

1. Basics im 12er

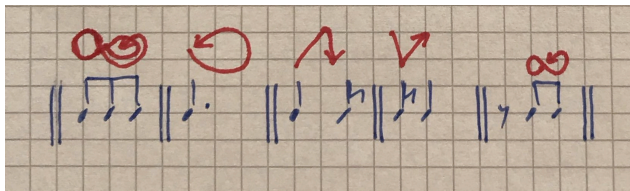
- a) Mit den Händen wird r - l auf die Oberschenkel patschen, dazu Vierer-Schritt in punktierten Vierteln. Regelmässige Betonungen erarbeiten: über 2, 3, 4, 6

Dasselbe mit Sticks: r- l im Wechsel auf die Oberschenkel, die Betonungen auf eine Conga, eine Stuhllehne oder auf den Stick eines gegenüberstehenden Partners spielen.

- b) Mit dem Groovybag alle Achtel spielen, dazu den Vierer-Schritt in punktierten Vierteln, seit - schliess - seit - schliess oder vor - rück - rück - vor

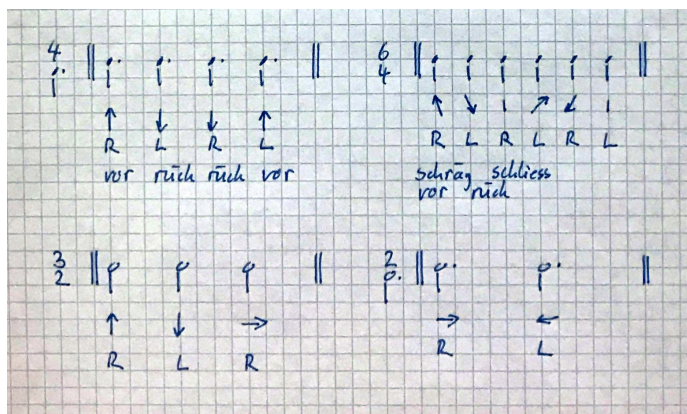
- Das Groovybag wechselt zu Vierteln, punktierten Vierteln, Halben und punktierten Halben (Vergl. Addition).
- Die punktierten Viertel werden auf alle drei möglichen Positionen geschoben: 1. Achtel, 2. Achtel und 3. Achtel
- Rhythmen (Pattern) aus Vierteln und Achteln erfinden

- c) Mit Bällen ternäre Rhythmen spielen, dazu Vierer-Schritt in punktierten Vierteln, seit - schliess - seit - schliess oder vor - rück - rück - vor



- In liegender Acht hin- und hergeben
- Aufwerfen und fangen
- Prellen und fangen

- d) Die vier im 12er möglichen Taktschritte kennenlernen



- e) Tanzschritte im 12er erarbeiten – siehe Film