

Choreographie von Aliya © Saidi ohne Stock zu „Mizmar ya Boie“
 von der CD „Egyptian Love Affair – Beata & Horacio Cifuentes“
 (erhältlich unter <http://www.oriental-fantasy.com/deutsch/musikvideo.html>)

Anmerkungen zur Schreibweise: re = rechts, li = links, ein Takt hat immer 4 Zählzeiten, wir zählen aber immer bis 8. Darum ist eine 8er-Phase immer zwei Takte lang.

Vorspiel bis: 0:34 (Mizmarvorspiel und 8 Zählzeiten Trommelintro vor dem Beginn)

Takt:	Zählzeit:	Kombination:
1 2	1 - 4 5 6, 7, 8	<u>Intro :</u> 4 Schritte re begonnen vor auf halber Spitze (Arme in Seithalte) Hop Shimmie (Arme während des Hop dicht am Körper anheben und dann wieder absenken)
4 5	1 2 3, 4 5,6,7,8	<u>Refrain (0:43):</u> Schritt re zur Seite, li Fuß vor gekreuzter Kick und gleichzeitig Hop auf re Schritt li und Kick re (Arme in Seithalte, Schulter im Rhythmus fröhlich heben und fallen lassen – Saidi) Drehung mit 3 Schritten nach re Hop mit vorgekreuztem Fußkick li (Arme bei der Drehung schliessen und wieder öffnen)
6 7	1 – 2 – 3 -4 5, 6, 7 - 8	Wiederholung Takte 4 und 5 mit li beginnen Li Seit – re Kick – re Seit – li Kick, Drehung li, re, li – Kick re
8 9	1, 2 3, 4 5, 6 7 8	(0:50) 2 Arabische Grundschritte mit Schultertwist re begonnen: 1 ½ davon geradeaus am Ende des 2. eine halbe Drehung re herum. Re Vor Re Rück Re Vor Halbe Drehung und Schritt re geradeaus (Rücken zum Puplicum) Schritt li geradeaus (Rücken zum Puplicum)
10, 11	1 - 8	Wiederholung Takte 8 und 9 wieder re begonnen dabei wieder nach vorn drehen
12 13	1, 2 – 3, 4 5, 6 – 7, 8	<u>Strophe Akordeon (0:57):</u> 2x Ente re (Hände schieben geflext in die re, vordere Diagonale) 2x Ente li (Hände wie vorher nach li)
14 15	1, 2 – 3, 4 5 – 6 – 7,8	Mayas abwärts langsam re, langsam li Schnell re, li , re
16, 17, 18, 19	16 Zeiten	Takte 12 – 15 nochmal li begonnen wiederholen: Enten li und re, Mayas li begonnen
20 21	1, 2 – 3 , 4 - 5, 6 – 7, 8	<u>Strophe Geigen (1:13):</u> 4x gehobene Hüft-8 (von hinten nach vorne) li begonnen (immer 2 Zeiten pro Hüftseite (Arme unten – Hände umrahmen das Becken)
22 23	1, 2, 3, 4 5 - 8	Seitanstellschritte re seit, li ran, re seit, li ran mit 1 ½ flachen Hüftkreisen re herum und Contraction am Ende (letzter Fuß wird nur angestellt – ohne Gewicht) (Arme in Seithalte) Gleiches nach li beginnen , Kreise li herum (letzter Fuß angestellt)

