



TANSSIAVAIN

SENIORITANSSEJA HARRASTAVILLE



Lukijalle

Senioritanssi on seniori-ikäisten ihmisten kansainvälinen, ohjattu tanssiliikuntamuoto, jota myös nuoremmat mielellään harrastavat. Se sai alkunsa Saksassa 1970-luvulla ja Suomessa sitä alettiin harrastaa noin kymmenen vuotta myöhemmin.

Saksalainen Ilse Tutt loi senioritanssin ja Margaret Grigorgoffin ansiosta se rantautui Suomeen v. 1979. Aluksi ruotsinkieliset ohjaajat kouluttivat senioritanssin ohjaajia. Ensimmäinen suomenkielinen peruskurssi pidettiin v. 1985 Kuntokalliolla Sipoossa. Kuntokalliolla työskennelleet Elina Karvinen ja Ulla Salminen jatkoivat tästä suomenkielisten ohjaajien kouluttamista ja alkoivat kääntää tanssien ohjeita suomeksi.

Tanssien musiikki on mukaansa tempaavaa ja virkistävää. Jokaisella tanssilla on oma koreografiansa, jonka vaikeusaste vaihtelee helposta hyvinkin vaativaan suoritukseen. Senioritansseja on useita satoja, joten jokainen tanssiryhmä löytää taitojaan vastaavat tanssit.

Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry (SKSL), Ikäinstituutti ja Finlands Seniordansförbund rf (FSDF) vastaavat yhdessä senioritanssitoiminnasta ja sen kehittämistyöstä Suomessa. Tämän lisäksi Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto julkaisee senioritanssilehteä. Senioritanssin suomenkielisestä ohjaaja –ja kouluttajakoulutuksesta vastaa Ikäinstituutti ja ruotsinkielisestä Finlands Seniordansförbund rf.

Lisätietoa senioritanssista;

Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry
www.senioritanssi.fi

Ikäinstituutti, www.ikainstituutti.fi

Finlands Seniordansförbund rf, www.seniordans.fi

Tämä opasvihkonen pyrkii helpottamaan tanssien opetusta ja niiden oppimista. Kun tanssien otteiden ja askelikkojen nimitykset opitaan ennakolta, niin tanssiselostukset voidaan kirjoittaa lyhyemmin ja lukijan on helpompi muodostaa tanssista selvä kokonaisuus. Ohjaaja voi opettaa tanssijoille näitä perusasioita jo ennen varsinaista tanssiharjoitusta. Iloisia hetkiä senioritanssin harrastajille.

Pirkko ja Esko Alanko, Senioritanssin aluekouluttajat

Salme Öström sekä SKSL ja FSDF aluekouluttajat

Päivitetty 2017

Yleistä

\cap tai n	Nainen, naisrooli, ulkopiiriläinen
\wedge tai m	Mies, miesrooli, sisäpiiriläinen
Pari	\wedge ja \cap , jotka tanssivat yhdessä (tanssipari). Koreografiasta riippuen pari on keskenään joko vastakkain tai vierekkäin.
Vastapari	Vastapäätä oleva tanssipari
Pääparit	Neliöasetelmassa vastakkain olevat tanssiparit, jotka aloittavat kuvion tanssimisen. Katso Neliö.
Sivuparit	Neliöasetelmassa pääparien sivulla olevat tanssiparit
Oma partneri	(”oma pari”) \wedge tai \cap , jotka tanssivat yhdessä. Piirissä ja kuvioissa \cap on \wedge :n oikealla puolella
Sivupartneri	\wedge :n vasemmalla ja \cap :n oikealla puolella oleva tanssija
Vastapartneri	\wedge :tä vastapäätä oleva \cap , kun oma partneri on vieressä
Tukijalka	Vartalon paino on tukijalan varassa
Toimiva jalka	Painoton jalka, joka ottaa seuraavan tanssiaskeleen
Sisäkäsi, sk / Sisäjalka, sj	\wedge :n oikea, \cap :n vasen käsi /jalka (aina)
Ulkokäsi, uk / Ulkojalka, uj	\wedge :n vasen \cap :n oikea käsi /jalka (aina)
Yläpuoli / Alapuoli	<u>Yleisöstä</u> oikealla oleva rivi on yläpuoli (musiikki) ja vasemmalla oleva rivi on alapuoli. Poikittain olevissa riveissä yläpuoli on yleisöstä nähden takana (musiikki) ja alapuoli on edessä.

