

Tanzabfolge „Sentimental Journey“

16mal Hüfte hin und her schwingen

4mal li Arm nach oben strecken – 4mal re Arm nach oben strecken
➤ wiederholen

4mal li Schulter nach hinten rollen – 4mal re Schulter nach hinten rollen
➤ wiederholen

4mal li Arm nach hinten schwingen – 4mal re Arm nach hinten schwingen
➤ wiederholen

16mal Hüfte hin und her schwingen

4mal li Fuss vorne heben und li drehen – 4mal re Fuss vorne heben und re drehen
➤ wiederholen

4mal li Fuss Verse anheben und senken – 4mal re Fuss Verse anheben und senken
➤ wiederholen

8mal abwechselnd Füße hüpfend nach vorne kicken
➤ wiederholen

8mal abwechselnd hüpfend Knie vorne anheben
➤ Wiederholen

12mal hüpfen – Stopp!

1mal Arme nach li schwingen

1mal Arme nach re schwingen

1mal Arme nach li schwingen, ganze Drehung zur Schlusspose



Und denk daran, 1. und 2. Teil werden im 2. Teil kombiniert!