24, 25, 26, 27	16 Zeiten	Takte 20 bis 23 nochmal mit der Anderen Seite wiederholen 4 x gehobene Hüft-8 re begonnen Seitanstellschritte mit Hüftkreisen li und zurück nach re (am Ende Fuß nicht nur anstellen, sondern richtiger Schritt)
28, 29, 30, 31	4 x 8 Zeiten	<u>Refrain:</u> Wiederholung Takte 4 bis 11 (Seit kick – Seit Kick – Drehung Kick re und li, Arabische Grundschrte mit Schultertwist)
32 33	1,2 – 3,4 5 6 7, 8	<u>Saidistrophe (1:44):</u> 2x Saidisprung (re Hüfte zuerst vor drehen) Twister re (Hop und re Hüfte vordrehen) Twister li (Hop und li Hüfte vordrehen) Hop gerade
34 35	1, 2 – 3,4 5,6 – 7,8	4 Schritte auf flachen Füßen geradeaus und dabei 2 flache Hüftachten rückwärts. Pro Schritt eine Hälfte der 8. 2 Zeiten Pro Schritt (Arme in Seithalte)
36, 37	1 - 8	Wiederholung Takte 32 und 33 Saidisprunge und Twister
38, 39	1 - 8	4 Schritte rückwärts mit Kamel (Körperwelle von oben nach unten) 2 Zeiten pro Schritt (Arme unten- Hände umrahmen das Becken, oder sogar etwas hinter dem Körper)
40 41	1 2 3 4 5 - 8	<u>Instrumentalvariation (1:59):</u> 2 x „Wischer“ re und li (Arme in Seithalte): Re Fuß kreuzt vor li Li Fuß Schritt zur Seite Re Fuß kreuzt rück Hop auf re und li Bein vorgekreuzte Attitude (re Hand an den Kopf „Selam“) Wiederholung dieser Kreuzschritt li begonnen (am Ende li Hand an den Kopf)
42 43	1 2 3 4 5 6 7 8	8 normale Kreuzschritte re begonnen nach li (Unterarme aufgestellt – Ellenbegon ca 90° - Hände oben und paralell hin und her schieben): Re vor (Hände re – Blick leicht li) Li seit (Hände li – Blick leicht re) Re rück (Hände re – Blick leicht li) Li seit (Hände li – Blick leicht re) Re vor (Hände re – Blick leicht li) Li seit (Hände li – Blick leicht re) Re rück (Hände re – Blick leicht li) Li ran (Arme in Seithalte)
44 - 47	16 Zeiten	Wiederholung Takte 40 bis 43 mit li (Wischer li und re – Kreuzschritte mit li begonnen nach re)
48 49	1 – 4 5 - 8	<u>Trommelzwischenspiel (2:14):</u> 4 Zeiten Shimmie auf Zehenspitzen re Fuß vor dem li 4 Zeiten Shimmie auf Zehenspitzen li Fuß vor dem re (Hände umrahmen das Becken)
50	1 - 4	Hop Shimmie (nach dem Hop landen die Füße etwas schmaler als Hüftbreit parallel)

51	5, 6 7, 8	Gewicht nach re verlagern dabei Beine beugen und wieder Strecken mit Schultertwist Gewicht nach li verlagern dabei Beine beugen und wieder Strecken mit Schultertwist (Arme in Seithalte)
52 - 59	2 x 16	<u>Refrain (2:22):</u> Wiederholung Takte 4 bis 11 (Seit kick – Seit Kick – Drehung Kick re und li, Arabische Grundschrte mit Schultertwist)
60 61	1,2 – 3,4 5,6 – 7,8	<u>Saidi-Variation (2:37):</u> 2 x Saidisprung (re Hüfte zuerst vor gedreht) am Ende des 2. Sprunges aber Becken geradeaus drehen 1 arabischer Grundschrift li begonnen und dabei 1 großen orientalischen Hüftkreis li herum (kreis ist optional) (Arme in Hochhalte und weich li und re rudern -> sagitaler Pendelschwung)
62 63	1,2 – 3,4 5 bis 8	2 x Saidisprung (re Hüfte zuerst vor gedreht) am Ende des 2. Sprunges aber Becken geradeaus drehen Li Bein zur Seite öffnen (ca Hüftbreit parallel) und 1 großer, orientalischer Hüftkreis li herum
64 - 67	2 x 8 Zeiten	Takte 60 bis 63 nochmal wiederholen
68, 69 70. 71	1 – 8 1 - 8	<u>Tempo (2:52):</u> 8 x Twist nach re (8 Kreuzschritte re begonnen immer hinter gekreuzt mit twistender Hüfte)-Dabei re Arm in Seithalte, li oben und Handfläche nach außen gedreht - Blick in Bewegungsrichtung Re herum, auf halber Spitze, um die eigene Achse drehen mit 16x Hüftpendel (aus den Knien gekippt) re und li (Arme zu Beginn absenken um sie dann auf 4 Zeiten gestreckt über die Seite an zu heben – Handrücken nach oben und dann dicht am Körper wieder auf 4 Zeiten absenken – Handflächen nach innen bzw. leicht nach unten gedreht)
72, 73 74, 75	1 – 8 1 - 8	Takte 68 – 71 mit li begonnen nach li wiederholen 8 x Twist li Um li drehen mit 16 x Hüftpendel li begonnen
76, 77	1 – 7 8	<u>Wiederholung des Tempo-Themas:</u> 7 x Twist re herum im kleinen Bogen/ bzw. um die eigene Achse (re Arm Seithalte, li oben) Gewicht auf re verlagern
78	1 2 3 4	Drehung li begonnen mit 3 Schritten Li (Arme in Seithalte) Re (Arme vorne schließen – gerundet) Li (Arme wieder in Seithalte öffnen) Re Fuß seitwärts aufstellen mit Hiplift
79	5 6 7 8	Drehung re begonnen mit 3 Schritten Re (Arme in Seithalte) Li (Arme vorne schließen – gerundet) Re (Arme wieder in Seithalte öffnen) Li Fuß seitwärts aufstellen mit Hiplift
80 - 83	2 x 8 Zeiten	Takte 76 bis 79 noch mal mit li begonnen, li herum wiederholen Twist um eigene Achse und Drehungen re und li

