**Farfars gamle gyngestol Månedens dans**

Dans av: Marwell Myrvang  
Musikk: Bjørns Orkester, Farfars gamle gyngestol   
Takt: 4/4  
Intro: Opptakt, 5 Takter  
Grunnsteg: Byttomfot, gåsteg, Dobbel Hitch, Broken boks, Arkade, Håndtur, Vine, Vugg  
Oppstilling: Parvis åpen fatning, Front IDR, ytterfot begynner  
Rekkefølge: Intro: A – B – A - mellomspill, B – A , avslutning

**Takt Beskrivelse**

1-5 Intro: Opptakt, Vente 5 takter, med Front IDR.

A   
1-2 2 Byttomfot IDR 3-4 Dobbel Hitch  
5-8 Broken Boks   
9-16 Repeter taktene 1-8   
17 Vugg IDR – MDR  
 B 1-2 Arkade (bytt plass 1 Byttomfot og 2 gåsteg) 3-4 Vine-3 med tipp inntil fra hverandre og mot hverandre   
5-6 Arkade (bytt plass tilbake 1 byttomfot og 2 gåsteg)   
7-8 Vine-3 med tipp inntil fra hverandre og mot hverandre   
9-10 Høyre håndtur (1 Byttomfot - 2 gåsteg ½ dang rundt) (bytter plass)  
11-12 Venstre håndtur med ny partner (ꓵ IDR - Ʌ MDR)   
13-14 Byttomfot IDR – MDR  
15-16 Byttomfot fra hverandre og mot hverandre

A   
 Mellomspill

1-4 Byttomfot – 2 gåsteg x 2 sammen medsols rundt   
5 Vugg IDR - MDR   
   
 B  
 A (Ikke vugg)

Avslutning  
1-2 Byttomfot IDR – MDR  
3-6 Sakte Twirl Vine- 3 med tipp inntil IDR og MDR (Bytt hånd)