

Eröffnungsshow Weltgymnaestrada 2019
Szene 2 - Airlounge



Zeit	Inhalt + Choreographie	Bemerkungen
0:00 – 0:08	4x4 Auftakt Bereit stehen in den Diagonalen vor der Straße!	
0:08 – 0:30	12x4 Nacheinander mit feinen, leichten Laufsritten und Flügelbewegung, reinschweben in die Aufstellung : 2 Reihen auf jeder Straße, Blick Richtung Publikum.	
0:31 – 0:38	2x4 Armkreis (von innen nach außen) im Stehen und endet mit Oberkörper leicht vor 2x4 Armkreis (von innen nach außen) Oberkörper tief und endet aufgerichtet.	
0:38 – 0:46	2x4 Oberkörper tief, Airlounge senkrecht auf Rücken stellen, Hände an die Airlounge li und re legen. 1x4 nun kleine Schritte auf Ballen, über li bzw. re, um die eigene Achse. 1x4 Aufrichten	
0:46 – 0:53	1x4 Mühlrad mit Armen mit ¼ Turn über li bzw. über re. 1x4 Oberkörper tief, Hände laufen nach vorne 1x4 Beine strecken und Airlounge über Kopf schwingen 1x4 zurück in den Fersensitz	
0:59 – 1:00	4x4 Airlounge Gürtel lösen , aufstehen, über li bzw. rechts ½ turn, so dass die zwei gegenüberliegenden Reihen , sich anschauen, Hände in die Seiten der Airlounge und vor dem Körper auf mittlerer Höhe der Länge nach halten und Körperwelle.	

1:01 – 1:08	<p>1x4 Step 1li 2re 3li, Airl. waagrecht vor Körper, 4 Grand Jete mit re Airlounge vor hoch.</p> <p>1x4 Step 1l 2re 3,4 ganzer Turn über re, Air. senkrecht über Kopf</p> <p>1x4 Airlounge senkrecht vor dem Körper halten mit Bodenkontakt</p> <p>1x4 1,2 step nach re Seite , Airlounge nach re 3,4 Airlounge nach li,</p>	
<p>1:08 – 1:16</p> <p>1:16– 1:24</p> <p>1:23 – 1:30</p> <p>1:31 – 1:47</p> <p>1:47 – 2:02</p>	<p>4x4 aus zwei Reihen in der Mitte der Strasse eine Reihe hintereinander aufstellen. Airlounge über dem Kopf und anschließend vor dem Körper senkrecht aufstellen.</p> <p>4x4 nacheinander nach li bzw. nach re mit Improvisation die Reihe wieder öffnen und im Fersensitz mit Airlounge (Länge Richtung Publikum), Blick Richtung Publikum zum Sitzen kommen. Airlounge vor dem Körper.</p> <p>2x4 Airlounge über oben nach hinten schwingen 1x4 Airlounge wieder zurück schwingen und aufstehen 1x4 Aufstehen</p> <p>8x4 Airlounge mit langen Armen hoch hinter Körper tragen und in die Kreis aufstellung gehen. Und Airlounge auf den Boden legen. an vorderster Kante zum Kreisinnern stellen.</p> <p>1x4 Step rück über die Airlounge mit Armmühlrad re Arm li Arm 1x4 In die Airlounge liegen, Arme hinter Kopf, re Bein über li Bein 1x4 Strumpf hochrollen rechtes Bein 1x4 Strumpf hochrollen linkes Bein 2x4 Aufstehen und Airlounge am Gürtelende greifen, Aufstellung Front nach Kreisaußen.</p>	

2:02 – 2:18	<p>1x4 Step re li re li vorwärts Airl. vor dem Körper hochschwingen</p> <p>1x4 Step re li re li rückwärts Airlounge vor dem Körper wieder tief</p> <p>1x4 Step re li re li vorwärts Airlounge hochschwingen</p> <p>1x4 Step re und ½ turn, step li re li rückwärts Airlounge wieder tief</p> <p>1x4 Am Ort re Hand an Airlounge und Kreis oben schwingen</p> <p>1x4 Am Ort re Hand an Airlounge Übergabe an linke Hand u. kreisen tief um die Beine.</p> <p>2x4 Beide Hände an Airlounge und ganze Drehung mit Airlounge auf mittlerer Körperhöhe.</p>	
2:18 - 2:33	8x4 Freestyle mit den Bewegungen oben und unten kreisen oder laufen und Airlounge hinter sich.....	
2:33 – 2:40	4x4 Mit Bewegung wieder an die Ausgangspunkte in zwei Reihen auf der Straße.	
2:40 - 2:50	4x4 Alle legen sich wieder gemütlich in die Airlounge	