

Tanz mit dem Säbel

Choreografie von Sibel Nefa
auf das Lied Solitude von Solance - CD Ahsas
Bezugsquellen z.B. www.canzone-online.de
© by Sibel Nefa



Info: r : rechts, l : links, m :Mitte
v : vor, h : hinten

	***** 1. Teil *****
0:55 4x3	Säbel in Scheide und vorm Körper halten / Hereinkommen r Schritt, l Tipp und Schwung / Drop l Schritt, r Tipp und Schwung / Drop r Schritt, l Tipp und Schwung / Drop l Schritt, r Tipp und Schwung / Drop
1:04 4x3	* Weiter Schritt/Tipp Nach vorne ausrichten Bei 2 Bausteinen Säbel vorne anheben und bei wieder 2 Säbel herunter
1:14 2x3	* Weiter Schritt/Tipp Eine Drehung nach r beschreiben mit Säbel umgreifen
1:19 2x3	* Weiter Schritt/Tipp Säbel im Bogen aus der Scheide ziehen
1:24 4x3	A) zu Boden gleiten B) Seide ablegen und dabei r Fuß hinten herum führen C) Drehung nach r D) Aufstehen
1:33 4x3	* Weiter Schritt/Tipp und dabei etwas zurück gehen Säbel auf dem Kopf ablegen.
1:43 4x3	4 mal 3 Schritte mit Verzögerung im Raum gehen.
1:52 4x3	Große Beckenkreise
2:02 4x3	Zu Boden Auf die Waden setzen
2:21 4x3	Großer Brustkreis

2:21 8x3	Drehungen auf dem Boden
2:41 2x3	Aufstehen
	***** 2. Teil *****
2:46	Säbel mit „Guten Tag“ und umgreifen auf 5 mal Dum Dum Ta vom Kopf
	***** 3. Teil *****
3:02 16x3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Drehung nach r 2. Drehung nach l 3. Nach vorne drohen 4. ½ Drehung und nach hinten gehen (Säbel in beide Hände) 5. Zu Boden 6. Pose 7. nach l (3 Uhr) aufstehen 8. weiter aufstehen <p>Wiederholung nur 1. nach l und 2. nach r drehen 5. und 6. Drehung nach l mit Säbel um Körper ziehen.</p>
	***** 4. Teil *****
3:33 4x8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Säbel umgreifen auf 1 – 8 2. Säbel in der r Hand wie beim Lichtertanz drehen. Dabei Körperdrehung. (2x8) 3. Säbel umgreifen
3:48 2x8	Mit 2 mal 8 Säbel auf den Kopf. Dabei Shimmy
3:55 1x8	Mit 1 mal 8 Shimmy
3:59	Drehung des Körpers mit Säbel auf dem Kopf und am Ende mit der r Hand den Säbel vorne Langführen.

Ende bei 4:17

Wenn Ihr noch weitere Fragen habt, so meldet Euch nur bei mir.

Sibel Nefa

Tel.: + 49 (0) 531 – 50 56 89

Internet: <http://www.sibel-nefa.de>

eMail: sibel.nefa@gmx.de

**Vervielfältigung, Veröffentlichung und Weitergabe nur mit schriftlicher Genehmigung
und unter Nennung der Urheberin Sibel Nefa**