

You All Dat

Grundaufstellung Einzel, neben- und hintereinander in Reihen, Gruppen. Füße zu Beginn seitwärts geöffnet (Split)

Choreographie Daisy Di Modica, Daniel Zambon, Jörg Galitz (Beschreibung : Bernd Junghans)

	Nr.	Schritte	Ansagehilfe	Arme, Hände	Rhythmus
A	1	kleiner Hop auf beide Füße	hop	Arme locker seitlich	
	2	auf beiden Füßen 1/8 Drehung nach L, Füße geöffnet Ende Gewicht L	dreh		
	3	R Fuß Kick vorwärts	Kick		
	4	R Fuß rückwärts absetzen	rück		
	5	auf beiden Füßen 1/4 Drehung nach R, Füße geöffnet Ende Gewicht R	dreh		
	6	L Fuß Kick vorwärts	Kick		
	7	L Fuß rückwärts absetzen	rück		
	8	auf beiden Füßen 1/8 Drehung nach L, Füße geöffnet Ende Gewicht auf beiden Füßen	dreh		
B	1	Sprung, dabei Füße schließen	hop		
	2	Position halten	clap	Hände klatschen vor dem Körper	
	3+	Position halten	hinten	mit beiden Unterarme 2 schnelle Kreise über vorne, Arme dabei	

				hinter den Körper führen	
	4	Position halten	clap	Hände klatschen hinter dem Körper	
	5	Position halten	vor	Arme vor den Körper ziehen	
	6	Position halten	clap	Hände klatschen vor dem Körper	
	7	Position halten	hoch	gefaßte Hände nach oben über Kopf ziehen	
	8	Sprung, dabei Füße öffnen (Split)	hop	gefaßte Hände nach unten vor den Körper ziehen ("Hau den Lukas")	
C	1 2	Sprung auf beide Füße, dabei 1/4 Drehung nach L Split-Position halten	hop-und-rü-h-ren	2fache Rührbewegung aus den Unterarmen, Hände bleiben gefasst	
	3,4	wiederhole 1,2	hop-und-rü-h-ren	wiederhole 1,2	
	5,6	wiederhole 1,2	hop-und-rü-h-ren	wiederhole 1,2	
	7,8	wiederhole 1,2	hop-und-rü-h-ren	wiederhole 1,2	
D	1+2+	Position halten, Oberkörper nach vorne beugen (Tabletop)	schüt-tel-vor-und	beide Schultern kräftig ausschütteln (Shouldershakes)	
	3+4+	Position halten, Oberkörper aufrichten	schüt-tel-hoch-und	beide Schultern kräftig ausschütteln (Shouldershakes)	
	5+6+	wiederhole 1+2+	schüt-tel-vor-und	wiederhole 1+2+	
	7+8+	wiederhole 3+4+	schüt-tel-hoch-und	wiederhole 3+4+	
		von vorne			

Ausführungshinweise:

- Gut geeignet für Jugendliche, um so richtig in Schwung zu kommen.
- Lässt sich mit Hip Hop Bewegungen ausbauen.

Musik:

- "You All Dat " von Baha Men
- Es eignet sich auch jeder andere 4/4-Takt mit Raggae und Swing-Elementen