

Nú yfir heiði háa - Dansebeskrivelse

Opstilling: Enkel kreds, drejet en kvart omgang ud af kredsen mod venstre, medsols, vikivaki-håndfatning.

Takter	Dansebeskrivelse	Vers
1-4	To chassé fremad med hop og høj knæløftning , medsols.	Nú yfir heiði háa, um hraun og móa gráa
5-8	Fire hoptrin fremad i kredsen, medsols, med høj knæløftning. Begynd med venstre fod. På det sidste hoptrin på højre fod drejer alle knap en halv omgang mod højre og svinger venstre ben med knæløftning i samme retning. På det sidste hoptrin drejer danserne en halv omgang mod venstre. <i>Slutposition:</i> Modsols , højre arm strakt, venstre arm bøjet.	við látum skella á skeið, við látum skella á skeið
9-16	Gentaget det samme som i takt 1–8. På det sidste hoptrin slippes håndtaget; pigen drejer en halv omgang til venstre, mens drengen hopper med knæløftning uden at dreje. <i>Slutposition:</i> Pigen står over for sin partner.	og kærum okkur eigi, þótt einhver ... Hó, það er þrælareið!
17-22	Tre chassé frem mod nye partner. Pigen danser fremad medsols, og drengen modsols forbi partnerens højre side. Begge begynder med venstre fod. <i>Slutposition:</i> De nye partnere tager hinanden i højre hånd i skulderhøjde.	Halló, halló, - halló, halló! Við látum skella á skeið. Halló, halló, - halló, halló.
23-24	Damen og herren bytter plads. Herren går foran damen, og begge laver to hop på højre fod, hvorefter de lander med samlede fødder <i>Slutposition:</i> På det sidste spor udføres en udadgående drejning, og hænderne tages sammen i en simpel kreds.	Við látum skella á skeið!
	Gentages efter behag.	

Tekst:

Nú yfir heiði háa,
um hraun og móa gráa
við látum skella á skeið,
við látum skella á skeið,
og kærum okkur eigi,
þótt einhver karlinn segi:
„Hó, það er þrælareið, -
já, það er þrælareið!“
Halló, halló, - halló, halló!
Við látum skella á skeið.
Halló, halló, - halló, halló!
Við látum skella á skeið!

Nú batnar, batnar leiðin,
og bráðum þrýtur heiðin,
nú hvíla verðum vér, -
nú hvíla verðum vér.
Sjá skjól og hestahagi
er hér í þessu dragi, -
af baki hlaupum hér, -
af baki hlaupum hér!
Halló, halló, - halló, halló!
nú hvíla verðum vér!
Halló, halló, - halló, halló!
af baki hlaupum hér!

Páll Jónsson

Nú yfir heiði háa

Páll Jónsson

Þýskt þjóðlag

