

## Choreographie von Aliya © zu „Tammenny“ vom gleichnamigen Album von Hakim 3:38

**Erläuterung zur Schreibweise: 1 Takt beinhaltet 4 Zählzeiten.**

**Wenn wir bis 8 zählen sind das 2 Takte.**

**Re = rechts, li = links, OK = Oberkörper**

Vorspiel bis 0:11, 1 - 8

<b>Takt:</b>	<b>Zählzeit:</b>	<b>Bewegungsbeschreibung:</b>
3, 4	1,2 u. 3,4 u 5 - 6-7 (8 Pause)	<b>Intro:</b> Auf Handypiepen: Schultertwist: re li, re Brust hoch und runter
5, 6	1,2 u. 3,4 ...-8	4 Trampolinschritte vor
7, 8	1 – 6 7 u. 8	6 x Twist zur Seite im Grossen Halbkreis über rechts nach hinten. Halbe Drehung über re nach vorn, Arme beschreiben einen Halbkreis von re über unten nach li oben und OK macht einen Halbkreis – Schwung über unten, re Fuß aufgestellt, Körperausrichtung in li Diagonale
9 10	1, 2, 3, 4 5, 6, 7, 8	<b>Strophe 1:</b> 2x Arabischer Grundschrift, leicht gehüpft, mit großem Hüftkreis im Uhrzeigersinn.und dabei li herum nach hinten drehen.
11	1- 4	1 Pivitturn + Kehrkreis und dabei um li wieder nach vorne drehen. (Position mit li Fuß vorne aufgestellt , Körperausrichtung in re Diagonale)
12	5, 6 7, 8	Hiplift li Hip Drop links mit frecher Kniebeuge im Standbein
13 - 16	2x 8	Wiederholung <u>Strophe 1</u> , Takte : Wald u. Wiese, Pivit, Lift-Drop alles mit li begonnen
17, 18	1 - 8	3. Wiederholung der Strophe: 8x schnelle Kreuzschritte, abwechselnd vor und rück gekreuzt nach li. Rechts kreuzt zuerst vor.
19	1, 4	Großer, flacher Hüftkreis re herum (Hände kreuzen vor dem Zentrum , wenn das Becken hinten ist)
20	5 Pause 6 7 + 8 + 1	Re Bein dicht ans li ziehen und re Arm akzentuiert nach oben (Handfläche nach außen drehen) Frontaler Armkreis über li nach unten, wieder re in Seithalte und dabei re Fuß seitlich nach außen stellen und re Hüfte akzentuiert zur Seite schieben und gleichzeitig Blick akzentuiert nach re
21, 22	2  3 4, 5, 6  7 + 8 +	(2x Cross over) Re Fuß an li heranstellen (mit jazzig aufgestellter Fußspitze) Hüfte re nach vorn gedreht. Li Fuß anstellen (dabei Arme über dem Kopf re und li) 3 x isolierter Hüftkreis li Hüfte rück. Arme dabei dicht am Körper entlang senken (Handflächen nach unten) 4 geschmeidige Schulterkreise li begonnen, dabei weich in die Knie gehen 8schmelzen)
23, 24	1,2 u. 3,4 u. 5, 6  7, 8	<b>Variation 1</b> (bei 033): 3x Tango (li, re, li) (z.B. re Fuß Schritt nach li, nur die Hüfte links drehen , OK bleibt geradeaus, li anstellen und dabei Hüfte wieder re drehen) re Fuß kreuzt vor, li Fuß Tip zur Seite mit Hiplift (Preparation zur

