

# **Tanzbeschreibungen zur CD: "Querbeet und Freunde - Lieder, Balladen, Tänze"**

## Stück Nr. 10 - Rondo

Alle stellen sich im Kreis auf und fassen sich an den Händen - Doppelschritt links - Doppelschritt rechts - solange, bis die Musik aufhört.

Der Doppelschritt heißt in der französischen Fachsprache der Tänzer "Double". "Double links" bedeutet: Linken Fuß seitwärts nach links setzen, rechten Fuß nachsetzen, nochmal den linken Fuß nach links, den rechten heransetzen - aber jetzt bleibt das Körpergewicht auf dem linken Fuß! (Damit hat der Tänzer/die Tänzerin die optimale Ausgangsposition für den folgenden Schritt, den Double rechts!) Wichtig: Nach links größere Schritte machen als nach rechts - sonst kommt man nicht voran!

Wenn die "Fußarbeit" sicher beherrscht wird, kann man die Arme im Rythmus der Musik vor- und zurückschwingen. Vorsicht: Nicht das Gleichgewicht verlieren!

Fortgeschrittene schwingen am Ende des Double das Spielbein mit gestreckter Fußspitze vor das Standbein - je nach Geschmack mehr anmutig oder dynamisch-sportlich.

Variation: Statt im Kreis wird ein einer Reihe getanzt, die von dem Tänzer ganz links in Schlangenlinien oder Spiralen angeführt wird.

## Stück Nr. 12 - Bransle de Pois

Man kann diese Bransle, die aus A- und B-Teil besteht, genauso wie das Rondo Nr. 10 tanzen. Mehr Spaß bringt es aber, wenn Männer und Frauen in gemischter Folge im Kreis stehen. Zum A-Teil werden wie oben zweimal zwei Double getanzt. Dann lassen die Tänzer die Hände los, denn den B-Teil beginnt der Mann mit einem großen Sprung nach links, fort von seiner Partnerin, die Frau folgt ihm aber mit einem ebenso gewaltigen Sprung nach. Der Mann setzt darauf seine Flucht mit drei kleinen Sprüngen nach links fort. In der Wiederholung des B-Teils beginnt die Frau mit dem großen Sprung nach links, dann springt der Mann wieder nach links, von der Frau fort, und sie verfolgt ihn mit drei kleinen Sprüngen. Jetzt stehen alle wieder wie am Anfang, man faßt sich an den Händen, und es geht von vorne los. (Die Sprünge werden immer mit beiden Füßen gleichzeitig ausgeführt - als Schlußsprung, wie der Turnlehrer sagen würde).

Als kleine Hilfe begleiten wir die wechselnden Sprünge mit einem Sprechgesang:

"Und der Mann/ und die Frau/ und der Mann, der Mann, der Mann/  
und die Frau/ und der Mann/ und die Frau, die Frau, die Frau".

## Stück Nr. 13 - Bransle de Bourgogne

Die Schwestern der Amrumer Sozialstation sehen es gar nicht gerne, wenn ihre schutzbefohlenen Senioren die Bransle de Bourgogne tanzen - die Schrittfolge ist wirklich ein wenig wild. "Vernünftige" tanzen lieber die bewährten Double links- Double rechts - Schritte.

Verwegene tanzen einen Double links, Simple rechts (das ist ein einfacher seitlicher Schritt nach rechts, das Körpergewicht bleibt auf dem rechten Fuß, das linke "Spiel"-Bein schwingt nach Belieben vor das rechte Standbein), dann folgen vier Sprünge links-rechts-links-rechts, noch ein Double links und ein Simple rechts, und 8 Takte der Melodie sind erledigt. Das ist alles!

## Zu guter Letzt

Alle Tanzbeschreibungen ohne Gewähr! Zu Risiken und Nebenwirkungen von Muskelkater bis unerwarteter Lebensfreude fragen Sie, wen Sie wollen, z.B. uns!

Kontakt: Rüdiger Sokollek, Postfach 2327, 25949 Nebel auf Amrum, Tel 04682 - 4172

E-Mail: Sokollek@t-online.de

Internet: [www.sokollek.de](http://www.sokollek.de)