

Kung Fu Fighting - Sheeba

[3:51]

Choreografie von Alexander Gipp für Tausendfüßler® Club e.V. Läufer mit Schal

V1.3.1

Hinweis: Der Schal soll immer gespannt gehalten werden und nie den Boden berühren. Reicht die Armlänge nicht aus um den Schal an den Enden zu greifen und gleichzeitig den Schal gespannt zu halten wird der Schal kürzer genommen.

Ausgangsposition: im Profil, Blick nach links. Schal zusammengerollt in der linken Hand halten.

0:00	Vorspiel
0:04	Start
1. (1-8)	linker Arm sw ausgestreckt langsam hoch bis überkopf
2. (1-8)	Arm wieder nach unten führen
3. (1-8)	wiederhole 1
4. (1-8)	wiederhole 2
0:28	vier Schläge Auftakt
1-2	drehen, endet Front Publikum
3-4	Schal ausrollen
0:29	Refrain-Block (4x 1-8)
0:44	Refrain-Block (4x 1-8)
0:59	Ohoho-Block (4x 1-8)
1:13	Text-Block (4x 1-8)
1:43	Zwischenspiel
1-4	Schal-Arm nach vorne ausstrecken Schal hängt senkrecht, Pose halten
1:43	Refrain-Block (4x 1-8)
1:59	Refrain-Block (4x 1-8)
2:14	Ohoho-Block (4x 1-8)
2:30	Text-Block (4x 1-8)
2:44	Ohoho-Block (2x 1-8) nur die ersten zwei 8er Bögen
2:52	Refrain-Block (4x 1-8)
3:07	Refrain-Block (4x 1-8)
3:22	Ohoho-Block (4x 1-8)
3:37	Oho-Ende (4x 1-8)
1. (1-8)	Walze vorne
2. (1-8)	Zaubertrank (Walze senkrecht) RH oben
3. (1-8)	Zaubertrank LH oben
4. (1-8)	Lasso wegschmeißen
3:51	ENDE

Refrainblock

kleines Kung-Fu (1x 1-8)

Schal-Arm nach vorne ausstrecken

1 rechte Hand knapp rechts am Schal vorbei ük, Hüfte links

2 linke Hand knapp links am Schal vorbei, Hüfte rechts

3-8 Wiederhole 1 und 2

boxen 1x 1-8

Schal mit der linken Hand um den Hals legen (Kopf gerade halten), Schal loslassen und dann boxen.

Boxbewegung: Die Arme werden abwechselnd in Schulterhöhe ausgestreckt und gebeugt. Die Hände sind zu Fäusten geballt, die Ellenbogen sind ständig in Schulterhöhe.

Chicken Win Spezial (1x 1-8)

1 Chicken Win rechts

2 Chicken Win links

3 Flügel anlegen rechts

4 Flügel anlegen links

5-8 Ententanz, leicht ins Knie gehen

Kajak über und um den Kopf (1x 1-8)

Ohoho-Block 4x 1-8

1. (1-8) Walze Waagrecht in Kopfhöhe

2. (1-8) Schal hinten dem Körper halten, die Arme nach unten ausgestreckt, Schal hängt in Höhe Kniekehle durch Hüfte links rechts abwechselnd

3. (1-8) wiederhole 1.

4. (1-8) wiederhole 2.

Text-Block 84x 1-8)

1. (1-8) Schal hinter dem Körper, ca. Lenden, straff gehalten
kleiner Propeller rechts, RF tippt

2. (1-8) wie 1. nur links

3. (1-8) beidseitiger Propeller Propeller + beide Füßen tippen

4. (1-8) Discoschritt und beidseitiger Propeller

DANKE

dass Sie sich für diese Schrittbeschreibung interessieren.

Sich Tänze auszudenken und diese dann so aufzuschreiben, dass auch andere Freude daran haben, bedeutet viel Arbeit.

Daher würden wir uns freuen, wenn wir wüsten, wer alles „unsere“ Tänze nutzt.

Schreiben Sie uns wann und wo Sie diese eingesetzt haben und ob die Beschreibung verständlich war. Natürlich helfen wir auch gerne weiter, wenn etwas unklar ist.

Über eine Spende (gerne stellen wir auch eine Spendenquittung oder Rechnung aus) freut sich unsere Vereinskasse und motiviert uns auch zukünftig weitere Choreografien zu entwickeln und zu veröffentlichen.



KONTAKT:

Tausendfüßler Club e.V.

www.tausendfuessler-club.de

Speyererstr. 35 68199 Mannheim

www.tausendfuessler-club.de