		Drehung)
25, 26	1, 2 3,4 u. 5, 6 7, 8	Pencilturn um li (Drehung auf dem li , flachen Fuß , re dicht daneben flach gehalten , nur ganz leicht vom Boden abgehoben) 2 Wechselschritte re und li rück Bodywave, dabei Arme schnell 8auf eine Zählzeit) vor dem Körper kreuzen, nach oben eindrehen und über die Seite wieder öffnen und ganz runter senken.
27, 28	1,2 3,4 5, 6 7 + 8 + 1	0:43: Shimmie mit Hüfte 6 x Hüfte schieben, re und li (Arme dabei gestreckt seitlich hochführen Hinter dem Kopf kreuzen Mit geflexten Händen zur Seite nach außen schieben – wie Madonna Vogue) Präziser Schultertwist: re , li, re, li ...dabei Kopf leicht absenken Kopf akzentuiert, leicht in den Nacken werfen (arrogant)
29 - 32		<b><u>Strophe 1 – Variation</u></b> (0:47) Arabischer Grundschrift und Pivit wie Takte 9 - 12
33, 33 34 35	1 – 8 1, 2 3, 4 5, 6, 7, 8	2x Arabischer Grundschrift mit li, leicht gehüpft mit grossem Hüftkreis li herum, aber ohne Drehung li Fuß nach li setzen mit akzentuiertem Hüftschieben Fuß wieder heran ziehen 4x Maya li begonnen , dabei weich in die Knie gehen (schmelzen)
36 37	1, 2 +3, 4 5, 6, 7, 8	<b><u>Instrumentalzwischenpiel (0:58)</u></b> Hip Drop re, 1x einfach und kick 1x doppelt und kick 4 x Drop mit isoliertem Hüftkreis re rück (Arme dabei: re zur Seite, li oben)
38 39	1, 2 u. 3, 4 5, 6 u. 7, 8	Hagalla zur Seite mit re nach re (Arme: re unten Hüfte umrahmen, li oben) Doppelhüftkick re und li (Hüfte seitlich kippen, Akzent aus den Knien) (Dabei Kreisarme: Frontale Ebene, re Arm seitlich hoch und über li wieder herunter, während der re nach oben kommt)
40 41	1, 2 3, 4 5, 6 7, 8	<b><u>Akzente</u></b> (1:08): Beine weit auseinander stellen (größer als Hüftbreit) Becken weit nach re Schieben (li Hand seitlich an Kopf, re Arm zur Seite) Gesäß weit nach hinten (rücken lang) –(Hände vor Brust/Bauch gekreuzt) Becken weit nach li (re Arm über Bauch legen – li Hand seitlich an Kopf) Becken zurück nach re (Beide Arme zur Seite strecken, Hände flexen (aufgestellt – Handflächen nach außen) Bei jeder Pose werden die Fersen akzentuiert abgesetzt.
42	1 2 3 4	Re kreuzt vor li Li Tip zur Seite mit Hiplift Li kreuzt vor re Re Tip zur Seite mit Hiplift
43	5, 6, 7 Pause auf 8	3x Hagalla nach vorne , re , li re
44	1- 4	<b><u>Softe Strophe (1:18)</u></b> : Arabischer Grundschrift li, mit twistender Hüfte (vor, rück, vor, rück)

