

# Lagersport/Trekking-Dossier

Nummer

24

## Allgemeine Angaben

Tag	Freitag	Datum	5. 4. 2002	Zeit	11.00 – 12.00
Ort	Eschlikon, vor dem Haus		Leitung Birba		
Thema/Inhalt	Tanz				
Ziele	Erfolgslebnisse fürder (Wir könne in einer Stunde einen Tanz) Fitness fördern				

## Detaillierte Planung (Aufbau: Einleitung, Hauptteil, Schluss)

Ablauf	Sozialform
<p>Tanz: Rock'n Roll „Surfing USA“, Beach Boys</p> <p>Zu Zweit zusammen stehen sich gegenüber im Kreis, 1 ½ bis 2m Abstand</p> <p>Wir Leiter zeigen den Tanz immer in kleinen Stückchen à acht Schritte vor.</p> <p>1*8 auf den Beinen abwechslungsweise hüpfen</p> <p>1*8 beide am Ort hüpfen</p> <p>1*8 der Hintere kommt über links nach vorn und dreht sich zum Gegenüber</p> <p>1*8 klatsch auf die Knie und einander gekreuzt in die Hände</p> <p>2*4 der Hintere bleibt am Ort. Der andere macht den Hampelmann ohne Arme in der gleichen Zeit der Andere mit Füßen dazwischen, nach 4 Wechsel.</p> <p>2*8 einander einhenken, mit Wechsel zweimal rundherum</p> <p>1*8 der Vordere geht wieder zu seinem ursprünglichen Platz zurück (oder zum nächsten Partner).</p>	

## Variante (bei schlechtem Wetter)

im Haus

## Material

Lied und Player