Suunnat

- ts** Tanssisuunta, piiri liikkuu vastapäivään
- mp** Myötäpäivään, ison piirin tai parin pyörimissuunta
- vp** Vastapäivään, ison piirin tai parin pyörimissuunta
- kesk** Liikesuunta piirin keskusta
- ulosp** Liikesuunta piiristä ulospäin

Alkuasetelmia

Figaro	katso Sicilian circle
Jono	Tanssijat peräkkäin, katseet samaan suuntaan
Kolmikko	Kaksi \cap ja Λ , Λ on keskellä ($\cap\Lambda\cap$)
Kuja	Kaksi riviä pareittain vastakkain
Neliö	Neljän parin neliössä neliön jokaisella sivulla on yksi pari katseet neliön keskusta Parit määritellään pää- ja sivupareiksi. Pari 1, joka katsoo alapuolelle, ja pari 3 (katse yläpuolelle), muodostavat pääparit, ja parit 2 ja 4 sivuparit. Muukin numerointi on mahdollinen. Neliön sivuilla voi olla useampi kuin yksi pari.
Piirit	Tanssijat liikkuvat ympyrän kehällä.
Piiri	Tanssijat ovat <u>saman ympyrän</u> kehällä. Piiri on <ul style="list-style-type: none">- <u>suljettu</u>, kun tanssijat ovat kädet käsissä.- <u>avoin</u>, kun tanssijat ovat ilman käsiotetta.- <u>vastakkaispiiri</u>, kun partnerit ovat vastakkain piirin kehällä, Λ:n katse tanssisuuntaan.
Paripiiri	Tanssijat ovat pareittain <u>kahdessa</u> saman keskeisessä piirissä. Partnerin kanssa voidaan olla <ul style="list-style-type: none">- <u>vastakkain</u>, katse määrättyyn suuntaan- <u>vierekkäin</u>, katse määrättyyn suuntaan- <u>vierekkäin kohti vastaparia</u>, katseet annettuun suuntaan
Tähtiipiiri	Suljetussa paripiirissä lomittain vastakkain, Λ katse ulospäin, oikea käsi omalle ja vasen käsi sivupartnerille.
Rivi	Tanssijat vierekkäin, katseet samaan suuntaan

Sicilian Circle/Figaro

pari vierekkäin kohti vastaparia, pari 1 katse tanssisuuntaan, pari 2 myötäpäivään

Sola

Naiset ovat toisessa ja miehet toisessa rivissä, jotka ovat vastakkain. Oma partneri on vastapäätä.

Valjakko

Kolmikko, jossa Λ ojentaa kädet vinosti taakse ulospäin, kämmenet ylöspäin. Ω :t laittavat ulkokädet Λ :n käsiin, ja ottavat sisäkädet kiinni Λ :n selän takana.

Vapaasti salissa Tanssijat vapaasti salissa, katse samaan suuntaan.

Otteita

Avo-ote	(Open position) Pari vierekkäin, sisäkädet V tai W-otteessa, katseet tanssisuuntaan. (Jos vierekkäin olevalla parilla on ulkokädet kiinni, ote on nimeltään Left Open Position.)
Avoin tanssiote vierekkäin	Paripiirissä vierekkäin katseet tanssisuuntaan. Miehen oikea käsi naisen oikealla vyötäröllä ja naisen vasen käsi miehen oikealla olkapäällä. Ulkokädet ovat vapaina.
Banjo-ote	Parit vastakkain, oikeat kyljet vierekkäin, tanssiote tai perhosote.
Kolo-ote	Suljettu piiri. Kaikilla oikea kämmen ylöspäin ja vasen kämmen alaspäin.
Kyynärkoukku	Parit vastakkain ja oikeat tai vasemmat kyljet vierekkäin. Molempien oikeat tai vasemmat kädet toistensa käsikoukussa.
Kyynärote	Parit vastakkain, kumpikin tarttuu molemmilla käsillään paritoveria kyynärvarsista. Miehen kädet alapuolella.
Kädet käsissä	Parit vastakkain molemmat kädet käsissä.
Kämmente	Parit vastakkain oikeat tai vasemmat kämmenet tukevasti kiinni olan korkeudella, kyynärvarret taivutettuina.
Käsikoukku= käsikynkkä	Pari vierekkäin katseet samaan suuntaan, naisen vasen käsivarsi miehen oikeassa käsikoukussa.

