

Fitnessbild TUS 2022

King Julien- I like to move it
(Madagascar Version with Lyrics)

Dauer: 3:55

16 Zz	Move it – 1x	Drums
16 Zz	Instrumental mit Rhythmus	Drums
16 Zz	Sprech	Drums
16 Zz		
16 Zz	Woman	Jump
16 Zz	Physically	
16 Zz	Nice/sweet	
16 Zz		
16 Zz	Move it – 2x	Jump
16 Zz		
16 Zz	instrumental	Jump
16 Zz	Text	Step
16 Zz		
16 Zz	Text	Step
16 Zz		
16 Zz	Ho ho (instrumental)	Step
16 Zz	Move it – 1.x	alle
16 Zz		
16 Zz	Sprech	alle
16 Zz		
16 Zz	Sprech (move it)	alle
16 Zz		
16 Zz	Sprech (move it)	alle
8 o.16 Zz		
16 Zz	Text	alle
16 Zz		
16 Zz	Text	alle
16 Zz		
16 Zz	Ho Ho move it	alle
8 o.16 Zz		
8 Zz	3-2-1	<i>Gemeinsames Ende???</i>

„Not bad, ey! I like it!“

Choreo Drums

16 Zz	Move it – 1x	Arme im V oben: 3x schütteln, 4x Ball 2x rechts, 2x mitte, 2x links – Pause - oben
16 Zz	Instrumental mit Rhythmus	4x Step touch (Ball – kreuz) 8 chahcha around
16 Zz 16 Zz	Sprech	2 Kreuzschläge nach rechts (mein/dein) – Rechter Ball: oben, außen, Boden, außen dto. links 4x: 3 Schläge + 1 Kreuz - ¼ Dreh. nach rechts/zurück, dto. links

7x 16 Zz	Jumping	Drehen zum Jumping
7x 16 Zz	Step	Drehen zum Step
16 Zz 16 Zz	Move it – 1.x	4x kreuz oben, 4x Ball, 2x rechts, 2x mitte, 2x links – oben - Pause 4x Step touch (Ball – kreuz) 8 chahcha around
16 Zz 16 Zz	Sprech	2 Kreuzschläge nach rechts (mein/dein) – Rechter Ball: oben, außen, Boden, außen dto. links 4x: 3 Schläge + 1 Kreuz - ¼ Dreh. nach rechts/zurück, dto. links
16 Zz 16 Zz	Sprech (move it)	4 vorne – 4 hinten, 2 vorne -2 hinten – 4x vorne+hinten Je 2 Schläge: schräg hinten rechts – eigener Ball - schräg hinten links – eigener Ball – 2x
16 Zz 8 o.16 Zz	Sprech (move it)	4x kreuz oben, 4x Ball, 2x rechts, 2x mitte, 2x links – oben - Pause 4x Step touch (Ball – kreuz) 8 chahcha around
16 Zz 16 Zz	Text	2 Kreuzschläge nach rechts (mein/dein) – Rechter Ball: oben, außen, Boden, außen dto. links 4x: 3 Schläge + 1 Kreuz - ¼ Dreh. nach rechts/zurück, dto. links
16 Zz 8 o.16 Zz	Text	4 vorne – 4 hinten, 2 vorne -2 hinten – 4x vorne+hinten Je 2 Schläge: schräg hinten rechts – eigener Ball - schräg hinten links – eigener Ball – 2x
16 Zz 8 o.16 Zz	Ho Ho move it	4x kreuz oben, 4x Ball, 2x rechts, 2x mitte, 2x links – oben - Pause 4x Step touch (Ball – kreuz) 8 chahcha around 2 Kreuzschläge nach rechts (mein/dein) – Rechter Ball: oben, außen, Boden, Zwischen den Bällen stehen, Arme im V
8 Zz	3-2-1	coole Pose – Daumen hoch