



Dance-Aerobic™ Bodylife Stuttgart 01.10.04

Counts	Wdh.	Beinbewegung	Armbewegung	Richtung
Block I				
1	-	8	4 Jazzwalk vor, 2 Low Jack	Arme: kreuz vor, seit, heben, tief
1	-	6	Minimambo, 2 ChaCha mit Drehung über re Schulter rück	
7	-	8	Minimambo rück	
1	-	2	Drehung	
3	-	4	Split, Drop re	
5	-	6	2 Iso-Brust	
7	-	8	Oberkörper Drop li	
1	-	4	Hüfte	
5	-	8	Box Step	
Block II				
1	-	8	Box Step, Pivot	
1	-	4	Doubel Step re "Arriba"	
5	-	6	rechts kreuzen back	
7	-	8	Minimambo re vor	
1	-	8	Turn nach re, Elvis Knie, zurück Turn	Arme: hoch, tief / Drop 7,8
1	-	8	Stomp re mit Hüfte, Minimambo li rück; selbe li	
Block III				
1	-	8	Minimambo	Arme : Brust Iso
			Triple Step re, li re ; selbe li	
1	-	8	4 Toe Tap side "funky" mit 1/2 Drehung über li Schulter auf 4 + 8	
1	-	4	Step Touch, Step Kick	
5	-	16	Ball change re li	
			Arme: li hoch, re hoch, li Preparation - March breit	
			Turn	
			Chassé li	
			Jazzsquare mit Jump	

Musik: Durchgängig unsere Highlights Vol.5 (26€)

Finallied von unserer Highlight Vol. 4 (25€)

Weitere Infos zur Dance-Aerobic-Ausbildung unter 02131 - 125 8888 oder www.people-in-motion.info