Mylly	Kaksi paria vastakkain ja kaikki ottavat joko oikealla (oikea mylly) tai vasemmalla kädellä (vasen mylly) edellä olevan ranteesta kiinni, kädet ovat kuvion keskustassa suorina vaakatasossa.
Perhosote (Butterfly)	Parit vastakkain ja kämmenet parin kanssa vastakkain tai kädet käsissä olan korkeudella.
Portti	Parit vierekkäin tai vastakkain. Portin muodostava pari nostaa kiinni olevat <u>sisäkädet</u> (tai molemmat kädet) portiksi.
Ristiote edestä	Parit vierekkäin katseet samaan suuntaan. Molempien oikeat ja vasemmat kädet kiinni edessä. Oikeat kädet päällimmäisinä.
Ristiote vastakkain	Parit vastakkain ja oikeat tai vasemmat kyljet vierekkäin. Oikea tai vasen kyynärkoukku ja vapaa käsi oman selän taakse, johon kyynärkoukussa oleva parin käsi tarttuu.
Sidecar (SCAR)	Kuten banjo-ote, mutta vasemmat kyljet vierekkäin.
Sormiote	Parit vastakkain oikeat tai vasemmat käsivarret lähes suorina ja tartutaan parin sormista kiinni. Miehen kämmen on ylöspäin.
Takatanssiote	Parit vierekkäin katseet samaan suuntaan. Vasemmat kädet kiinni edessä rinnan korkeudella ja oikeat kädet naisen oikealla vyötäröllä.
Tanssiote	Normaali paritanssiote, Ω :n vasen käsi Λ :n olkapäällä ja Λ :n oikea käsi naisen selän takana. Naisparin Λ voi vaihtoehtoisesti tarttua oikealla kädellä Ω :n olkavarresta.

Tähti	Kuten mylly, mutta parit asettavat oikeat tai vasemmat kämmenensä päällekkäin kuvion keskustassa sormiotteessa, kämmenet alaspäin. Kädet ovat yläviistossa kuvion keskustassa.
V-ote	Parit vierekkäin käsi kädessä, kädet alhaalla. Katseet samaan suuntaan.
W-ote	Parit vierekkäin käsi kädessä olan korkeudella, kyynärvarret taivutettuina. Katseet samaan suuntaan.
Wrap	<p>Parit vierekkäin katseet samaan suuntaan.</p> <p>∩ käsivarret edessä ristissä oikea käsi päällä, kämmenet vyötärön korkeudella, Λ tarttuu käsiin naisen takaa, jolloin ulko- ja sisäkädet kohtaavat.</p> <p>Siirtyminen wrap-otteeseen:</p> <p>1. Parit vastakkain kädet käsissä: Nainen pyörähtää annetuin askelin käsiotetta irrottamatta ulkokäsien alta vp ympäri ja mies siirtyy vasemmalle parin viereen katseet samaan suuntaan.</p>
Ylätanssiote (Varsovienne)	Parit vierekkäin katseet samaan suuntaan, mies hieman taaempana, oikeat ja vasemmat kädet kiinni olkapäiden korkeudella.

Askelikkoja

(Harvinaiset askelikot, joita ei ole tanssiavaimessa, selitetään ao.tanssin ohjeissa)

Arcade Parit vierekkäin, kiinni olevat ulkokädet kohotettuina.
(Lace across) Paikan vaihto vinottain tanssisuuntaan siten että \cap kulkee Λ :n käden alta edestä ristiin sisäpiiriin ja Λ kulkee samanaikaisesti \cap :n takaa ulkopiiriin.
Rintamasuunta säilyy koko ajan samana.

(Lace back) Liikesarjan toistuesssa palataan omille paikoille sisä- ja ulkopiiriin, käsiote vaihtuu sisäkäsille.

Avoin vine Katso vine

Balance Katso keinuaskel

Basketball turn Katso koripallokäännös

Box Tanssineliö (2 tahtia). Aloitus partnerin kanssa vastakkain: 4/4 (tasajakoinen) rytmi
1. tahti. Ulkojalalla askel sivulle, sisäjalka painollisena viereen, ulkojalalla askel Λ eteen- / \cap taaksepäin;
2. tahti. Sisäjalalla askel sivulle, ulkojalalla painollisena viereen, sisäjalalla askel Λ taakse- / \cap eteenpäin;

Jos box tehdään avo-otteessa tai isossa piirissä, \cap astuu aina samaan suuntaan kuin Λ .

Box voidaan tehdä myös toiseen suuntaan, jolloin Λ alkaa ulkojalalla taakse ja \cap eteen. (Reverse box)

Kun pari tanssii vierekkäin avo-otteessa, molemmat aloittavat ulkojalalla askeleen eteen = \cap tanssii reverse boxin, Λ boxin. (**Open box**)

Box voidaan tanssia myös koko ajan samaan suuntaan edeten. Λ ottaa joka tahdilla ensimmäisen askeleen eteen, \cap taakse (**Progressiv box**)

Ks. myös valssi-box.

