

3. Abend:

TK 2: WW (7/9)

Voraussetzungen bis hierher:

Basic:

1-Schritt Seitwärts-Pendelwalzer; Seit-Pendelschritt mit Damensolo rechtsgedreht (4-5 Takte) unter LHH; 3-Schritt Walzer 1/4 +

Walzer: Vorwärts- und Rückwärts-Pendelschritt mit und ohne Drehung nach rechts; Einfacher Eingang zum "Engerl"
Pendelschritt mit Damensolo; Engerl aus Damensolo ("Schwiegermutter-Killer")

3-Schritt

Walzer: 3-Schritt-Walzer mit freiem Drehgrad bis mindesten 1/4 Drehung nach rechts

Basic: 1 Teil

TK 1:

B 1: Offener Walzer Vorwärts-Teil Er Innen Sie Außen

B 2: Walzer Walze Version 1: Er Außen, Sie Innen

B 3: Pendel-Walzer Variationen: Pendelschritte in Schatten-Position (einfache Version), Push & Pull
Engerl in in rechter Side-by-Side- Position

TK 1: 3 Teile

TK 2: Vom Gegenläufigen Engerl zur Schattenposition in der W-Tanzhaltung

Le.Wo.: Ausfeilen

Einen kurzen Walzer (FRET-Sortierung Dauer) spielen um zu sehen, wie gut die Figuren der letzten 2 Wochen angewendet werden.

Neu: Bei der Wiederholung des "Push&Pull" wollen wir heute den Ein- und Ausgang in und aus der Rechten-W-Position machen.

Wenn der Herr im Push&Pull in der Zueinander-Bewegung ist, kann der Herr von der LHH zu RDH-Haltung zur rechten "Shake-Hand-Hold wechseln. Push&Pull läuft Schrittmäßig normal weiter, lediglich die Handposition ändert sich.

Wenn der Herr die Dame mit der RHH wieder in ein "Zueinander" führen würde, kann der Herr die Dame in eine Rechte-W-Position lenken.

In dieser W-Position die Dame in Vorwärts- und Rückwärts-Pendelschritte lenken. (LHH sollte die LDH halten)

Beim Eingang zur W-Positionführt der Herr die Dame eine 1/2 Linksdrehung.

Mit einer 1/2 Rechtsdrehung führt der Herr die Dame wieder zurück zur Gegenüberstellung in Shake-Hand-Hold.

Die Drehung zurück findet wieder bei der Vorwärts-Bewegung des Herren auf den LF statt.(Dame RF)

Durch einfaches Umgreifen von der RHH zur LHH, entsteht die gewohnte Position des "Push&Pull"

Ausgang zur geschlossenen Tanzhaltung wieder beim Zusammen-Tanzen. Weiter mit Rechtsdrehung.

Rechte-W-Position aus "Push&Pull"

Wichtig wäre es über die W-Position an sich zu sprechen (Hand-Position, Führungsaktionen etc.)
Daumen in Kerbe zwischen Schlüsselbein und Schultergelenk, Unterarm des Herren am Rücken der Dame.
Hand-Gelenke der Dame gerade und nicht abgeknickt!
Fixierungs-Druck zwischen LHH und RHH, um Dame bewußt lenken zu können!

3. Abend: Rechte-W-Position aus "Push&Pull"