45 46, 47	5 - 8 1,2 u. 3,4-5,6 7 + 8	Cha Cha cha, li Gehobene Hüft-8 re, li, re Gewichtverlagerung über unten, von li nach re mit 3x Schultertwist re, li, re
48 , 49	1, 2 u. 3, 4 u. 5, 6 u. 7, 8	4 x Hagalla am Platz li begonnen (Arme rechtwinklig nach oben aufgestellt, unterarme wechselseitig nach li und re)
50, 51	1 - 8	Eine Drehung um li mit großem, flachem Hüftkreis li – Schritt li zur Seite, re fuß kreuzt rüber und dann auf beiden Füßen wieder nach vorne drehen. Oberkörper geht dabei Tief und am Ende akzentuiert mit Haare werfen wieder hoch
52 - 59		Wiederholung Takte 44 – 51 alles mit re begonnen (Arabischer Grundschrift, Cha-cha-cha, Hagalla u. Drehung mit Hüftkreis re) Aber danach auf 2 Aktzente Hüftkicks re und li mit eingestützten Händen.
60 61	1, 2 + 3, 4 5 u.6u.7 8	<b><u>Gr. Masmoudi: (1:38)</u></b> <i>Körperausrichtung in li Diagonale, re Fuß vorne aufgestellt:</i> Hip Drop li einmal und Fußkick 2x drop und Fußkick 1 isolierter, einseitiger Hüftkreis re rück plus 5 schnelle Drops Schritt re zur Seite
62 63	1, 2 + 3, 4 5, 6 7 8	<i>Körperausrichtung in li Diagonale, li Fuß vorne aufstellen:</i> 1 Hipdrop mit anschließendem Fußkick 2x Drop und Fußkick 2 x Hiplift Hüfte wieder tief mit extrem Kniebeugen (frech Po-betont) 1x Hiplift
64 65	1, 2 + 3, 4 5, 6 7, 8	1 Drehung im Uhrzeigersinn um die eigene Achse und dabei li Drop – Kick Drop – Drop – Kick Drop – Kick Drop – Gewicht auf li Fuß und Hüfte nach li schieben
66	1 - 4	<b><u>Bridge:</u></b> Grosser, orientalischer Hüftkreis re herum Ok tief und wieder hoch
67 - 73		<b><u>Wiederholung Strophe 1 – Variation:(1:56)</u></b> Takte 29 bis 35 Arabischer Grundschrift, Pivit etc. bis zu dem Mayas
74	1 2 3 4	<b><u>Instrumentalvariation:</u></b> Wiegenschritt auf Zehenspitzen re mit seidl. Oberkörperwelle (Brustkorb-Maya), dann vor gekreuzter Schritt, Wiegenschritt li mit seitlicher Oberkörperwelle (Brustkorb-Maya) (entgegen gesetzte Hand klopft mit dem Handballen pantomimisch seitlich gegen die Stirn – zweiter Arm in Seithalte)
75	5 - 8	4 Schritte geradeaus mit Bodywave (das Bein, welches den Schritt macht sehr gut gestreckt) – (Hände umrahmen das Becken)
76	1 - 4	Wiegenschritt auf Zehenspitzen re mit seidl. Oberkörperwelle (Brustkorb-Maya) – (Arme bleiben diesmal weich in Seithalte) Wiegenschritt li mit seidl. Oberkörperwelle (Brustkorb-Maya)
77	5 u. 6 7 u. 8	2 Wechselschritte mit Kamel re und li, Fuß kreuzt dabei immer hinter – Körperausrichtung erst re diagonal, dann li diagonal

		(Handflächen beide seitlich an der Stirn)
78 - 80		<b><u>Akzente: (2:16)</u></b> Wiederholung Takte 40 bis 43 : 4 Hüftakzente, Kreuz und Tip vorwärts und 3 x Hagalla vor
81 - 96		<b><u>Softe Strophe: (2:26)</u></b> Wiederholung Takte 44 u. 59: Arabischer Grundschrift Cha cha cha mit Twist. Hagalla, Schultertwist etc.
97 - 102		<b><u>Gr. Masmoudi: (2:47)</u></b> Wiederholung Takte 60 bis 65
103 - 200		<b><u>Wiederholung Strophe 1 – Variation:(3:04)</u></b> Takte 29 bis 35 Arabischer Grundschrift, Pivit etc. bis zu dem Mayas
201 - 204		<b><u>Variation 1:</u></b> Wiederholung Takte 23 bis 26 (3x Tango, Pencilturn, Bodywave)
205	1 - 4	<b><u>Finale:</u></b> Shushu (Trippelschimmie auf Zehenspitzen) Grosse Hüftacht re und li
206	5 - 8	Shushu mit Drehung re um eigene Achse , die re Hüftseite dabei nach außen geschoben, OK weicht etwas entgegengesetzt aus. (Blick Richtung Hüfte – Handflächen ri Boden, Fingerspitzen einwärts zueinander gedreht, Ellenbogen außen, als Rahmen um re Hüftseite.
207	1, 2	3:29: 1 Drehung mit 2 Schritten re begonnen, seitwärts nach re
	3, 4	Großer, orientalischer Hüftkreis re
	Musik wird langsamer ...	Ok auf musikalischen Akzent nach unten über das rechte Bein fallen lassen
		Auf Handygeräusche den Ok frech, seitlich mit langsamen, rhythmischen Schultertwist wieder aufrichten.
		<b><u>Schlußpose:</u></b> Auf 2 Akzente Arme re li nacheinander in V-Halte strecken (3/4 oben), aus dem Ellenbogengelenk heraus aus Körperzentrum heraus strecken. Bei Bedarf Haare dabei nach hinten werfen.