Boxingstep

Askel eteenpäin, paino takaisin kevyeksi jääneelle jalalle, askel taaksepäin, paino takaisin kevyeksi jääneelle jalalle (rock eteenpäin + recover, rock taaksepäin + recover)

Box the Gnat

Paikanvaihtokuvio. Partnerit vastakkain, oikeat kädet kiinni. \cap menee käsien alta vasemmalle kääntyen Λ :n paikalle ja Λ oikealle kääntyen naisen takaa hänen paikalleen.

Vastaava paikanvaihtokuvio voidaan tehdä myös vasemmat kädet kiinni. Tällöin \cap kääntyy oikean kautta ja Λ vasemman kautta. Kuvion nimi on **Box the Flea tai Swat the Flea.**

Broken Box

Rikkonainen box ($\frac{1}{2}$ box + rock+ recover), parit vastakkain

1. Ulkojalalla askel sivulle, sisäjalka painollisena viereen, ulkojalalla askel Λ eteen- / \cap taaksepäin;
2. Rock ja recover- askeleet ulospäin ja keskustaan;
3. Sisäjälalla askel sivulle, ulkojalalla painollisena viereen, sisäjälalla askel Λ taakse- / \cap eteenpäin;
4. Rock ja recover-askeleet keskustaan ja ulospäin;

Bugg

Katso Hitch 4.

Canter

Askel annettuun suuntaan ja toimivan jalan "veto" painollisena tukijalan viereen. Canter on valssin kuvio.

Cast off	Sola-asetelmassa tanssittava kuvio esim. solassa ensimmäisenä oleva pari kääntyy ulko-olan kautta ja menee koreografian määräämään väliin solassa. Parista 2 tulee ykköspari ja tanssin seuraava kuvio alkaa.
Charleston askeleet	Kahden tahdin kuvio. 1. tahti. Uj askel eteenpäin, sj tip eteen 2. tahti. Sj askel taakse, uj tip taakse. Jos pari on suljetussa otteessa, \cap aloittaa kakkostahdin askeleilla.
Charleston kannan kierto	Noustaan päkiän varaan ja samanaikaisesti kierretään kantoja ulospäin ja heti takaisin perusasentoon. Polvet joustavat.
Cucaracha	Ulkojalalla Rock-askel sivulle, sisäjalka recover, ulkojalka painollisena viereen; Askelsarja voi toistua, alkaen sisäjalalla sivulle.
Dalain askel	Askel sivulle, astuvan jalan polvi taipuu, sitten kantapäätä nousee ja vapaa jalka heilautetaan tukijalan edestä ristiin
Dip	Painonsiirtoaskel, Δ taakse- / \cap eteenpäin.
Dos-a-dos	Parit vastakkain ilman käsiotetta. Partnerin kierto (dosado) kääntymättä: Ohitus vasemmalta tai oikealta annetuin askelin ja paluu selkä edellä partnerin toiselta puolelta lähtöpaikalle – tai partnerin vaihto peruuttaen uuden eteen.
Flutter wheel	Naisten flutter wheel. Kaksi paria vastakkain. \cap :t ottavat keskenään oikean käden kyynärotteen, vaihtavat paikkaa mp kiertäen ja jatkavat alkuperäiselle paikalleen ottaen vapaalla vasemmalla kädellään vastapäätä olevan Δ :n mukaansa (Δ :n oikea käsi).

Grand Slide

Neljän parin neliössä tanssittava kuvio, jossa pääparit tanssivat oman kuvionsa ja sivuparit samanaikaisesti oman kuvionsa. Jokaisen tanssijan askelikko muodostaa pienen neliön ja kaikkien askeleista tulee iso neliö.

Pääparit

Sisäkäsien V-ote, 4 askelta neliön keskusta,
Kädet käsiin vastaantulevan kontrapartnerin kanssa ja 2 sivuaskelta omasta partnerista poispäin sivuparin paikalle,
kädet irti ja 4 askelta takaperin
2 sivuaskelta oman partnerin viereen
aloitusasentoon

Sivuparit

2 sivuaskelta poispäin partnerista,
4 askelta eteenpäin kohti vastaantulevaa vastapartneria, kädet käsiin
2 sivuaskelta neliön keskusta
käsi käteen oman partnerin kanssa ja 4 askelta takaperin aloitusasentoon

Katseen suunta on koko ajan sama.

Usein – ei välttämättä aina – koreografia jatkuu niin, että pääparit tanssivat sivuparien kuvion ja sivuparit pääparien kuvion.

