



14. Tanzwochenende vom 21. - 23. März 2014

Tanzfolgen „Geübte“

1. Slowfox

a) Als Einstieg und zur Übung:

Beginn Herr Front in TR mit Federschritt, Dreierschritt, Schritte 1 – 3 Rechtsdrehung, rückwärtige Welle Schritte 1 – 6 (= Federschritt, Dreierschritt für die Dame, Herr rückwärts), Schritte 4 – 6 Rechtsdrehung, anschl. Federschritt, 1 – 3 LD, rückwärtige Welle Schritte 4 – 6, rückwärtige Welle Schritte 1 – 3, offene LD 4 - 6, Dreierschritt

b) Turning Lock

Beginn Herr Front schräg zur Mitte in TR mit Federschritt, Linksdrehung, Federende, Dreierschritt, Schritte 1 – 3 Rechtsdrehung, geschlossener Impetus, gedrehter Kreuzschritt rückwärts mit Endung in PP (T = q + q, s), gekurvter Federschritt in Gegentanzrichtung, offener Impetus (= Endung in PP), Flugschritt (T = s, q, q), Chassee nach rechts (T = s, q + q), Flechtenende (T = q, q, q, q, q), Wischer

c) Natural Twist Turn

Beginn zur Wand in TR, z. B. als Alternative nach Dreierschritt

Natural-Twist Turn (T = s, q + q, s) **Herr**: Schritte 1 – 2 der Rechtsdrehung (T = s, q), rechtes Bein hinter linkes kreuzen (T = +), ausdrehen und rechtes Bein belasten (T = q, s) *Endung Herr Front schräg zur Wand in GegenTR; Dame*: Schritte 1 – 2 der Rechtsdrehung mit Fersendrehung (T = s, q), links beginnend drei Gehschritte um den Herrn herum (T = + q, s), **Natural Weave** (T = q, q, q, q, q, q) **Herr**: links rück, rechts rück, links rück, rechts rück, links seit, rechts vorwärts, außenseitlich Dame; **Dame**: rechts vorwärts zwischen die Beine des Herrn, links vorwärts, rechts vorwärts außenseitlich Herr, links vorwärts, rechts schräg rückwärts, links rückwärts, **Wischer**

2. Quickstep

Wiederholung der Folgen aus 2012

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, S), 1 Schritt in PP (T = S), „Hop“ (**Dame** dreht dabei in TH; T = „and“), 2 Locksteps (T = Q, Q, Q, Q, S), außenseitliche Rechtsdrehung

b) Rechtsdrehung, Heel Pull (T = S, S), Six Quick Twinkle (T = Q, 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



3. Cha Cha Cha

a) *Wiederholung der Folgen aus 2012:*

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) **Sliding Doors**

GS mit Closed Curl (= Spiraldrehung rechts für die Dame), Fan, Sliding Doors 3 x, Endung mit Spiraldrehung rechts als Ausgang zur Fan

b) **Advanced Hip Twist**

GS, Alemana, Opening Out, Closed Hip Twist (= Advanced Hip Twist), Fan

c) **Advanced Sliding Doors**

GS mit Closed Curl, Fan, Hockey Stick (Handwechsel rechts/rechts), Alemana, Opening Out, Advanced Sliding Doors 3 x, Opening Out, Open Hip Twist, Semi Circular Steps zur Schattenposition (= Dame steht links vom Herrn), Check (Herr vorwärts Check, Dame rückwärts Check), überdrehtes Spot Turn zur Tanzhaltung

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