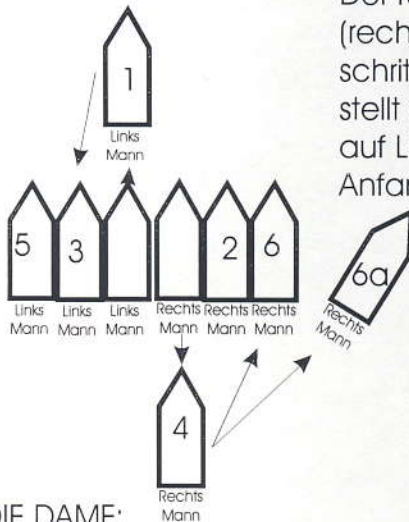


Der Grundrhythmus ist kurz-kurz-lang. Einzähler 1-2-3- Start. Paare stehen eng, linke Hand des Herrn faßt die rechte Hand der Frau (Ellenbogen gebeugt/ Unterarme der Partner liegen aneinander) die rechte Hand des Herrn liegt auf dem Schulterblatt der Frau, die linke Hand der Frau auf der Schulter des Herrn. Die Schritte müssen kurz ausgeführt werden, da sonst das Tempo nicht haltbar ist! Die Paare schauen sich an!

DER GRUNDSCHRITT: Der Herr beginnt mit links vor, die Dame mit rechts zurück.

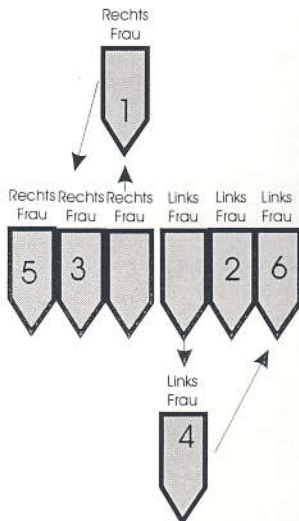
DER MANN:



Der Mann beginnt mit 1) links vor, dabei wird die Last auf Links gelegt (rechtes Bein hebt leicht ab) 2) Last wieder auf Rechts (wie ein Wiegeschrift) 3) Links wird als LANG wieder in die Ursprungsposition zurückgestellt und Last darauf gelegt. 4) Rechts zurück mit Last 5) Wiegeschrift auf Links 6) Rechts wird auf Ursprungsstelle zurückgesetzt mit Last. Anfang wieder von vorn.

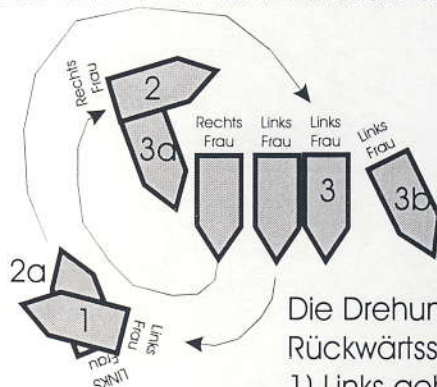
Schließt sich eine Promenade an, muß der Schritt 6 leicht eingedreht werden! = 6a

DIE DAME:



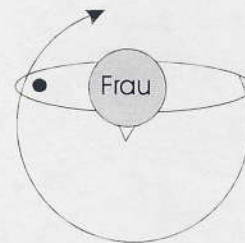
1) Die Dame beginnt mit Rechts zurück (Last auf Rechts) 2) Last auf Links (wie Wiegeschrift) 3) Rechts wird wieder auf Ausgangsstellung zurückgesetzt 4) Links geht vor (Last auf Links) 5) Last auf Rechts (wie Wiegeschrift) und 6) Links geht wieder auf Ausgangsstellung zurück. Beginn wieder bei 1)

DREHUNG DER FRAU: Die Frau dreht stets rechts herum!