Grand Square

Samanlainen neljän parin kuvio kuin Grand Slide. Askeleina on 4 kävelyaskelta ja pienen neliön kulmissa tehdään 1/4-käännös eli

Pääparit:

3 askelta neliön keskusta (V-ote), 4:nnellä askeleella 1/4-käännös omaa partneria kohti, kädet irti, ja käsi käteen viereen tulleen vastapartnerin kanssa

3 askelta takaperin ulospäin, 4:nnellä käännös vastapartneria kohti, kädet irti,

3 askelta takaperin poispäin vastapartnerista, 4:nnellä käännös omaa partneria kohti

4 askelta eteenpäin oman partnerin luo

Sivuparit: (kääntyvät vastakkain, ote irti)

3 askelta takaperin poispäin partnerista, 4:nnellä käännös vastapartneria kohti

3 askelta kohti vastapartneria (pääparin paikalle), 4:nnellä käännös keskusta, käsi käteen vastapartnerin kanssa

3 askelta keskusta, 4:nnellä käännös vastapartneria kohti, käsi käteen viereen tulleen oman partnerin kanssa.

4 askelta takaperin oman partnerin kanssa.

Koreografia voi jatkua niin, että pääparit tanssivat sivuparien osuuden ja päinvastoin.

Grapevine-4

Askel sivulle, askel ristiin eteen tai taakse tanssiohjeen mukaan, askel sivulle, askel painollisena viereen.

Harjaus (Brush)

Vapaalla jalalla kevyt pyyhkäisy lattiaan määrättyyn suuntaan.

Hitch-askelikot

Hitch-askelikot tehdään – Hitch 4 lukuunottamatta - vaihtoaskelrytmissä (nopea, nopea, hidas). **Double Hitch** muodostuu Hitch eteenpäin ja Hitch taaksepäin askelikoista.

- Hitch eteenpäin (Hitch forward)** Askel eteenpäin, askel painollisena viereen, askel taaksepäin.
- Hitch taaksepäin (Hitch backward)** Askel taaksepäin, askel painollisena viereen, askel eteenpäin.
- Hitch 4** Hitch eteenpäin + askel painollisena viereen. Kaikki askeleet painollisia, 4 askelta/tahti. Joissakin ohjeissa Hitch 4 kutsutaan Bugg'iksi.
- Huisku** Askel sivulle ja vapaa jalka viedään tukijalan taakse ristiin varvas kohti lattiaa.
- Jenkan askel** 2 painollista askelta + hyppy. Tanssitaan senioritanssissa vaihtoaskelin, hyppy jätetään pois, tahdin viimeisellä iskulla jalka voi heilahtaa eteen.
- Kalifornia** Parit vierekkäin sisäkädet kiinni. Paikan ja **käännö**suunnan vaihto siten, että \cap pyörähtää sisäkäsien alta vp ja \wedge kiertää \cap :n takaa mp. Lopuksi alkuasento, mutta katseet vastakkaiseen suuntaan.
- Kanta-varvas** Oikean tai vasemman jalan kanta viedään tukijalan eteen lattiaan varpaiden osoittaessa ylöspäin ja heti takaisin tukijalan viereen päkiä lattiassa. Paino on koko ajan samalla tukijalalla.
- Kanta-viereen** Oikean tai vasemman jalan kanta viedään tukijalan eteen varpaiden osoittaessa ylöspäin ja heti takaisin tukijalan viereen painollisena.

- Kare'e** Kahdella perättäisellä askelsarjalla tehdään neliö tanssilattialla: Vaihtoaskel sivulle ja kaksi askelta eteen tai taakse.
Sarja voi olla myös: Kaksi askelta eteen tai taakse ja vaihtoaskel sivulle.
- Keinuaskel = balance** Joustava askel määrättyyn suuntaan ja toinen = jalka painottomana viereen (= askel + tep).
- Kick** Vapaa jalka nousee lattiasta polvi taivutettuna varpaat kohti lattiaa ja suoristetaan terävällä potkulla eteenpäin varpaat lähelle lattiaa.
- Kisa-askelikko** Vasemmalle liikuttaessa on oikea jalka koko ajan ristissä vasemman edessä, jalkaterät sivuttain menosuuntaan:
Oikealla jalalla lyhyt liukuva askel vasemmalle, vasen siirtyy päkiällä heti oikean jalan kannan taakse vauhtia antaen.

Askelikolla voidaan kulkea myös oikealle, jolloin vasen jalka on ristissä oikean edessä.
- Kolmijakoinen askel** Katso valssiaskel
- Koripallokäännös (Basketball turn)** Kahdella rock + recover-askelikolla tai lunge+ recover tehtävä käännös. Sj on koko ajan paikallaan.
Esim. kun aloitetaan perhosotteesta vastakkain: Uj rock-askel sivulle ts, sj recover kääntyen parin kautta seläkkäin, uj rock-askel mp, sj recover kääntyen vastakkain (tai koreografian edellyttämään muuhun asentoon). Jos koripallokäännös alkaa avo-otteesta, ensimmäinen askel on eteenpäin sivulle kääntyen partneria kohti.

