



Tanzvergnügen Z

(12x90 Min.)

1. Disco, Latin, Swing, Tango, Walzer
Grundlagen Führen und Folgen üben.
Grundbewegungen und Rhythmen zur besten Musik seit Lockdown 2
2. Walzer:
Standard Tanzhaltung, Langs. Walzer Kreisdrehungen mit Linksdrehung
Tanzvergnügen mit Disco und Swingmusik
3. Walzer:
Langsamer Walzer Rechtskreisel ausgedreht, Bürstentechnik Dame
Tanzvergnügen mit Disco und Swing
4. Swing / Walzer:
Jive Fallaway Rock, Side by Side Position, Linkrock
Langsamer Walzer Verbindungen Kreisel, Rechts- und Linksdrehung.
5. Jive / Walzer / Tanzvergnügen:
Jive Fallaway Throwaway Technik mit Platzwechsel von links nach rechts, Linkrock
Walzer Rechtskreisdrehung mit Bürstentechnik Dame
Tanzvergnügen mit Tango, Latin und Walzermusik
6. Jive / Langsamer Walzer:
Jive Fallaway Throwaway, Platzwechsel von links nach rechts, Linkrock
Langsamer Walzer Kreiselverbindungen, Bürstentechnik Dame
7. Rumba / Jive / Langsamer Walzer:
Rumba Fan
Jive Throwaway Technik
Walzer Kreisdrehungen mit Recht- und Linksdrehungen verbinden
8. Quickstep / Rumba / Cha-Cha-Cha:
Rechtskreisdrehungen mit Quarterturn Verbindung
Bürstentechnik Dame
Rumba Fan Alemana
Cha-Cha-Cha Hand o Hand, New Yorker, Spot Turns
9. Rumba / Quickstep / Tango:
Rumba Fan Alemana, Technik Fußarbeit, Armhaltung
Quickstep Rechtskreisel mit Quarterturns
Tango Grundschrirte; Promenade
10. Cha-Cha-Cha / Quickstep / Samba:
Cha-Cha-Cha Fan Alemana
Quickstep Kreiselverbindungen
Samba Alternative Grundschrirte und Wischer
11. Samba / Cha-Cha-Cha / Rumba
Samba Promenadentechnik
Cha-Cha-Cha Fan Alemana
Rumba Fan Alemana
12. Langsamer Walzer / Samba / Cha-Cha-Cha
Variationen mit dem Rechtskreisel- Bürstentechnik, Drehtechnik
Samba Promenade
Cha-Cha-Cha Fan Alemana