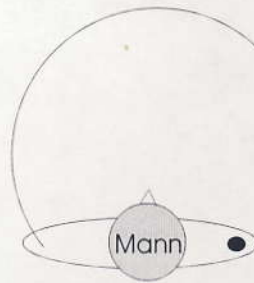
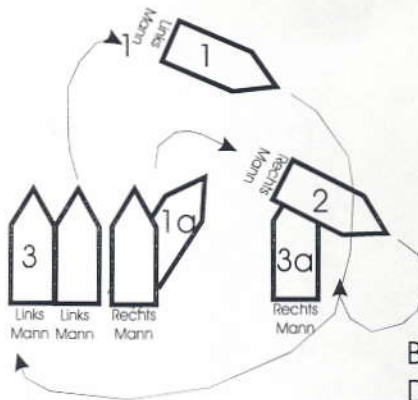
Bei der Drehung hält der Mann mit der Linken die rechte Hand der Dame, während der Drehung werden die Arme hochgehoben!

Die Drehung der Frau ist immer dann, wenn der Mann seine Rückwärtsschritte macht und die Dame vorwärts gehen muß! 1) Links geht mit halber Drehung vor (kurz) 2) Rechts geht mit 3/4 Drehung vor (kurz) dabei wird Links weiter mitgedreht - 2a). 3) Links mit 180 Grad gedreht in Ausgangsposition (lang) und Rechts wird mit in die alte Ausgangsposition genommen (3a). Bei der Drehung in die Promenade wird Links allerdings nicht so stark eingedreht (3b). Die Last liegt auf zum Schluß auf Links 3b)



DIE DREHUNG DES HERRN: Der Mann macht stets seine Drehung, wenn er seinen Schritt vorwärts machen muß!

MAMBO 2



- 1) Links geht in 1/2 Drehung vor (kurz) dabei wird Rechts schon etwas eingedreht (1a), 2) Rechts geht in halber Drehung vor (kurz) 3) Links geht in fast 180 Grad-Drehung vor in die Ausgangsposition (lang), dabei wird Rechts mit in die Ausgangsposition gedreht (3a)

Bei der Drehung hält Mann mit der Linken die Rechte der Frau. Diese wird hinter dem Rücken der Rechten des Mannes übergeben!

DIE PROMENADE:

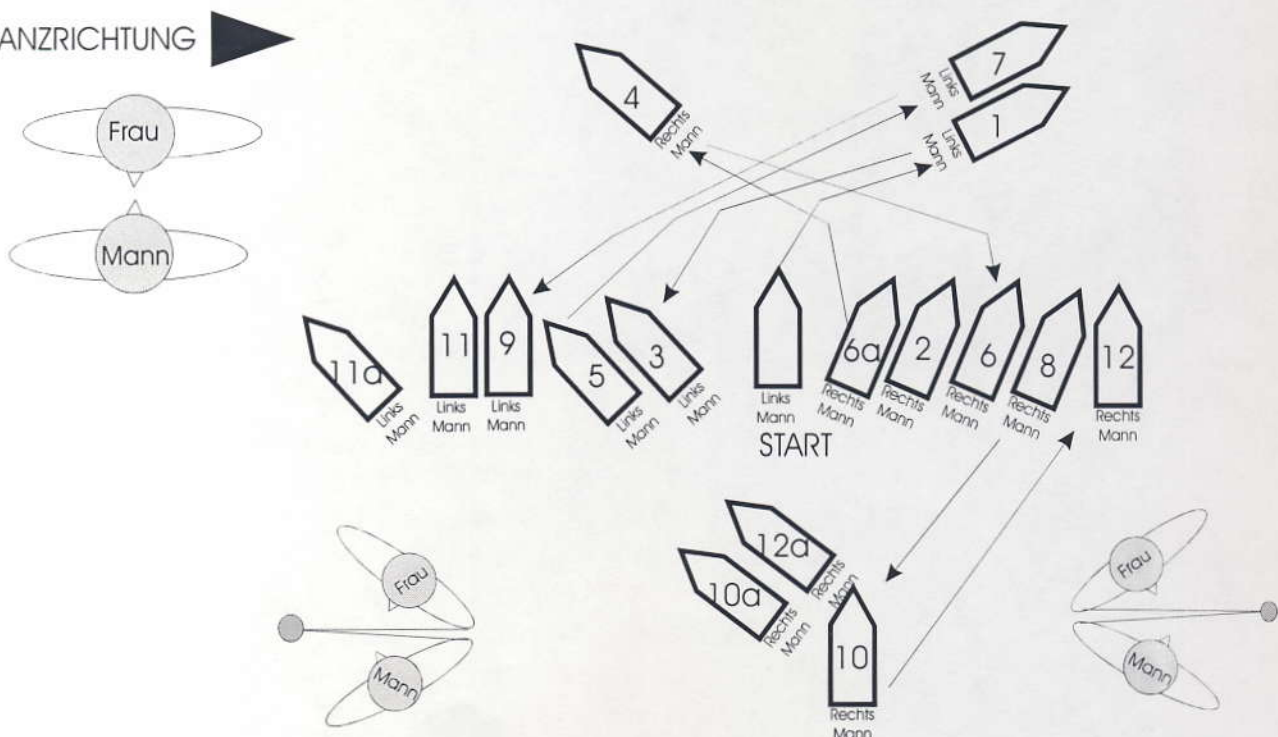
Die Promenade erfolgt vom Mann aus gesehen 3x zuerst nach rechts- dann links--dann rechts Sie folgt nach 4 Grundschriften (Start Mann: nach rückwärts, Start Dame: nach ihrer Drehung) DER HERR:

