

TWO STEP

Choreographie: unbekannt

Beschreibung:
Couples circle dance

Musik:
verschiedene Two Step Melodien

Zählweise:

Quick, Quick, Slow, Slow ist identisch mit

1 2 3 - 4, 5 - 6 oder
1 & 2 3

Position:

Partner stehen zueinander gewandt. RH des Herrn auf die Schulter der Dame, die LH der Dame an R Hüfte des Herren oder auf R Unterarm (Armbeuge) gelegt. LH des Herrn und RH der Dame fassen sich in halber Höhe. Getanzt wird entgegen dem Uhrzeigersinn. Beginnend der Herr vorwärts die Dame rückwärts. Drehungen immer auf QQ

Basic steps

Herr:

QQ LF Schritt vorwärts und RF zum LF heranziehen

S LF Schritt vorwärts

S RF Schritt vorwärts

Dame:

QQ RF Schritt zurück und LF zum RF heranziehen

S RF Schritt zurück

S LF Schritt zurück

Gemeinsamer Wechsel (Rechtsdrehung)

folgt auf die QQ-Schritte und einer 1/2 R-Drehung

Herr:

S LF Schritt zurück

S RF Schritt zurück

Dame:

S RF Schritt vorwärts

S LF Schritt vorwärts

1. Es werden noch unzählige Figuren getanzt, wobei die leichteren Figuren einfache Drehungen der Damen sind.

Bei einer oder zwei vollen R-Drehung(en) der Dame hebt der Herr die LH mit der RH der Dame, welche sich unter den gehobenen Händen dreht. Danach wird wieder die Grundposition eingenommen.

2. Variation mit Drehung

Herr:

Es kann auch der Herr unter dem gehobenen Armpaar (Herr links, Dame rechts) eine 1/2 L-Drehung (auf QQ) ausführen, dann beim 1. Slow eine weitere 1/4 L-Drehung, wobei er incl. des 2. Slows beginnt die Dame herauszuführen (präsentieren).

Danach wird die Dame bei QQ SS eine od. zwei R-Drehung(en) ausführen und zum Herrn herangeführt, wobei sich dieser jedoch auch der Dame nähert. Grundposition wird wieder eingenommen.

3. Eine weitere einfachere Figur ist das „Einwickeln“.

Vorbereitung: Während der Basic Steps werden die Hände gesenkt und die LH der Dame gleitet nach vorne in die Hand des Herrn. Bei **QQ** dreht sich die Dame mit einer 1/2 L-Drehung auf die rechte Seite des Herrn (Hände werden dabei nicht geöffnet). Die RH ist hinter dem Rücken der Dame und hält auf der R Seite die LH. Die LH hält die RH der Dame vor dem Körper.

Danach können die Paare nebeneinander die Basic Schritte ausführen. Die Schritte sind seitenverkehrt.

„**Ausgewickelt**“ wird wieder mit gehaltenen Händen auf **QQ** mit einer L-Drehung der Dame. Anschließend wieder Grundposition einnehmen.

4. Weitere Variation „Drehung Herr & „einwickeln Dame“:

(Ähnlich wie bei 2) Herr führt unter dem gehobenen Armpaar (Herr links, Dame rechts) eine 1/2 L-Drehung (auf **QQ**) aus, anschließend beim 1. **Slow** eine weitere 1/4 L-Drehung, wobei er beginnt incl. des 2. Slows die Dame herauszuführen (präsentieren) Handwechsel RH der Dame wechselt in die RH des Herrn. Danach wird die Dame bei **QQ SS** eine 1 1/2 R-Drehung auf die rechte Seite des Herrn ausführen (RH der Dame ist in Schulterhöhe gehoben und wird von der RH des Herrn gehalten, L Hände sind vor dem Körper des Herrn.

Danach können die Paare nebeneinander die Basic Schritte ausführen. Die Schritte sind seitenverkehrt.

Ausgewickelt wird, indem die R Hände gehoben & nach vorne bewegt werden, dabei geht der Herr mit **QQ SS** schräg vor die Dame, wobei hier die Hände hinter dem Rücken des Herrn wieder gewechselt werden (RH der Dame in die LH des Herrn und umgekehrt) (Herr ist am Ende dann schräg rechts vor der Dame). Beim nächsten **QQSS** wird die Dame wieder präsentiert (sind mit leicht gestreckten Armen auseinander) und beim darauffolgenden **QQ SS** macht die Dame eine volle R-Drehung und kommt damit dem Herrn wieder entgegen & der Herr kommt mit seinen Schritten der Dame näher, so daß die Grundposition eingenommen werden kann.