Kättelyt

- Engl. kättely** Englantilainen kättely, kaksi paria vastakkain. Vastaparit ojentavat oikeat kädet toisilleen ja ohittavat toisensa. Vieraalla paikalla otetaan oman parin kanssa takatanssiote ja mies pyöräyttää naisen vp ympäri. Parit ovat vaihtaneet paikkaa.
- Naisten kättely** Naisten kättely, kaksi paria vastakkain. Naiset ojentavat oikeat kätensä toisilleen ja ohittavat toisensa. Samanaikaisesti mies siirtyy oikealle vastaanottamaan vierasta naista, ottaen hänet takatanssiotteeseen ja pyöräyttää vp ympäri. Lopuksi parit ovat jälleen vastakkain, mutta naiset ovat vaihtaneet paikkaa.
- Piirikättely** Pareittain piirissä vastakkain, Δ katse ts. Vuoroin oikean ja vasemman käden kättely vastaantulevan kanssa. Voidaan tehdä myös ilman käsiä.
- Saksalainen kättely** Kaksi paria vastakkain. Paikanvaihto kontrapartnerin kanssa, oikeat kädet, 1/4-käännös (Δ oikean, \cap vasemman kautta) omaa partneria kohti, hänen kanssaan paikanvaihto, vasemmat kädet, 1/4-käännös kontrapartneria kohden, paikanvaihto oikeat kädet, 1/4 käännös, paikanvaihto oman partnerin kanssa, jolloin palattu alkuperäiselle paikalle.
- 4-käden kättely** Kaksi paria vastakkain solassa, oma partneri vastapäätä. Paikanvaihto oman partnerin kanssa, oikeat kädet, 1/4-käännös (Δ oikean, \cap vasemman kautta) kontra partneria kohti, hänen kanssaan paikanvaihto, vasemmat kädet, 1/4-käännös omaa partneria kohden, paikanvaihto oikeat kädet, 1/4 käännös, vasen käsi vastaantulevalle, joka ohitetaan ja pari etenee seuraavan vastaparin eteen.

- ”Tähtikättely”** Kaksi paria vastakkain, pari 1 katseet ts, pari 2 mp. Parit etenevät yhdessä kuten kättelyssä vuoroin oikeat, vuoroin vasemmat olat ohittaen. Parit kohottavat oikeat kädet tähtiasentoon, ohittavat vastaparin (oikeat olat) koskettaen ohittaessaan vastaparin kohotettua oikeita käsiä, (muodostuu tähti), nostavat vasemmat kädet tähtiasentoon ja ohittavat samalla tavalla seuraavan parin (vasemmat olat). Jatketaan näin koreografian mukaisesti.
- Lace up** 4 tahdin pituinen kuvio, jossa 1. ja 3. tahdilla vaihdetaan paikkaa ja 2 ja 4 edetään suoraan eteenpäin.
1 tahti. Lace across. (ks arkade).
2 tahti suoraan eteenpäin
3 tahti Lace back (ks arkade)
4 tahti suoraan eteenpäin
- Limp** Molempien askelsarja: Sivulle, takaa ristiin, sivulle, takaa ristiin.
- Lunge** Kuten hidas rock-askel, mutta askel otetaan polvea jousaen (niiaten).
- Lunge/Twist** Lunge-askel, ja sen jälkeen vartalon terävä käänös määrättyyn suuntaan.
- Manuver** Tanssiasento, parin kanssa vastakkain Δ :n katse myötapäivään. Manuver asentoon siirytään tanssiohjeissa annetuin askelin.
- Masurkka-askel** Ulkojalalla aloittaen 2 askelta eteenpäin ja kolmas askel kick tai painottomana tukijalan viereen.
- Mayim askelikko** Askelsarja alkaa ristiaskelleella edestä. Edestä ristiin, sivulle, takaa ristiin, sivulle. Voidaan aloittaa myös askeleella ristiin taakse.

