



3D Aerobic Dance

18.09.2005 – 3D Aerobic-Convention
Stuttgart-Botnang



3D Aerobic: Dubi meets Didi to Dance

Block 1

2 cha cha cha vor 1 baby mambo rechts 1 Drehung 450 Grad rechts
1 eingesprungener square mit Armen hoch 1 baby mambo rechts 1 Drehung 270 Grad rechts
(home)
1 slide rechts nach rechts 2 ball change links vorne und hinten gekreuzt nach rechts 1 walk links
vorne gekreuzt 1 kick rechts mit Oberkörper tief und hoch (Drop)
1 baby mambo links 1 cha cha cha links nach links 1 pivot turn rechts

Block 2

4 step touch (sexy Hüfte) rechts nach vorne mit twist links und Armeinsatz bei den letzten
2 Drehungen linksrum nach hinten 1 walk out hold links mit Armstützen auf den Oberschenkeln
und Kopfheben auf 7
2 walk nach rechts hinten gekreuzt 1 cha cha cha rechts nach rechts mit Armen funky 1/2 pivot
turn links, gleiches zurück 4 walk out mit shake Oberkörper

Block 3

1 step knee passee rechts 2 walk links rechts vorne gekreuzt nach rechts 1 Drehung linksrum nach
links 1 cha cha cha links funky style nach links
2 kick ball change rechts diagonal nach links vorne 1 walk rechts 1 baby mambo links 1 lift links
auf 8 mit Drehung 360 Grad linksrum nach hinten 1 lift links auf 3 mit Drehung 180 Grad linksrum
nach hinten 1 baby mambo rechts mit Drehung 180 Grad rechtsrum home
1 jump rechts 1 walk links vorne gekreuzt mit 3 Hüfte (vor hinten vor) 1 baby mambo rechts nach
rechts 1 Drehung 360 Grad rechtsrum home

Internet: <http://www.3daerobic.de/>
E-Mail: info@3daerobic.de