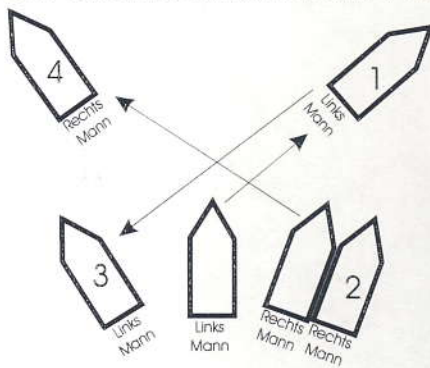
Links steht gerade, Rechts in Position 6a) hier liegt die Last. 1) Links geht eingeschwenkt in Tanzrichtung Last darauf 2) Wiegeschrift auf Rechts 3) Links wird entgegen der Tanzrichtung eingeschwenkt- Last darauf 4) Rechts geht mit Schritt entgegen der Tanzrichtung- Last darauf 5) Wiegeschrift und Last auf Links 6) Rechts wird wieder halb eingedreht in Tanzrichtung auf die Ausgangsstellung zurückgesetzt -Last darauf 7) Links wird wieder halb eingeschwenkt in Tanzrichtung gesetzt und Last darauf 8) Wiegeschrift auf Rechts- Last darauf 9) Links wird wieder in die Ausgangsstellung zurückgenommen- Last darauf 10) Rechts wird in den Grunschrift nach hinten geführt- Last darauf 11) Wiegeschrift auf Links- Last darauf 12) Rechts wird in die Ausgangsposition zurückgeführt- Last darauf.

BEI PROMENADE RÜCKWÄRTS IM ANSCHLUß: 10a) Rechts Schritt rückwärts unter Eindrehung entgegengesetzt der Tanzrichtung- Last darauf 11a) Links Wiegeschrift halb eingedreht entgegen der Tanzrichtung 12a) Rechts wird wieder belastet, bleibt aber in Stellung entgegengesetzt der Tanzrichtung

Die Hände werden im Wechsel der Richtung angefaßt: In Tanzrichtung Linke Mann- Rechte Frau, Entgegen der Tanzrichtung Rechte Mann- Linke Frau. Die Hände werden unter Betonung der Richtung nach vorn geführt.