Open vine	Katso vine
Pivot	Nopea paripyörintä määrätyin askelin paikalla mp ympäri. Partnerit ovat lähellä toisiaan.
Polku	Polkaisu koko jalkapohjalla tukijalan viereen, joko painollisena tai painottomana.
Polkan askel	Tanssitaan senioritanssissa vaihtoaskelrytmissä
½Poussette	Parien paikanvaihto. 2 paria vastakkain, oma partneri vastapäätä, kyynärote, \wedge työntää \cap :n edellään vinosti vasemmalle ja vetää hänet sitten perässän vinosti vasemmalle. Parien paikka on vaihtunut. Jos omapartneri on vieressä, partneri vaihtuu. Poussette tanssitaan vastapäätä olevan partnerin kanssa. Kuvio voidaan toistaa, jolloin parit palaavat entisille paikoilleen (=Poussette).
Recover	Paino palautetaan paikalleen jääneelle jalalle, esim rock-, lunge- tai dip- askeleen jälkeen
Rock	Rock = askel annettuun suuntaan, toinen jalka jää painottomana paikalleen kantapäätä koholla.
Ronde'	Parit vierekkäin kädet käsissä. Ulkojalalla tehdään ympyrän kaari lattiaan varpaiden kärjillä, mies vastapäivään ja nainen myötäpäivään. Lopuksi tuodaan jalka painottomana tukijalan viereen.
Sakset (scissors)	Parit vastakkain. Ulkojalalla askel sivulle, sisäjalka painollisena viereen, ulkojalka \cap takaa ja \wedge edestä ristiin.

Sakset edestä	Kuten normaalisakset, mutta molemmat ottavat (scissors thru) ristiaskleet edestä.
Sivuaskel	Askel sivulle oikealla tai vasemmalla jalalla ja toinen jalka painollisena viereen.
Sliding door = Liuku-ovi	V-ote ts, uj rock pois & sj recover, Käsiote irti, paikanvaihto \wedge menee \cap :n takaa, uj ristiaskel eteen, sj askel sivulle, uj risti-askel eteen. Askelsarja voi toistua alkaen sisäjalalla.
Swing	Joustava askel sivulle ja vapaan jalan heilautus tukijalan editse ristiin.
Strut-askleet	Ylpeä kävely – useimmiten 4 askelta- yläruumista askeleen mukana kääntäen.
Tep	Jalka tuodaan painottomana tukijalan viereen.
Tip	Astuvan jalan varvasnäpäys lattiaan tukijalan edessä, sivulla, takana tai vinottain.
Travelling box	$\frac{1}{2}$ box + 2 kävelyaskelta mp ja $\frac{1}{2}$ box + 2 kävelyaskelta ts. Aloitettaessa yleensä tanssiote, kävelyaskleet otetaan tanssiotteessa vierekkäin.
Twinkle	Ristiaskelvalssi: Askel ristiin, \wedge tukijalan edestä ja \cap tukijalan takaa, askel sivulle, askel painollisena viereen.
Twinkle edestä (Twinkle thru)	Molemmat ottavat ristiaskleen tukijalan edestä.

Twirl	<p>∩ pyörähtää ulkokäsien alta mp, tanssisuuntaan liikkuen, ympäri annetuin askelin. Λ liikkuu omalla piirin kehällään tanssisuuntaan.</p> <p>Twirl voidaan tehdä myös myötäpäivään liikkuen.</p> <p>∩ pyörähtää koreografiasta riippuen ulko- tai sisäkäsien alta vp. (Reverse twirl)</p>
Twirl / Vine	Muuten kuten Twirl, mutta Λ liikkuu vine-askelin.
Twisty-balance	Λ tanssii tavallisen valssibalancen, ∩ askeltaa sivulle, eteen ristiin, paino takaisin aloittaneelle jalalle (recover)
Vaihtoaskel	<p>Rytmi: nopea, nopea, hidas</p> <p>Tasajakoinen (4/4) rytmi:</p> <p>Vasemman jalan askelikko.</p> <p>1. Vasemmalla jalalla askel eteenpäin (nopea), oikealla askel vasemman viereen (nopea), vasemmalla askel eteenpäin (hidas).</p> <p>2. Oikean jalan askelikko otetaan vastaavasti, aloittaen oikealla jalalla.</p> <p>Vaihtoaskel voidaan ottaa joka suuntaan ja paikallaan</p>
Valssi(askel)	<p>Kolmijakoinen (3/4) rytmi:</p> <p>A) kolme painollista askelta, ensin pitempi askel eteenpäin, toinen painollisena viereen, askel (lyhyt) eteenpäin</p> <p>B) moderni valssi</p> <p>kaksi askelta eteenpäin ilmoitettuun suuntaan, kolmas painollisena viereen</p> <p>C) kolmijakoinen askel. Kolme yhtä pitkää askelta, ensimmäistä painottaen.</p>

Valssi balance (Balance Left)

Parit vastakkain kädet käsissä tai perhosote.
Ulkojalalla askel sivulle ts, sisäjalalla ristiaskel takaa, ulkojalka jää paikalleen painottomana ja heti paino takaisin ulkojalalle (recover). Jos/kun ristiaskel otetaan päkiälle noustun, ulkojalka nousee (ei aktiivisesti nosteta) lattiasta.

