



The Nut



"The Nut", irisch "An Cnó" [ʔən kno:], deutsch "Die Nuss", ist ein Progressive Line Dance in Half-Set Ladder Formation, mit Free Hold und Side-by-Side Configuration, Lady rechts des Gents, für beliebig viele Paare, mindestens zwei, besser mehr. Er wird zur gleichnamigen Double Jig oder zu beliebigen Double Jigs im Belfast-Stil getanzt. "The Nut" besteht aus 4 Bewegungen in 32 Takten.

<i>Double Jig</i>	<i>4 Movements</i>	<i>32 Takte</i>	<i>Ladder</i>
Part	Aktiv	Name	Anmerkung
1M [8]	TX+BO BX+TO	Face & Turn ↓	SG, 1 Lap, dann TX mittig vor BO
2M [8]	Bottoms TX TO ¹ +BO ²	Advance & Retire 2x ↓ Figure of Eight	GfI mit TX gegenüber mittig vor BO, GfI mit BO durch GfI, jeweils hinter TX vorbei
3M [8]	TO ¹ +BO ²	Whistle 2x	XfI
4M [8]	Partners	Half-House	XfI, 2 Laps
[x*32]		Ladder Progression	