**Aufgabe 4 – Gruppe A**

**Erstelle für die erlernten Achtersequenzen der Grundformenkombination eine Bewegungsbeschreibung.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 6. |  |  |
|  |  |  |
| 7. |  |  |
|  |  |  |
| 8. |  |  |
|  |  |  |

**Aufgabe 4 – Gruppe B**

**Erarbeite dir die folgenden Achtersequenzen der Grundformenkombination mit dieser Bewegungsbeschreibung.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| 6. | 1,2  3-4  5 + 6  7-8 | Schritte  re vw – li Fußbleibt hinten – Position halten  li vw – re vw  li vw – re vw – li vw  re vor ½ Drehung li (Gewicht auf dem vorderen linken Bein – re jetzt hinten „unbelastet“) |
|  |  |  |
| 7. | 1 + 2 +  3 + 4 +  5 – 8 | Galoppieren/Hüpfen  Chassé – re (Absprung vom re Bein – li hinten landen) und Hüpfer – re (Absprung re, landen re)  Chassé – li und Hüpfer – li  4 Hüpfer auf der Stelle – re beginnend – mit ½ Drehung rechts |
|  |  |  |
| 8. | 1-4  +  5-8  + | Laufen zum Ausgangspunkt  7 Laufschritte vw, re beginnt  ½ Drehung auf li Fuß nach li  7 Laufschritte rw, re beginnt  3/8 Drehung auf re Fuß nach li, Gewichtsverlagerung auf li  Ausgangsposition |
|  |  |  |