Askelsarja voi toistua alkaen sisäjalalla mp. (Balance Right)

Valssi-box

Parit vastakkain kädet käsissä/perhosote/tai tanssiote. Kuviossa on 2 tahtia.

1 tahti. Ulkojalalla askel, \wedge eteen ja \cap taakse, sisäjalalla askel sivulle, ulkojalka painollisena viereen;
2. tahti. Sisäjalalla askel, \wedge taakse ja \cap eteen, ulkojalalla askel sivulle, sisäjalalla painollisena viereen;

Valssi-box voidaan tehdä myös toiseen suuntaan, jolloin \wedge alkaa ulkojalalla taakse ja \cap eteen. (Reverse box)
Kun pari tanssii vierekkäin avo-otteessa, molemmat aloittavat ulkojalalla askeleen eteen = \cap tanssii reverse boxin, \wedge boxin. (Open box)

Valssi-box voidaan tanssia myös koko ajan samaan suuntaan edeten. \wedge ottaa joka tahdilla ensimmäisen askeleen eteen, \cap taakse. (Progressiv box)

Etenkin piirissä tanssittavissa senioritansseissa voidaan koreografian mukaan tanssia pelkästään \cap :n tai \wedge :n askelikkoja.

Vas. kääntyvä val-box

Parit vastakkain, tanssiote tai perhosote.
Kuviossa on 4 tahtia.

1. tahti. Ulkojalalla askel \wedge : eteen / \cap taakse kääntyen $\frac{1}{4}$ kierrosta vasemmalle, sisäjalalla askel. sivulle, ulkojalalla painollisena viereen.

2. tahti. Sisäjalalla askel \wedge : taakse / \cap eteen kääntyen $\frac{1}{4}$ kierrosta vasemmalle, ulkojalalla askel sivulle, sisäjalalla painollisena viereen.

Askelsarja toistetaan, jolloin ollaan lähtöasetelmassa.

Valssi pois päin ja kohti

(Waltz away & together) Kahden tahdin kuvio.
ja kohti. Aloitetaan useimmiten Perhosotteesta.

Ulkokädet irroitetaan ja tanssitaan yksi valssi hiukan pois päin parista, toinen kohti paria. Sisäkädet pysyvät kiinni.

Vastakkain, seläkkäin

Kahden tahdin kuvio.

Vastakkain ja seläkkäin liikkuen käsi kädessä ts, vaihtoaskelin. Kädet voivat myötäillä heilahtaen vuoroin mp ja ts.

Vine-variaatiot

Vine

Molempien askelsarja: sivulle, takaa ristiin, sivulle, edestä ristiin... (aina ensin askel sivulle, sitten vuorotellen ristiin taakse tai eteen)

Tasajakoisessa rytmissä (4/4) askeleita voi olla 2, 3, 4. Kun askeleita tasajakoisessa rytmissä on pariton määrä – useimmiten vine 3 - neljännellä tahdin osalla on tauko tai askel painottomana viereen (tep).

Sarjan päättävä askel voi ristiinaskelen sijasta olla askel painollisena viereen, kun seuraava kuvio sitä edellyttää.

Askelikko voi toistua, esim 2 x Vine 4 = Vine 8

- Open vine** Kun vine 4 tehdään ristiaskeleella kääntyen, kuviota kutsutaan avoimeksi vineksi. Eli Uj askel sivulle, sj ristiin taakse kääntyen samalla katse mp, sisäkädet irtoavat, uj sivulle edelleen tanssisuuntaan, sj ristiin eteen kääntyen katse tanssisuuntaan avo-otteeseen, ulkokädet irtoavat, sisäkädet kiinni.
- Twisty-vine** Kuten vine, mutta \cap aloittaa sivulle, edestä ristiin, sivulle, takaa ristiin.
Valssissa vine-askeleita on 3, 6 jne., jos askelsarjaa toistetaan. Myös valssissa viimeinen askel voi ristiaskelen sijasta olla painollisena viereen, kun seuraava kuvio sitä edellyttää.
- Wheel** Banjo- tai perhosotteessa annetuin askelin nopea pyörähdys paikalla ympäri.
- Wiege-askel = Rock** Painonsiirtoaskel: Askel oikealla tai vasemmalla jalalla määrättyyn suuntaan. Paino siirtyy astuvan jalan varaan, toisen jalan jäädessä painottomana paikalleen