84	1 2 3 4	<u>Saidi-Variation II (3:21):</u> Re Fuß kreuzt flach aufgesetzt vor Li Fuß Schritt zur Seite Re Fuß schritt rück Hop auf re und dabei li Bein Attitude vor (Arme dabei in Seithalte, alles leicht gehopst)
85	5,6 7,8	Li Fuß gegreuzt vorne auf Ballen aufstellen und 2 einseitig isolierte Hüftkreise li rück (Hände umrahmen dabei das Becken)
86, 87	1 x 8	Takte 84 und 85 nochmals mit li begonnen wiederholen
88	1 2 3,4	Laufen vorwärts mit Souhair Zaki (schnell – schnell – langsam): Re Li Re
89	5 6 7,8	Li Re li Laufen mit Souhair Zaki rückwärts:
90	1 2 3,4	Re Li Re
91	5 6 7,8	Li Re li
92	1 – 4	<u>Akkordeonsolo:</u> Hüfte holt nach li aus, re Bein zur Seite aufstellen und großer Orientalischer Hüftkreis re herum, am Ende des Kreises re Bein wieder heran ziehen (Arme in Seithalte und vorn kreuzen wenn Becken hinten)
93	5,6 7,8	Gehobene Hüft-8 von hinten nach vorne (Hände umrahmen Hüfte) Li Hüftseite Re Hüftseite
94	1, 2 3, 4	4x Mayahüfte (Hände umrahmen die Hüfte) Re Hüftseite ab Li Hüftseite ab
95	5, 6 7, 8	Re Hüftseite ab Li Hüftseite ab
96	1, 2 3, 4	Kobra – 8 (Brustkorb-8) (langsam, langsam-schnell, schnell-langs)
97	5, 6 7, 8	Li Re Li re Li
98	1, 2 3, 4	Re Li
99	5, 6 7, 8	Re, li Re (Arme die ganze Zeit weich in Seithalte)
100 - 103	2 x 8 Zeiten	<u>Trommelzwischenspiel (3:53):</u> Wiederholung Takte 48 bis 51: Shimmie auf Zehenspitzen re und li Fuß vor, Hop Shimmie und Gewichtverlagern re und li mit Schultertwist
105 - 112	4 x 8 Zeiten	<u>Refrain (4:01):</u> Wiederholung Takte 4 bis 11 (Seit kick – Seit Kick – Drehung

		Kick re und li, Arabische Grundschr�tte mit Schultertwist)
113	1, 2	Finale I (4:16): Große Arabeske auf re (re Arm oben – li zur Seite)
	3, 4	Li wiegt vor (vor gekreuzt)
114	5 - 8	2 Drehungen mit 4 Schritten li um die eigene Achse (re Arm oben, li zur Seite)
115	1, 2	Kleine Arabeske auf li, auf flachem Fuß mit halber Drehung li nach hinten (Arme gehen weich in der Seite mit)
	3, 4	2 Schritte re und li
116	5, 6	Kleine Arabeske re auf flachem Fuß mit halber Drehung re nach vorne
	7, 8	2 Schritte li und re
117 - 120	2 x 8 Zeiten	Wiederholung Takte 113 bis 116 mit li begonnen, alles mit der anderen Seite (große Arabeske, 2 Drehungen um re, kleine Arabeske re und li)
121 - 128	4 x 8 Zeiten	Wiederholung Takte 115 bis 116 (Arabesken re und li)
129	1+2 – 3+4 –	Finale II: (Raumweg Kreisbahn im Uhrzeigersinn)
130	5+6	3 Wechselschritte re, li, re (Arme weich in der Seite)
	7, 8	2 Schritte li, re
131	+1, 2	2 x Ausfallschritt/Ball Change: auf li - re Bein gestreckt zur Seite auftippen (re Arm vor – li oben)
	+3	Auf re – li Bein gestreckt zur Seite auftippen (li Arm vor – re zur Seite)
132	4	Abschlusspose: Re Fuß heran ziehen und auf dem Ballen aufstellen (Arme dicht an den Körper heran ziehen/ vor dem Bauch kreuzen
	5	Arme gleichzeitig aus dem Ellenbogengelenk heraus nach oben $\frac{3}{4}$ -hoch strecken (V-Arme – Handflächen nach unten)
	...	