

# Jiffy Mixer

1.51 min

Aufstellung: Paarweise mit Butterfly-Fassung (=Gesicht zur Partner, Arme in Schulterhöhe, Hände mit aneinandergelegten Handflächen gefaßt) auf der Kreisbahn.

Ausführung:

4 Takte Vorspiel, dann

- Takt 1 Mädchen im Innenkreis linke Ferse zur Seite aufsetzen, Mädchen im Außenkreis rechte Ferse zur Seite aufsetzen. Dann diesen Fuß unbelastet mit der Spitze an das Standbein heranstellen.
- Takt 2 wie Takt 1
- Takt 3-4 Zwei seitliche Nachstellschritte in Tanzrichtung. Beim zweiten Nachstellschritt Fuß nicht belasten.
- Takt 5-8 Sinngemäß wie 1-4, nur in entgegengesetzter Tanzrichtung.
- Takt 9-12 Fassung lösen. 4 x mit geschlossenen Beinen nach rückwärts springen und dabei klatschen.
- Takt 13-16 4 langsame Gehschritte schräg rechts vorwärts zur nächsten Partnerin.

Mit der neuen Partnerin wieder Butterfly-Fassung und von 1 an neu beginnen.

DER JIFFY MIXER KANN AUCH IN DER SCHLANGE  
GETANZT WERDEN.