TANZRICHTUNG

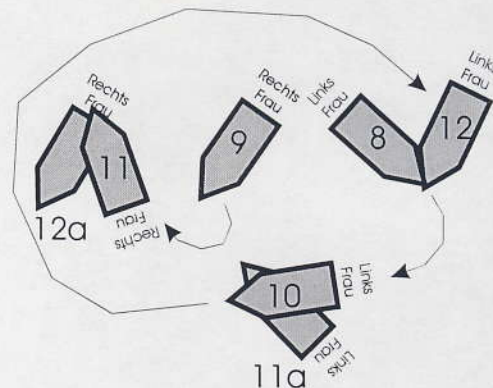
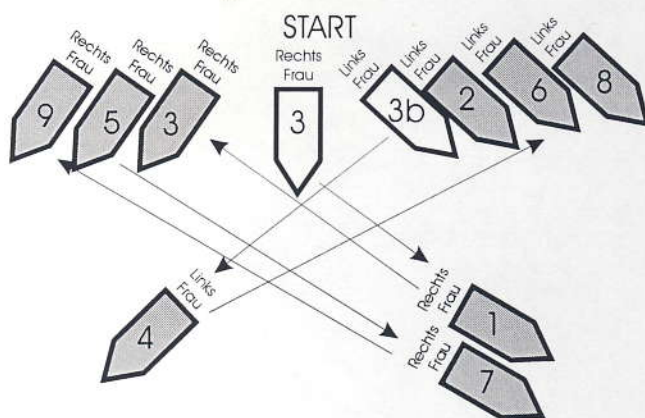




DIE DAME:

Die Dame kommt aus ihrer Rechtsdrehung in die Promenade hinein. Die Ausgangsstellung ist 3) und 3b) der Drehung. Der Mann hält mit der Linken ihre rechte Hand. Sie tanzt die Promenade 3x und führt zum Schluß wieder eine Rechtsdrehung aus. Die Dame tanzt zuerst nach Links-Rechts-Links-Drehung. Zu Beginn liegt die Last auf 3b) Links!

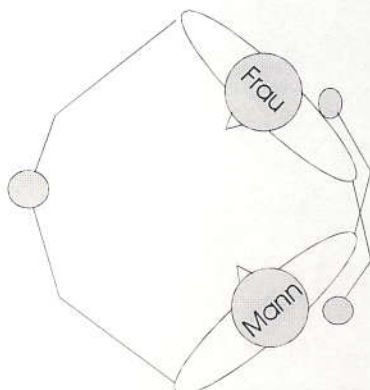
TANZRICHTUNG



1) mit Rechts wird Schritt in Tanzrichtung gemacht 2) Wiegeschrift auf links- Last darauf 3) Rechts wird in Ausgangsstellung zurückgeführt- Last darauf 4) Links macht Tanzschritt entgegen der Tanzrichtung- Last darauf 5) Wiegeschrift auf Rechts und Last darauf 7) Rechts wird wieder in Tanzrichtung im Schritt ausgeführt-Last darauf 8) Wiegeschrift auf Links- Last darauf 9) Rückführung von Rechts in die Ausgangsstellung- Last darauf JETZT IN DIE RECHTSDREHUNG: 10) Links geht mit halber Drehung vor- Last darauf 11) Rechts geht mit 180 Grad-Drehung vor, dabei dreht Links weiter mit 11a), 12) Links wird weiter geführt in die Ausgangsstellung dabei wird aber etwas mehr gedreht entgegen der Tanzrichtung, rechts wird vollständig mitgedreht 12a) Die Last liegt zum Schluß auf Links. Die Händeführung ist wie beim Mann beschrieben.

DIE RÜCKWÄRTSPROMENADEN:

Die Ausgangsstellung nach der Promenade ist entgegengesetzt der Tanzrichtung, die Partner berühren sich an den Hüften. Die Linke des Mannes hält die Rechte der Dame. Die Rechte des Mannes umgreift die Hüfte der Dame, die Linke der Dame umgreift Hüfte des Mannes



