

---

## Hans og hånán

---

- 1) Det var ein kar inni Sorperon  
(ein liten repp uppi nordre Fron),  
og denne karen var kát i dans  
og lett og lentaug og heitte Hans.
- 2) Og Hans var husmann át garden Lo,  
og stugu ha'n, men itte do,  
og ku på setern og kælv og steill,  
så skull'n ditopp ein laurdagskvell.
- 3) Men vil du tru at han Hans han ha'  
ein hånákjukling som gol så bra.  
Så tok'n hånán og rusla át, -  
på setern skull' dem få høre låt!
- 4) Men Hesthaug-råket er stygt og bratt,  
og vil du meine: 'n Hans han glatt!  
og kanta gjord'n tull i tull  
det minna reint om ein ákerrull!
- 5) Og hånán, stakkar, da spente ti,  
'n sleit og baska og kom seg fri!  
Så fauk'n ut over kvist og grån  
og skreik og kává. Var stusleg sjá'n.
- 6) 'n Hans vart liggjand' i brask og kvist,  
og pene bønne' det bad'n visst!  
For hånán reiste, og borte va'n.  
Det var nå heitaste svarte! sa'n.
- 7) :/: Men stelle der som døm skjólde lag  
er Hånáhoppet den dag i dag,  
og derfor si døm nå au på Fron:  
Det flakse fugle frá Sorperon! :/:

### Forklaringer:

Først 4 kvilesteg. Så dansar alle parvis 2 bytomfotsteg motsols (guten bakover, jenta framover). Så dansar vi 2 kvelesteg og 4 sviktar av neste. Så dansar vi parvis (tommelgrepet) "islandsschottis" ein gong.

### Opplysninger:

Teksten er av Pål Kluften (1888-1942) frå Nord-Fron og melodien av Oddvar Nygaard frå Sør-Fron laga på 1960-talet. Visa står i "Norske folkedansar. Songdansar." av Klara Semb. [Høyr på songen her \(mp3\)](#).