

**Choreographie** zu dem Titel „Ya Salam Al Baladi“

**CD:** ?

**Choreographin:** Samija

**Tanz:** Orientalischer Tanz

**Aufführung nur mit Hinweis auf die Choreographin**

- 1) Rücken zum Publikum  
Arme heben bis Schulterhöhe  
mit großem Beckenkreis  $\frac{1}{2}$  Drehung li -herum , sodaß frontal zum Publikum
  
- 2) 6 Nachstell-Schritte vorwärts zum Publikum, dabei Hände auf den Oberschenkeln und  
mit den Schultern rückwärtskreisen  
  
1 Ausfall-Schritt mit dem re Bein , dabei mit re Arm li -herum über den Kopf kreisen  
1 Drehung li -herum , dabei re Arm mitnehmen, li Arm bleibt unten
  
- 3) 3 AGS nach li , mitte , re , dabei “Wasserfall-Arme” vor dem Körper  
  
2 Drehungen re -herum , dabei li Hand an Schläfe , re Arm an Hüfte  
  
6 langsame ,doppelte Beckenwiegen , Arme dabei “mitnehmen”  
2 schnelle Hüft-Achten , dabei etwas in die Knie gehen  
2 Brustkreise , dabei Hände an den Schläfen
  
- 4) 7 Überkreuz-Schritte am Platz abwechselnd nach re und li gerichtet,  
dabei mit “Publikums-Arm” abwechselnd “Fenster”, anderer Arm an Hüfte  
  
Hüft-Shimmy 4 Takte nach re ziehen , dabei Arme öffnen u. schließen  
“ 2 “ mitte , “ Hände in Hüfthöhe auf/ab  
  
1 Drehung re -herum , dabei Arme vorm Schritt halten u. Hände nach außen  
  
Hüft-Shimmy 4 Takte nach li ziehen , dabei Arme öffnen u. schließen  
“ 3 “ mitte , “ Hände in Hüfthöhe auf/ab  
  
1 Drehung li -herum , dabei Arme vorm Schritt halten u. Hände nach außen
  
- 5) 1 Brust-Kick  
2 Drehungen re -herum auf Zehenspitzen , Arme dabei auf Hüften gestützt  
  
nach li gewendet auf Takt :

5 x re Schulter vor, rück  
 6 Hüft-Drops , dabei li Arm oben , re Arm unten  
 2 Hüftkreise , “ ” an Schläfe, “ ” seitlich

- 6) 4 Überkreuz-Schritte am Platz abwechselnd nach re und li gerichtet,  
 dabei mit “Publikums-Arm” abwechselnd schwungvoll “servieren”, andere Hand an Schläfe

frontal zum Publikum nach Musik :

2 Hüft-Achten , Arme dabei seitlich  
 2 Mayas , Arme dabei unten

Hüft-Shimmy --- ¼ Drehung nach re -herum springen  
 “ ” --- ¼ “ ” li - “ ”  
 “ ”

re Arm : nach oben , zur Seite , Pharao --- 1 Drehung li -herum  
 li “ : “ , “ , “ --- 1 “ re - “

- 7) 4 Hüftdrops mit re , dabei li Arm oben, re Arm seitlich  
 4 Seit-Schritte nach re , Brust vor/rück , dabei Arme seitlich  
 4 tief-hoch Beckenwellen-Schritte nach li , dabei “Laufrichtungs-Arm” seitlich, re Arm oben

Kreis vierteln :  
 mit je 4 Takten nach rückwärts gedrehten, flachen Hüft-Achten

- 8) nach li gewendet : 2 Hüftkreise mit re , dabei li Arm oben , re Arm unten  
 “ re wenden : 2 “ ” li , “ re “ ” , li “ ”  
 “ li “ : 2 “ ” re , “ li “ ” , re “ ”  
 (jeweils mit schönem rückwärts-Beinschwung die Richtung wechseln !)

auf Takt : 1 Brust-Kick --- 1 K.-Welle

- 9) abwechselnd nach li , re , li gewendet :  
 2 Hüft-Schiebe-Shimmy-Schritte , dabei unterstreichen die Hände diese Bewegung

1 Achs-Drehung auf Zehenspitzen li -herum , dabei kleine Beckenkreise (“Zwirbel-Drehung”)

1 Schritt-Drehung re -herum, Arme dabei seitlich --- Schulterkreise  
 1 “ li - “ --- “  
 1 “ re - “ --- “  
 1 “ li - “

10) 8 Takte rückwärts gehen mit Becken-Kippen ,  
dabei beide Arme nach vorne strecken u. Hände aufeinanderlegen

8 Takte vorwärts gehen mit ‘‘Servier-Schritten’’, dabei li Arm oben , re Arm seitlich

8 Takte weiter so einen großen Kreis re -herum

frontal zum Publikum nach Musik : Hüft-Shimmy --- Becken-Kippen

auf die beiden Schlußtakte : re Bein zur Seite rutschen lassen  
re Arm auf Brusthöhe anwinkeln