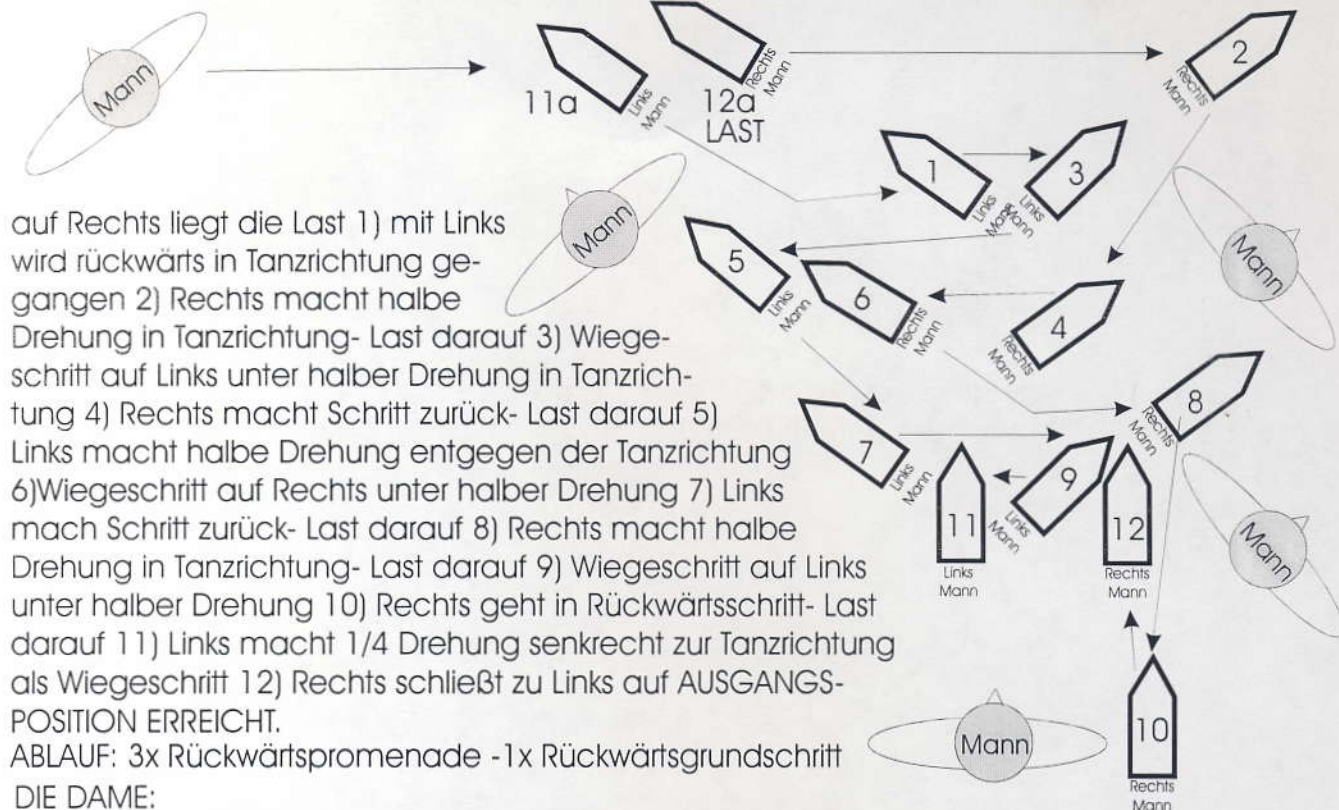
Der Mann befindet sich in Position 11a/12a der Promenade Last auf Rechts

Die Dame befindet sich in Position 12/12a der Drehung nach der Promenade, die Last liegt auf Links

Der erste Schritt geht bei beiden Partnern nach hinten!

