

SAMBA 4

DER HERR: Last liegt auf dem rechten Bein im Wischer

- 1) links vor- Ferse
- 2) rechts vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 3) links- Ballen-Tep
- 4) rechts vor- Ferse
- 5) links vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 6) rechts- Ballen-Tep
- 7) links vor - Ferse
- 8) rechts vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 9) links- Ballen-Tep
- 10) rechts vor- Ferse
- 11) links vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 12) rechts- Ballen-Tep
- 13) links in Wischer nach links- Ferse
- 14) rechts in gekreuzten Wischer-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 15) links- Wischer-Tep

DIE DAME: Last liegt auf dem linken Bein im Wischer

- 1) rechts vor- Ferse
- 2) links vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 3) rechts- Ballen-Tep
- 4) links vor- Ferse
- 5) rechts vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 6) links- Ballen-Tep
- 7) rechts vor - Ferse
- 8) links vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 9) rechts- Ballen-Tep
- 10) links vor- Ferse
- 11) rechts vor- Ballen-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 12) links- Ballen-Tep
- 13) rechts in Wischer nach rechts- Ferse
- 14) links in gekreuzten Wischer-Tep mit kurzer Belastung und sofort Gewicht auf
- 15) rechts- Wischer-Tep

DER NEUE ABLAUF:

Beginn wieder bei 1)

