



## 16. Tanzwochenende vom 18. – 19. März 2017

### Tanzfolgen „Geübte“

#### 1. Langsamer Walzer

##### a) **Rechts-Wischer**

Nur als Übung, um die Promenaden-Position beim Wischer zu verbessern.

**Herr:** Dreht beim Hinterkreuzen die linke Seite zur Dame hin und kreuzt eng.

**Dame:** Primär Kopfdrehung nach rechts und ebenfalls eng kreuzen.

##### b) **Corté, Outside Spin, Spin and Twist**

Schritte 1 – 3 der Rechtsdrehung, Rechtskreisel, Schritte 4 – 6 der Linksdrehung, Schritte 1 – 3 der Linksdrehung, Corté (**Herr:** mit Fersenzug, **Dame:** wie Linksdrehung, Endung mit Schulterführung links), außenseitlicher Rechtskreisel (= Outside Spin), Schritte 1 – 3 der Rechtsdrehung, Ansatz einer Achsendrehung endend mit offener Fußposition und Schulterführung links, Spin and Twist (**Herr:** kreuzt rechts hinter und dreht auf links Ferse und rechts Ballen aus; **Dame:** geht um den Herrn herum Takt = 1, 2 + 3) mit Endung in Promenaden-Position, Rechts- oder Linksflechte aus Promenaden-Position, außenseitliche Rechtsdrehung, .....

#### 2. Cha Cha Cha

##### a) **Kick-Ball-Change**

Closed Hip Twist, Fan, Alemana (**Herr:** Cha Cha Cha / **Dame:** ½ Zweischnitt-Drehung nach rechts; Endung in Schatten-Position), vor, rück, Cha Cha Cha, Split Cuban Break (Takt: 1 u. 2), Kick-Ball-Change (Takt: 3 u. 4), Spot Turn, Cha Cha Cha, Split Cuban Break (Takt: 1 u. 2), Kick-Ball-Change (Takt: 3 u. 4), **Herr:** ½ Spot-Turn mit "Tap" (= unbelasteter Schritt), Cha Cha Cha / **Dame:** 1 Spot Turn, Cha Cha Cha

##### b) **Hip Twist Chassee:**

1 Grundschrift, Alemana, New York (dabei Fußwechsel **Herr** mit vor, v or zur Schatten-Position) 2 x Spot Turn unter dem Arm, 1 Ronde Chassee, 1 Hip Twist Chassee, 2 x Spot Turn unter dem Arm, **Herr:** „Cu-ca-ra-cha“ am Platz, links, rechts, links, rechts / **Dame:** zur Fan

#### 3. Rumba

##### a) **Running Turns**

Closed Curl, Fan, Hockey Stick dabei Handwechsel zu rechts/rechts, **Herr:** vor, rück, vor ½ Rechtsdrehung auf linkem Fuß; **Dame:** rück, vor, vor mit 1/1 Spraldrehung nach links auf dem rechts Fuß; rechter Arm der Dame liegt über der Schulter des Herrn, 3 Laufschriffe vorwärts, 3 x Running Turns (= Dame dreht um den Herrn, Herr dreht um die Dame, Dame dreht um den Herrn), Ausgang zur Fan (**Herr:** rechts rück, links vor, rechts seit; **Dame:** links vor, rechts vor mit ½ Drehung nach links, links rück), ....