**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. | 1,23-45 + 67-8 | Schrittere vw – li Fußbleibt hinten – Position haltenli vw – re vwli vw – re vw – li vwre vor ½ Drehung li (Gewicht auf dem vorderen linken Bein – re jetzt hinten „unbelastet“) |
|  |  |  |
| 7. | 1 + 2 +3 + 4 +5 – 8  | Galoppieren/HüpfenChassé – 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 Ausgangspunkt7 Laufschritte vw, re beginnt½ Drehung auf li Fuß nach li7 Laufschritte rw, re beginnt3/8 Drehung auf re Fuß nach li, Gewichtsverlagerung auf liAusgangsposition |
|  |  |  |