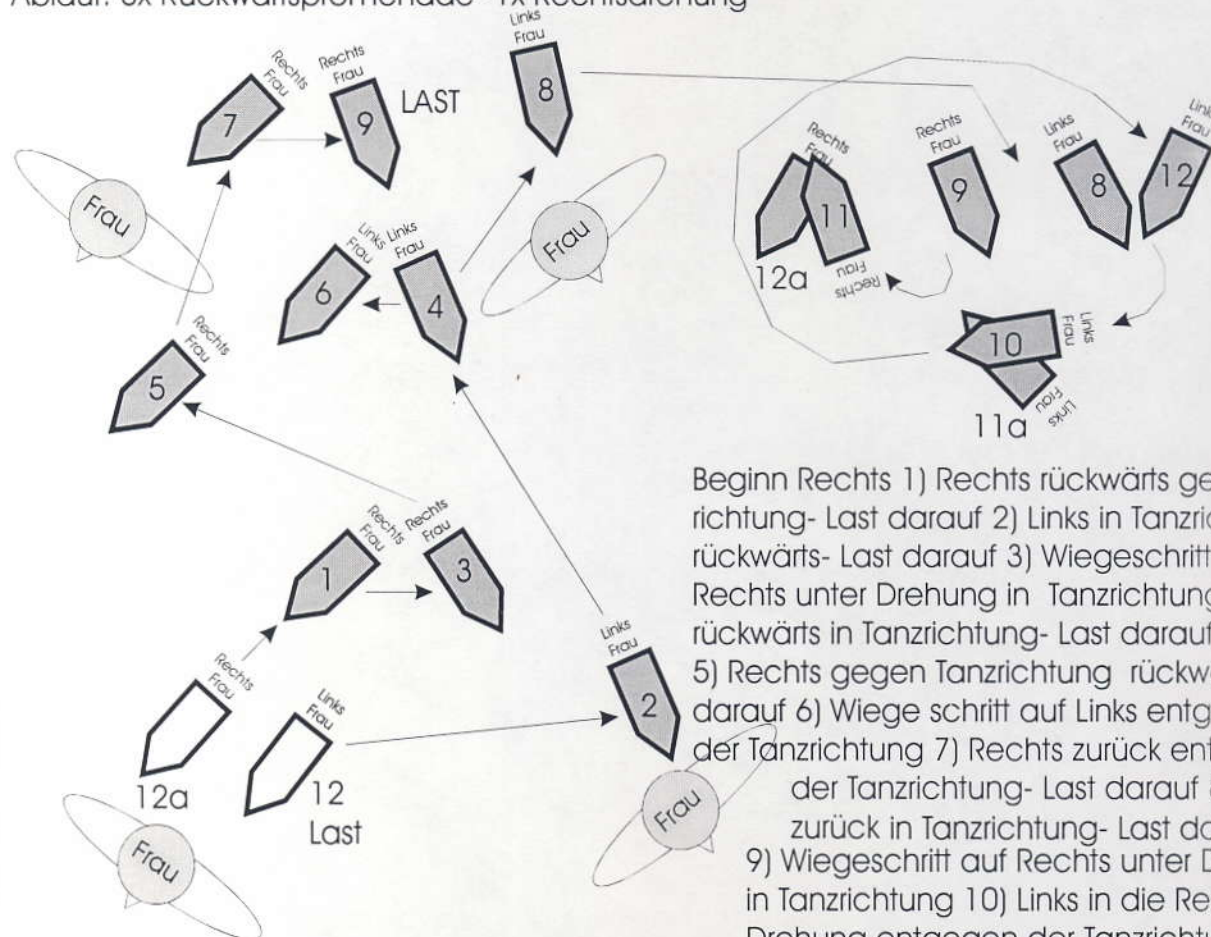
Der Herr mit Links nach hinten, die Dame mit Rechts nach Hinten!

Es wird gewissermaßen stets um 180 Grad geschwenkt!



Ausgangsposition nach Rechtsdrehung der Promenade Position 12/12a, Last liegt auf Links

Ablauf: 3x Rückwärtspromenade- 1x Rechtsdrehung



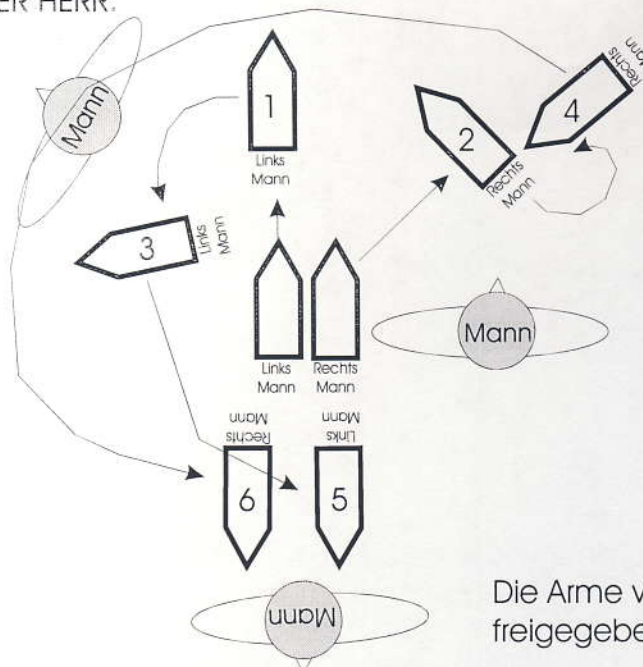
DIE WECHSELÖFFNUNG:

