



13. Tanzwochenende vom 8. - 10. März 2013

Tanzfolgen „Geübte“

1. Wiener Walzer

- a) 8 x Rechtsdrehung, 1 x vorwärts Übergang, 6 x Linksdrehung, 1 x vorwärts Übergang (= 16 Takte), wieder Beginn mit Rechtsdrehungen
- b) 7 x Rechtsdrehung, 1 x offene Rechtsdrehung (Endung in offener Promenaden-Position in TR), 2 x 4 offene Walzer-Schritte: vorwärts zur Gegenüberstellung, seitwärts zur Position Rücken in TR, rückwärts zur Gegenüberstellung, seitwärts zur offenen Promenaden-Position in TR (= 16 Takte), wieder Beginn mit Rechtsdrehungen
- c) 6 x Rechtsdrehung, 1 x vorwärts Übergang, 4 x Linksdrehung zur Mitte, 1 x Check (von links nach rechts) 4 x Rechtsfleckerln (= 16 Takte), wieder Beginn mit Rechtsdrehungen

2. Quickstep

- a) Rechtsdrehung, offener Impetus, Flugschritt (T = S, Q, Q), Chassee nach rechts (T = S, Q, Q, S), offene Linksdrehung mit Endung in Promenaden-Position (T = S, S, S), 1 Schritt in PP (T = S), „Hop“ (**Dame** dreht dabei in TH; T = „and“), 2 Locksteps (T = Q, Q, Q, S), außenseitliche Rechtsdrehung
- b) *Als Einstiegsübung für c)*
Rechtsdrehung, Zögerwechsel (T = S, S, S), Chassee nach rechts (T = S, Q, Q, S), weiter wie unter a) beschrieben
- c) Rechtsdrehung, Heel Pull (T = S, S), Six Quick Twinkle (T = Q, Q, Q, Q, Q, S), außenseitliche Linksdrehung (T = S, S, Q, Q, S), Viererlauf (T = Q, Q, Q, Q, S), außenseitliche Rechtsdrehung (T = S, Q, Q)

Schrittbeschreibung:

Heel Pull

Herr: LR rück, RF seit, flach mit Neigung nach links

Dame: RF vor, LF seit, flach mit Neigung nach rechts und Kopfdrehung

Six Quick Twinkle

Herr: LF seit, RF schließen mit Neigung nach rechts, LF rück mit Schulterführung links, RF schließen, LF vor, RF hinterkreuzen, LF vor

Dame: RF seit, LF schließen mit Neigung nach links, dabei Kopf zurück drehen nach links, RF vor (außenseitlich Herr = Schulterführung), LF vor (nicht schließen!!), RF rück, LF vorkreuzen, RF rück

weiter auf Seite 2

Legende

PP = Promenaden-Position
T = Takt (Zählweise)
TH = Tanzhaltung
TR = Tanzrichtung
GS = Grundschrift

Hans-Georg Hartmann Tanzsporttrainer

Lindenbergweg 10, 64367 Mühlthal
Tel: 06151 / 147821
Mobil: 0171 / 4780532
Mail: hg-hartmann@t-online.de



3. Cha Cha Cha

a) *Wiederholung der Folge aus 2010:*

Beginn in offener Position: 2 Cha Chas, Open Hip Twist, Foot Change to Side-by-Side-Position (**Dame:** Vor, Vor, Spiraldrehung links und Dreischrittdrehung links, **Herr:** Rück, Platz, 1/1 Drehung links, rechts Schließen, links Seit = Fußwechsel, Cuban Breaks to left (T= 1+2+3+4), Cuban Breaks to right (T= 1+2+3+4), *alternativ und/oder additiv:* Same Foot Merengue Crosses, Foot Change to Open Facing Position: **Herr:** rechts Vor, links Rück, ¼ Drehung links dann rechts Vor, ½ Drehung rechts dann links Schließen, rechts Vor; **Dame:** rechts Vor, links Rück, ¼ Drehung links dann rechts. Vor, links Rück (= Fußwechsel)

b) Fan, Hockey Stick, Footchange for Man, Same Foot Circeling Merengue Crosses (2 Takte), Pat-a-Cake, New York

Schrittbeschreibung ab Hockey Stick:

Herr: LF vor, RF rück, LF rück, RF seit (= Fußwechsel) zur Doppelhandhaltung (DHH)

Dame: RF rück, LF vor, Drei-Schritt-Drehung links (= C, C, C) zur DHH

Same Foot Circeling Merengue Crosses

Herr und Dame: Takt = 2 + 3 + 4, 1

1. Takt: LF vor kreuzen, RF seit, LF hinter kreuzen, RF seit, LF vor kreuzen, RF seit

2. Takt: LF vor kreuzen, RF seit, LF hinter kreuzen, RF seit, LF vor kreuzen, RF seit

Pat-a-Cake

Herr: wie offenes Shoulder to Shoulder 3 x, beim letzten CC Fußwechsel für den Herrn (*alternativ kann der Herr bei den ersten beiden CCC jeweils auch eine Drei-Schritt-Drehung tanzen*)

Dame: wie offenes Shoulder to Shoulder, jedoch bei CCC Drei-Schritt-Drehung, 3 x **New York**

4. Rumba

a) **Forward and Back** ("Wetterhäuschen" oder "Fahnenmast")

Beginn in offener Position. **Herr:** 1 GS (letzter Schritt rückwärts), 1 GS, 1 GS dabei letzter Schritt Schließen und ¼ Drehung nach rechts. **Dame:** 1 GS (letzter Schritt vorwärts), 2 Takte Laufschriffe um den Herrn herum (= 3/4 Drehung) Endung: Dame hinter Herr in Doppelhandhaltung

Herr: rechts rück (dabei rechts drehen), links vor, rechts vor (bei beiden Schritten links drehen), links vor (dabei links drehen), rechts rück, links rück (bei beiden Schritten rechts drehen), Wiederholung jedoch Schließen beim letzten Schritt

Dame: links vor (dabei links drehen), rechts rück, links rück (bei beiden Schritten rechts drehen) rechts rück (dabei rechts drehen), links vor, rechts vor (bei beiden Schritten links drehen), Wiederholung jedoch Swivel zur Gegenüberstellung beim letzten Schritt, **Alemana rechts**

Legende

PP = Promenaden-Position
T = Takt (Zählweise)
TH = Tanzhaltung
TR = Tanzrichtung
GS = Grundschrift

**Hans-Georg Hartmann
Tanzsporttrainer**

Lindenberweg 10, 64367 Mühlthal
Tel: 06151 / 147821
Mobil: 0171 / 4780532
Mail: hg-hartmann@t-online.de