

## Ländler-Variation 1

Die Schritte für diesen Line Dance basieren auf der Grundlage des „Tennessee Waltz“, einem langsamen Walzer, der 1948 als Country Song das erste Mal eingespielt wurde. Die Schrittfolgen passen gut zu gemäßigten Tempi im 3/4-Takt (langsamer Walzer, Ländler-/Ländlermelodien oder ähnliches).

### Ausgangsstellung

Beliebig viele Tänzer\*innen auf der Tanzfläche in Reihen mit ausreichend Platz zu den Tanznachbar\*innen in der eigenen sowie zur vorderen und hinteren Reihe. Alle blicken in die gleiche Richtung.

### Schrittfolge

Tipp: Beim Dreierschritt wird auf Zählzeit 1, 3, 4 und 6 immer der ganze Fuß belastet, in Zählzeit 2 und 5 nur die Fußspitze.

#### Teil 1a

##### Dreierschritte vorwärts und rückwärts

- **Zählzeit 1:** Mit dem linken Fuß einen Schritt vorwärts.
- **Zählzeit 2:** Den rechten Fuß neben den linken Fuß setzen.
- **Zählzeit 3:** Mit dem linken Fuß einen Schritt am Platz.
- **Zählzeit 4:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt rückwärts.
- **Zählzeit 5:** Den linken Fuß neben den rechten Fuß setzen.
- **Zählzeit 6:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt am Platz.

#### Teil 1b

##### Dreierschritte gekreuzt seitwärts nach rechts und links

- **Zählzeit 1:** Den linken Fuß über den rechten Fuß kreuzen und dabei leicht nach rechts drehen.
- **Zählzeit 2:** Mit dem rechten Fuß einen Seitschritt nach rechts.
- **Zählzeit 3:** Den linken Fuß neben den rechten Fuß setzen.



- **Zählzeit 4:** Den rechten Fuß über den linken Fuß kreuzen und dabei leicht nach links drehen.
- **Zählzeit 5:** Mit dem linken Fuß einen Seitschritt nach links.
- **Zählzeit 6:** Den rechten Fuß neben den linken Fuß setzen.

## **Teil 2a**

### Dreierschritte vorwärts und rückwärts

- **Zählzeit 1-6:** Vergleiche Zählzeit 1-6 Teil 1a.

## **Teil 2b**

### Dreierschritte mit Vierteldrehung nach links und zurück

- **Zählzeit 1:** Mit dem linken Fuß eine Vierteldrehung nach links (gegen Uhrzeigersinn) drehen.
- **Zählzeit 2:** Den rechten Fuß neben den linken Fuß setzen.
- **Zählzeit 3:** Mit dem linken Fuß einen Schritt am Platz.
- **Zählzeit 4:** Mit dem rechten Fuß eine Vierteldrehung nach rechts (im Uhrzeigersinn) zurück in die Ausgangsstellung drehen.
- **Zählzeit 5:** Den linken Fuß neben den rechten Fuß setzen.
- **Zählzeit 6:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt am Platz.

## **Teil 3a**

### Dreierschritte vorwärts und rückwärts

- **Zählzeit 1-6:** Vergleiche Zählzeit 1-6 Teil 1a.

## **Teil 3b**

### Dreierschritte rückwärts und vorwärts

- **Zählzeit 1:** Mit dem linken Fuß einen Schritt rückwärts.
- **Zählzeit 2:** Den rechten Fuß neben den linken Fuß setzen.
- **Zählzeit 3:** Mit dem linken Fuß einen Schritt am Platz.
- **Zählzeit 4:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt vorwärts.
- **Zählzeit 5:** Den linken Fuß neben den rechten Fuß setzen.
- **Zählzeit 6:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt am Platz.



## **Teil 4a**

### Dreierschritte vorwärts und rückwärts

- **Zählzeit 1-6:** Vergleiche Zählzeit 1-6 Teil 1a.

## **Teil 4b**

### Dreierschritte gekreuzt vorwärts mit Vierteldrehung nach links

- **Zählzeit 1:** Mit dem linken Fuß einen Schritt vorwärts.
- **Zählzeit 2:** Den rechten Fuß hinter den linken Fuß kreuzen.
- **Zählzeit 3:** Mit dem linken Fuß noch einmal einen Schritt vorwärts.
- **Zählzeit 4:** Mit dem rechten Fuß einen Schritt vorwärts.
- **Zählzeit 5:** Mit dem linken Fuß eine Vierteldrehung nach links drehen.
- **Zählzeit 6:** Den rechten Fuß neben den linken Fuß setzen.

**Es geht mit neuer Blickrichtung (Vierteldrehung nach links zur Ausgangsstellung) von vorne los.**

(erstellt von Magnus Kaindl, April 2022)