TANZRICHTUNG

MAMBO 5

Ausgangspunkt ist das Gegenüberstehen. Der Herr beginnt Links nach vorn, die Dame rechts nach rückwärts

DER HERR:

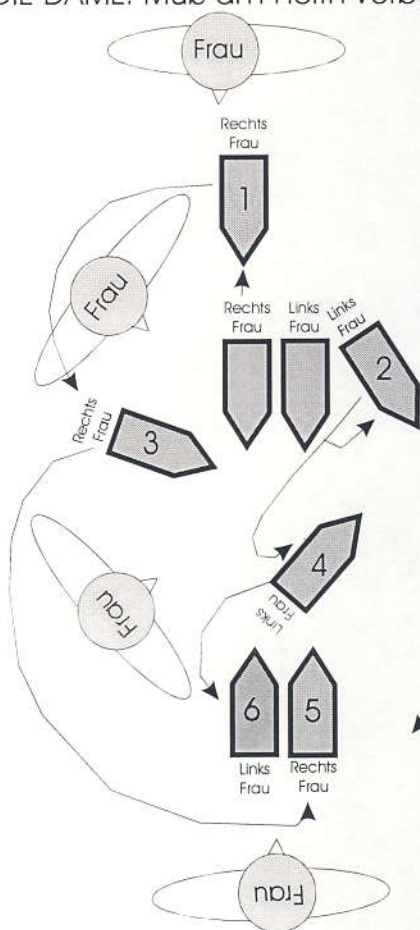


Ziel ist die Drehung um 180 Grad. 1) Links vor 2) Rechts wird seitlich ausgesetzt mit leichter Drehung nach links 3) Links wird über 90 Grad entgegen der Tanzrichtung gedreht 4) Rechts wird nach rückwärts unter weiterer Drehung gesetzt 5) Links beendet die 180 Grad-Drehung 6) Rechts schließt zur 180 Grad Drehung auf.

Beine stehen wieder geschlossen! Aus dieser Position wird der gleiche Ablauf nochmals absolviert. Zum Schluß stehen wir wieder in der Ausgangsstellung (Entspricht somit Vor-Rück-vor- Rück als 180 Grad Drehung) Alle Schritte bekommen Last!

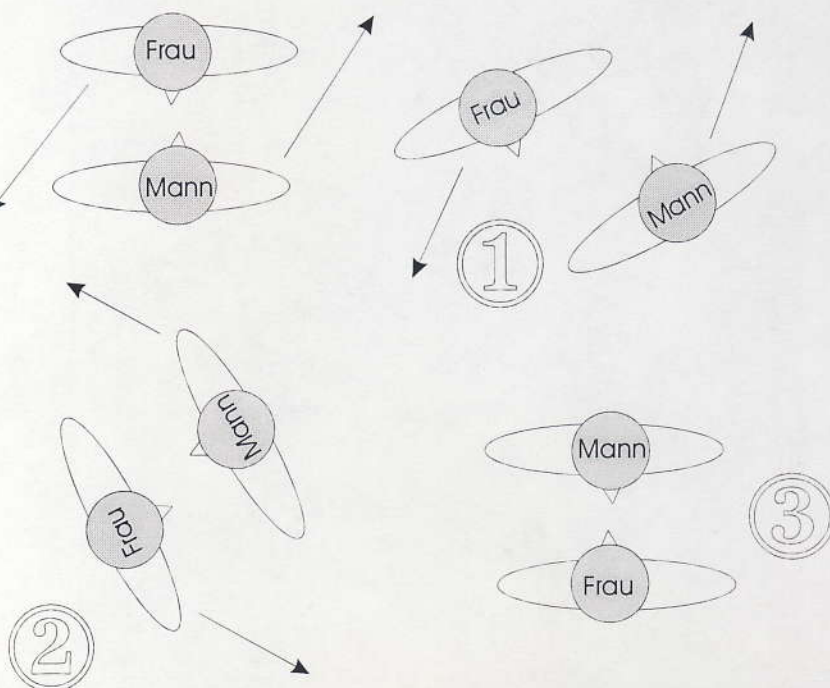
Die Arme verbleiben in Tanzhaltung und werden nicht freigegeben!

