**ΗΠΕΙΡΟΣ: Συρτός στα τρία**

 **Χορός μεγαλοπρεπής και δωρικός. Ρυθμός αργός και βηματισμός λιτός και απλός.** Είναι ο χορός πάνω στον οποίο βασίζονται οι ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί, μιας και τα βήματά του βρίσκονται στους περισσότερους από αυτούς.

**ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ**

 Ο Συρτός στα τρία  αποτελεί τον πιο βασικό και διαδεδομένο  παραδοσιακό χορό πανελληνίως. Είναι ο χορός που πρωτομάθαιναν όλοι σε μικρή ηλικία γιατί έχει **αργό τέμπο και απλά βήματα.** Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, θεωρείται ο «γεννήτωρ» χορός, με το μοτίβο του χορού στα τρία  να αποτε­λεί το παλαιότερο χορευτικό πρότυπο. Χορευόταν, όπως και σήμερα, σε όλες σχεδόν τις περιοχές της Ελλάδας, έχοντας μάλιστα διαφορετικό όνομα σε αρκετές από αυτές: Στη Θεσσαλία, στη Δυτική Μακεδονία, στη Στερεά Ελλάδα **(Βλάχικο)**, στην Πελοπόννησο, στις Κυκλάδες **(Βλάχα)**, στο Ιόνιο **(Τράτα)**, στα Δωδεκάνησα **(Κάτω)** και στην Κρήτη **(Σιγανός)**. Θεωρείται παρά ταύτα ο πλέον χαρακτηριστικός ηπειρώτικος σκοπός.

**ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ**

 Είναι **μεικτός χορός, συμμετέχουν δηλαδή άνδρες και γυναίκες και χορεύεται σε κύκλο.** Μπορεί να χορευτεί και μόνο με τραγούδι, χωρίς την συνοδεία μουσικών οργάνων**. Η λαβή είναι από τις παλάμες με τα χέρια πάνω και  λυγισμένους τους αγκώνες.** Εκτός από τα βασικά βήματα, τις στροφές και τα καθίσματα, συχνά το τραγούδι αναγκάζει τους χορευτές να κάνουν κάποια επιπλέον επί τόπου βήματα ή να κάνουν κράτημα κίνησης για να ξεκουραστούν, κυρίως όταν τραγουδούσαν πριν ξεκινήσουν μια καινούρια φράση. Έτσι ο χορός γίνεται ακόμη πιο αργός, δηλαδή συρτός.

 Σήμερα, ο χορός εξακολουθεί να χορεύεται, με πιο γρήγορο όμως ρυθμό και με περισσότερο απελευθερωμένες κινήσεις τόσο για τις γυναίκες όσο και για τους άνδρες, όπως άλλωστε συμβαίνει και με όσους άλλους παραδοσιακούς χορούς εξακολουθούν να επιβιώνουν.

Το μουσικό του μέτρο είναι δίσημο (2/4) ή τρίσημο (3/4), απλό ή σύνθετο. Όταν είναι δίσημο ολοκληρώνεται σε τρία μουσικά μέτρα, ενώ όταν είναι τρίσημο ολοκληρώνεται σε έξι μουσικά μέτρα. Αποτελείται από τρείς σειρές διπλών βημάτων  και μετριέται σε **έξι χρόνους.** Στην Ήπειρο ο συρτός στα τρία έχει συνδυαστεί με συγκεκριμένα δημοφιλή τραγούδια, όπως τα «Παιδιά της Σαμαρίνας», το «Γιάννη μου το μαντήλι σου» και το «Κοντούλα λεμονιά». Τα βήματα αν δεν τα θυμάστε θα τα βρείτε στο βίντεο. <https://safeYouTube.net/w/Yq85>

**Η Παραδοσιακή Ενδυμασία** βασίζεται στην παράδοση και στη συντηρητικότητα, η οποία προσδίδει μαγικές ιδιότητες σε ορισμένα τμήματα (Κεφαλόδεσμος, ζωνάρι, κ.τ.λ.). Τα ενδύματα μιας συντηρητικής ομάδας τροποποιούνται κατά εποχές κάτω από την επίδραση μιας δυνατότερης ομάδας. Πάντοτε όμως εξαρτώνται από τα τοπικά υλικά και το εμπόριο.

**Η γυναικεία φορεσιά της Ηπείρου** διαφέρει από περιοχή σε περιοχή. Το μαύρο **σιγκούνι ή φλοκάτα** από χοντρό μάλλινο ύφασμα, το**ρούτι**, δηλαδή το πουκάμισο με τα πλευρικά λοξά τμήματα και οι ασημένιες πόρπες στη μέση είναι τα πιό χαρακτηριστικά κομμάτια της.

**Η αντρική Ηπειρώτικη φορεσιά** χαρακτηρίζεται από το παντελόνι της **(Μπουρουζάνα)** το λευκό φαρδομάνικο πουκάμισο, το **γιλέκι** ,και το λευκό υφαντό ή πλεκτό ζωνάρι. Στα πόδια φοριούνται **τσαρούχια** και στο κεφάλι **σκουφί από τσόχα** ή το **καλπάκι από αστραχάν**, σε μαύρο χρώμα.

 <https://safeYouTube.net/w/Gr85>

