

Mistrinska (Slowakei-Ungarn)

Aufstellung: Zum Kreis durchgefasset, Blick zur Kreismitte, *V-Fassung*

Teil A:

Im Zickzack schräg zur Kreismitte:

Nach links: Links seit, rechts ran, links seit, rechts tip (Ferse)

Nach rechts: Rechts seit, links ran, rechts seit, links tip (Ferse)

Nach links: links seit, rechts tip (Ferse),

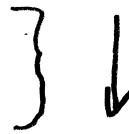
Nach rechts: rechts seit, links tip (Ferse)



Rückwärts aus dem Kreis raus:

Wechselschritt Links-rechts-links, dabei klatsch-klatsch

Rechts ranziehen+klatsch in die Hände

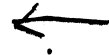


Klatschrhythmus: Klatsch-Klatsch-Pause-Klatsch

Wiederholung desselben 1x

danach

8x Rida-Schritte (rechts vor –links seit) im Kreis nach links, nach dem letzten Rida-Schritt links tip



Im Zickzack schräg zur Kreismitte und zurück wie oben beschrieben

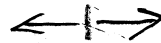
8x Rida-Schritte (rechts vor –links seit) im Kreis nach links, nach dem letzten Rida-Schritt links tip

Im Zickzack schräg zur Kreismitte und zurück wie oben beschrieben

Teil A wird komplett wiederholt

Teil B:

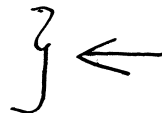
Pas de basque links, pas de basque rechts,
auf links hüpfen und rechten Fuß nach nach vorn schleudern,
auf rechts hüpfen und linken Fuß nach nach vorn schleudern,
auf links hüpfen und rechten Fuß nach nach vorn schleudern,
auf rechts hüpfen und linken Fuß nach nach vorn schleudern



an Ort, Blick zur Kreismitte

Wiederholung desselben

4 Rida-Schritte im Kreis nach links,
Sprung nach vorn auf den rechten Fuß mit Gewicht,
linken Fuß zurücksetzen mit Gewicht
Rechts vor, links seit, rechts ran



Wiederholung desselben

Mehrmalige Wiederholung Teil B bis zum Ende der Musik
