

Kommet ihr Hirten

$\text{♩} = 120$



1
Kom- me-et i- ihr Hir- te- en, i- ihr Män- ne- er u- nd Fraun.

5
Kom- me-et da- s lieb- li- i- che- e Kind- le- ein zu- u schau- n.

9
Chri- tus der Herr ist heu- te ge- bo- ren den Gott zum Hei- land

12
euch hat er- ko- ren. Fürch- te- et eu- ch nicht.

Die Weihnachtspolonesse

(Paartanz für eine beliebige Polonesen-Melodie mit 16 Takten)

Aufstellung: Die Partner haben die Innenhände gefasst, der Mann hält seine Hand offen hin, die Frau legt ihre vertrauensvoll hinein, alle Paare blicken in Tanzrichtung in einem großen Paarkreis, d.h. gegen die Uhr.

Tanzform: nach alten Polonesenfiguren von Hinrich Langeloh

Schrittform: Polonesenschritt (Pol-S: 3 Schritte vw), d.h. Mr li-re-li, re-li-re usw.

Fn gegengleich, Betonung auf der Eins im Takt

- Takt 1-4:** 3 Polonaisenschritte vw in TR, beim 4. Pol-S halbe Drehung, der M dreht um die re Schulter, die F um die linke Schulter, so dass beide in die Gegenrichtung blicken.
- Takt 5-8:** Dasselbe zurück in UR, mit dem 4. Pol-S drehen sich die Partner zueinander und die Partner stehen sich gegenüber, die Mr mit dem Rücken zur Mitte, die Fn blicken zur Mitte.
- Takt 9-10:** 1 Pol-S rw, Partner gehen auseinander, 1 Pol-S vw, Partner wieder voreinander,
- Takt 11-12:** 2 Pol-Se Linkshanddrehung mit dem Partner
- Takt 13-14:** 1 Pol-S rw, Partner gehen auseinander, 1 Pol-S vw, Partner wieder voreinander
- Takt 15-16:** 2 Pol-Se Rechtshanddrehung mit dem Partner und die Mr gehen eine F weiter nach vorn.

Der Tanz beginnt mit neuen Partnern von vorn.