DIE DAME: Muß am Herrn vorbeimarschieren



Grundstellung 1) Rechts rückwärts 2) Links in Tanzrichtung eindrehen 3) Rechts in Tanzrichtung um fast 90 Grad drehen 4) Links wird 90 Grad weiter gedreht - Rück 5) Rechts wird in die Grundposition gebracht- vor 6) Links schließt in die Grundposition auf Damit ist 180 Grad Drehung vollzogen. Die gleiche Schrittfolge wird nochmals durchgeführt, dadurch ist die Anfangsposition wieder erreicht.

Alle Schritte bekommen Last!



- 1) Herr Grundschrift vor, Dame Grundschrift rück
- 2) Herr Grundschrift rück, Dame Grundschrift vor
- 3) Herr Grundschrift vor Dame Grundschrift rück
- 4) Herr Grundschrift rück Dame Drehung rechts
- 5) Herr Drehung rechts, Dame Grundschrift rück. Die Linke Hand des Herrn übergibt auf dem Rücken die Rechte der Dame der Rechten des Herrn (Guten Tag)
- 6) Herr Grundschrift rück Dame Rechtsdrehung dabei führt die Rechte des Herrn den linken Arm der Dame über den Kopf (Linke der Dame muß auf der linken Schulter des Mannes liegen, der rechte Arm des Mannes liegt hinter dem Kopf. Die Linke des Herrn faßt die Hüfte der Dame. Die Dame erfaßt mit der Linken die Hüfte des Mannes)
- 7) Herr Grundschrift vor, Dame Grundschrift rück, dabei werden die Hände noch wie bei 6) belassen
- 8) Herr Grundschrift rück Dame Grundschrift vor, Die Hände werden losgelassen und an die Hüften des Partners gelegt ,Herr Grundschrift Vor /Dame Rück und Hände werden wieder in Tanzhaltung geführt

TANZVARIANTEN:

- 1) Nur die Grundschriffe Herr/ Dame
- 2) 3x Grundschriffe- Mann Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung- wieder 3 Grundschriffe
- 3) 3x Grundschriffe- Mann Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung (beide in Übergang zur Promenade)- Promenade nach rechts-links-rechts- Herr Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung- wieder 3x Grundschriffe
- 4) 3x Grundschriffe- Mann Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung (Beide in Übergang zur Promenade) Promenade rechts-links-rechts- Herr Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung (Beide in den Übergang zur Rückwärtspromenade) - 3x Rückwärtspromenade nach rechts-links-rechts- Herr Grundschrift rück/Dame Rechtsdrehung - Beginn wieder mit 3 Grundschriften (Herr vor/Dame zurück)

ODER:

2x Wechselöffnung, dabei Drehung um 360 Grad- und Fortsetzung mit 3 x Grundschriften

ODER:

nach Wechselöffnung: Herr Grundschrift vor/ Dame Grundschrift rück- Herr Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung und weiter ab Punkt 5) des Einbaus der Rechtsdrehung des Herrn bis zum Punkt 8) - Herr Grundschrift rück/ Dame Rechtsdrehung und Übergang in die Promenade und weiter wie unter 4) ab Promenade beschrieben.

SALZA

Die Schritte sind wie beim Mambo. Dieser Tanz wird locker und lässig getanzt. Die Schritte müssen nicht so exakt ausgeführt werden!