

Choreographie zu dem Titel „Bom Bom

CD: Mezdeke-Sözlü Pop Arabic

Choreographin: Samija

Tanz: Shimmy

Aufführung nur mit Hinweis auf die Choreographin

Ausgangsposition: re. Fuß steht voran, Hände hinter dem Po.

A re. Hüfte, kick, kick, mit halben Kreis auf

li. Hüfte, kick, kick, ...

re. Hüfte, ...

li. Hüfte, ...

Armhaltung: wenn die re. Hüfte vorne ist, ist der
ausgestreckt

und die li. Hand an der Schläfe.



re. Arm nach vorne

B 8 mal mit Shimmy schräg re. nach vorne laufen

4 mal Shimmy re., li.

4 mal Beckenkippe: li. Bein vorangestellt, li. Arm auf Schulterhöhe li. ausgestreckt,
re. Arm nach oben ausgestreckt.

Drehung nach li., Wiederholung, aber bei Beckenkippe re. Bein.

A zurück bewegen

C Hüfte vor, rück, vor, rück, re. li, re. li.

Schulterakzente nach re., Hände in Hüfthöhe, Bauchakzente 3mal raus, nach li.
das Gleiche mit Brust raus, rein, raus.

Hüfte langsam Shimmy, schnelle Hüftwippe, Hüfte langsam Shimmy.

A auf der Stelle

D Shimmy 4teln nach li. beginnend (re. Fuß elegant)

Beckenwelle langsam, schnell, schnell, li. beginnend, li. Arm unten, re. ausgestreckt nach
oben.

4mal vor, Hüfte langsam, schnell, langsam, schnell.

B Drehung in andere Richtung zurück.

A (evtl. etwas anders)

C

A (evtl. etwas anders)

D

E halber Kreis von li. nach re., 1 Acht, mit li. beginnend 4 Kamelschritte zurück, 1Acht,
1Maya langsam, Maya schnell

B

C

A



Schluß :Beim
gleichzeitig
ausgestreckt

ersten „bom“ re. Arm auf Schulterhöhe ausgestreckt nach re.,
re. Bein
nach re. Beim zweiten „bom“ li. Arm gestreckt hoch. (Spannung)

© Samija 08/2000