



The Free Mason's Health



"The Free Mason's Health", irisch "An Sláinte na Shaormháisiúin" [ʔən 'slɑːntə nə 'çiːrmaːʃuːn], deutsch "Des Freimaurers Gesundheit", ist ein Progressive Column Dance in Duple Minor Proper Column Formation, mit Free Hold in den Lines und Face-to-Face Configuration, Lady rechts des Gents, für beliebig viele Paare, mindestens zwei, besser mehr. Er wird zum Reel "The Faney", zur Double Jig "The Free Mason's Health" oder zu beliebigen Reels oder Double Jigs im Belfast-Stil getanzt. "The Free Mason's Health" besteht aus 8 Bewegungen in 32 Takten.

<i>Double Jig</i>	<i>8 Movements</i>	<i>32 Takte</i>	<i>Proper Column</i>
Part	Aktiv	Name	Anmerkung
1M [4]	Tops	Inverse Half-Figure of Eight	
	BX	Spin Left	1 Lap
	BO	Spin Right	1 Lap
2M [4]	Tops	Swing Left	XH, 1½ Laps
	Bottoms	Face	SG für Reel, RG für Jig
3M [4]	Lines	Retire & Advance	2M-PNF, IH
4M [4]	All	Right Wheel	½ Lap
5M [4]	All	Advance & Retire	LF BO-TO-TX-BX, Blick Up, IH
6M [4]	Tops	Cast Off Up	
	Bottoms	Face	SG für Reel, RG für Jig
7M [4]	Partners	Face & Spin Right	PS
8M [4]	All	Plain Half-Chain	
[x*32]		Column Progression	