

Perfekte Welle

Bewegung wird in drei Stufen gesteigert: Beginn immer nach RECHTS

1. FÜSSE

Rechts Plié, rechtes Bein gebeugt, links durchgestreckt, Ferse geht mit

a. für alle ab Takt 39 **F** auf: (das ist die perfekte) „Welle“ bis Takt 46 (mehr als du sagst) „da da“ STOP (vor „Du stellst..“)

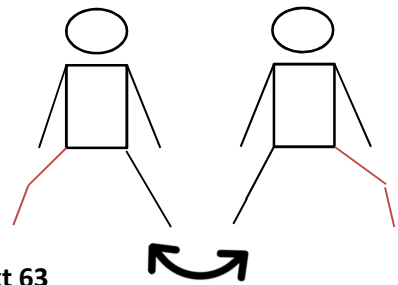
b. für Bass ab Takt 56 **H** Du du du dun

für Tenor ab Takt 58 Du du du dun

für Alt ab Takt 60 Du du du dun

für Sopran ab Takt 62 „Welle“

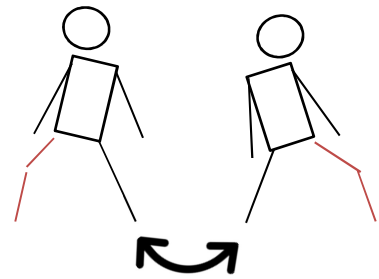
für alle bis Takt 63
vor Aha



2. RÜCKEN.

Oberkörper geht mit: Schultern und Rücken nehmen Bewegung der Beine auf.

für Sopran ab Takt 71 **I** auf „Welle“ fortlaufend

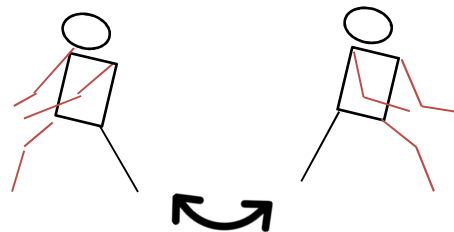


3. ARME greifen Bewegung auf: Halbkreisbewegung auf Taillenhöhe rechts auf Taillenhöhe links. Fäuste halb geschlossen (im Zweifelsfall Martin fragen!)

für Sopran ab Takt 80 **K** auf „Welle“

für alle anderen auf Takt 81 (für Alt auf „Tag“)

bis Takt 86 mehr als du sa- STOP auf gst



4. „Ich bin hier“: Arme ausgestreckt nach unten Handfläche offen nach vorne

5. „Ich bin frei“: Arme V-förmig in die Höhe gestreckt Handflächen zeigen offen zueinander

6. Am Ende auf „Tag“ im Takt 88: ausgestreckte Arme nach unten re und links mit etwas Abstand vom Körper, Handflächen offen nach vorne, etwas anheben