op L – 3 stampen R.L.R.

3. Herhaal 1 & 2 3 keer (waardoor je iedere keer een  $\frac{1}{4}$  opschuift en weer op plaats eindig).

4. Klap 3 maal in de handen – Klap 1x op knieën 1x inde handen en 1x op de knieën.

5. 3x stap-hop + stap achterwaarts (uit elkaar) wisselpas + stamp voorwaarts (naar elkaar)

6. Herhaal 4 & 5

Deel 3:

7. Heer van paar 1 en dame van paar 2 wisselen in 2 wisselpas met hop van plaats (passeer langs de R. schouder)

Heer van paar 2 en dame van paar 1 maken 1 wisselpas met hop achterwaarts en 1 voorwaarts.

8. Herhaal 7 maar nu met de andere paren.

9. Paren 1 & 2 wisselen in 2 wisselpassen met hop van plaats (passeer langs de R. schouder)

10. 1 Wisselpas L. zijwaarts en 1 wisselpas rechts zijwaarts

11. 8 wisselpassen voorwaarts in dansrichting waarbij paar 1 op de 8 zich omdraait naar het nieuwe paar.

Dans begint opnieuw Paar 1 blijft paar 1 maar steeds met een ander paar 2

## Boerenschots

### Start in Flankkring van paren

***Allemaal beginnen met links (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)***

1. 16 maal stap tik naar links (in klokrichting)

2. Heer draait naar binnen t.o. de dame

Begin met L. 7 keer zij-sluit-zij met hak dwars op de andere voet naar links en naar rechts  
2 bijtrekpassen naar R. (zij-sluit-zij sluit) opschuiven naar partner Rechts.

Begin met R. 8 keer zij-sluit-zij met hak dwars op de andere voet naar rechts en naar links  
(sluit de 8<sup>e</sup> keer de R. voet aan)

3. Begin met L. - 16 maal stap-klap naar links (in klokrichting)

4. Heer draait naar binnen t.o. de dame

Begin met L. 7 keer zij-sluit-zij met hak dwars op de andere voet naar links en naar rechts  
2 bijtrekpassen naar R. (zij-sluit-zij sluit) opschuiven naar partner Rechts.

Begin met R. 8 keer zij-sluit-zij met hak dwars op de andere voet naar rechts en naar links  
(sluit de 8<sup>e</sup> keer de R. voet aan)

5. Begin met L. - 16 maal stap-hop naar links (in klokrichting)

Dans is klaar

## **Thei Ziene polka**

### **Start in Flankkring van paren gezicht naar elkaar**

**Heer begint met L. Dame met R. (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)**

#### Deel 1

1. Wisselpas naar binnen + wisselpas naar buiten.
2. Heer 4 passen voorwaarts – Dame in 2 passen hele draai R. om en 2 passen achteruit.
3. Herhaal 1 & 2 nog 2 maal. Heer eindigt laatste tel met een tik met R  
allemaal met R. beginnen
5. R. zij-sluit-zij naar rechts (naast je partner)
6. L. zij-sluit-zij naar links ( inschuiven t.o. nieuwe partner)
7. Heer 4 passen voorwaarts- Dame 4 passen achterwaarts
8. R. zij-sluit-zij naar rechts (naast je partner)
9. L. zij-sluit-zij naar links ( voor naar eigen partner)
10. Heer 4 passen voorwaarts- Dame 4 passen achterwaarts

#### Deel 2

1. 2 wisselpassen voorwaarts
2. Dame loopt in 4 passen voor de heer langs naar de binnen kant – Heer 4 passen op de plaats.
3. 2 wisselpassen voorwaarts
4. Dame loopt in 4 passen weer voor de heer langs naar de buitenkant – Heer 4 passen op de plaats
5. 1 wisselpas vooruit en 1 wisselpas achteruit.
6. Heer loopt in 4 passen rondje linksom naar binnen- dame in 4 passen rondje rechtsom naar buiten
7. Herhaal 5&6 en eindig tegenover elkaar

Herhaal deel 1

#### Deel 3

1. Wisselpas schuinvoorwaarts naar R – wisselpas schuinvoorwaarts naar L.
2. Heer loopt in 4 passen rondje rechtsom naar buiten- dame in 4 passen rondje linksom naar binnen.
3. Herhaal 1 & 2 nog 2 maal eindig in frontkring
4. Wisselpas rechts zijwaarts – wisselpas links zijwaarts – 4 passen lopen naar R.
5. Herhaal 4

Dans begint opnieuw

## **Polka-Wals**

### **Start in dubbele Flankkring van paren**

**Heer begint met L. Dame met R.**

**Polka (Heren handen op de rug – Dames handen in de zij)**

1. Wisselpas uit elkaar – Wisselpas naar elkaar
2. Wisselpas voorwaarts – Wisselpas achterwaarts
3. Wisselpas uit elkaar – wisselpas naar elkaar
4. Wisselpas tegen over elkaar heen- wisselpas tegen over elkaar terug
5. Wisselpas tegenover elkaar - ½ draai wisselpas rug aan rug (in dansrichting)
6. Wisselpas rug aan rug terug - ½ draai wisselpas tegenover elkaar (in klokrichting)
7. 4 wisselpassen voorwaarts in dansrichting.

Herhaal 1 t/m 7

**Wals (Heer begint met L. Dame met R.) (Heren handen op de rug – Dames handen aan de rok)**

1. 4 x stap zwaai (zwaai van elkaar-na elkaar-van elkaar- na elkaar)
2. Dame in 4 walspassen om de heer(voorlangs heen – achterlangs terug)  
Heer 4 kleine walspassen, waarbij hij 2 iets naar acteren en 2 iets naar voren gaat.
3. 4 x stap zwaai (zwaai van elkaar-na elkaar-van elkaar- na elkaar)
4. Heer in 4 walspassen om de dame (voorlangs heen – achterlangs terug)  
Dame 4 kleine walspassen, waarbij ze 2 iets naar acteren en 2 iets naar voren gaat.
5. Herhaal 1 & 4

## Dansen op afstand!

1. Blauwe Korenbloemen + Hoepel
2. Kleine Molen + Hoepel
3. Simmermoarn + Hoepel
4. Hakke Toone
5. Boerenschots
6. Thei Ziene Polka + Hoepel
7. Wel Jan
8. Donder in 't Hooi
9. Almelose Kermis
10. Polka-Wals + Hoepel