

Tanzschritte

vom Führenden/Herrn (H) aus gesehen, ggs. D = Dame; TR = Tanzrichtung

Boogie Woogie

<kommt noch, oder auch nicht>

Cha Cha Cha

drei Alemanas

voraus geht z.B. ein Damensolo, dann beim „vor - Platz“ Handwechsel

...

rück - Platz	Dame: rechts - rum
Schritt - kreuz - Schritt	entspr. cha - cha - cha
lauf - lauf	Dame: links - rum
Schritt - kreuz - Schritt	
rück - Platz	Dame: rechts - rum

...

anschließend Grundschrift oder Türkisches Handtuch

cuban break

rück - Platz	dabei Damensolo (Drehung)
cha - cha - cha	Händchen fassen
Schritt - kreuz - Schritt	drei mal, rhythmisch wie cha - cha - cha, alles seitlich
seit - rum	Außendrehung linksrum (entspr. rück - Platz)

cuban break mit Variation

wie zuvor, statt des dritten „Schritt - kreuz - Schritt“ wird eine weitere Figur eingefügt

rück - Platz	dabei Damensolo (Drehung)
cha - cha - cha	Händchen fassen
Schritt - kreuz - Schritt	zwei mal, rhythmisch wie cha - cha - cha, alles seitlich
cha - cha	links - rechts nach rechts
cha - cha	links - rechts nach links
cha - cha	links - rechts nach rechts
cha	links nach links
seit - rum	Außendrehung linksrum (entspr. rück - Platz)

<hin&her>

Hockey Stick komplett	
vor - 180°-Drehung - vor	statt Wiege (vor-rück)
cha - cha - cha	vor - kreuz - vor Dame hinterher
vor - 180°-Drehung - vor	
cha - cha - cha	vor - kreuz - vor Dame vorweg
vor - rück	Wiege, wie gehabt, dabei Dame wieder einfangen

swivel and break

einleitend Lasso, nach Cuca Racca:

cha-cha-cha Dre-hung cha-cha-cha Dre-hung cha-cha-cha Dre-hung (links rum)

Aida

... rückwärts

Cuca Racca rück ran vor rück vor cha cha cha
cha cha cha Dame dreht

Foxtrott

Grundrhythmus: lang - lang - kurz - kurz (Grundschrift, Rechtsdrehung)
erster Schritt vorwärts mit links

Grundschrift

vor - vor - seit - ran - rück - rück - seit - ran - vor ...

gerader Grundschrift

vor - vor - seit - ran - vor - vor - seit - ran - vor ...
fortschreitend, immer geradeaus, Dame auch vorwärts, Promenadenhaltung

Rechtsdrehung

vor - vor - seit - ran dabei schon eindrehen
Schritt - Schritt - seit - ran weiter drehen
rück - rück - seit - ran
vor - vor - seit - ran

Linksdrehung

vor - vor - seit - ran
rück - rück - seit - ran dabei eindrehen
vor - seit - ran - rück - rück - seit dabei weiterdrehen
lang - kurz - kurz - lang - kurz - kurz
vor - vor - seit - ran

Jive

Tact Turn (?)

rück - platz - Wechsel-schritt - **Schritt - Schritt** - Wechsel-schritt - rück - platz ->
-> 2x Wechselschritt, Dame dreht sich heftig auf dem 2. W. (beim 1. W. schon leicht angedreht)

Walks

Rhyth.: 1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Schritt: 1		2		3		4		1	2	3	4

1 und 3 gegenüber, 2 und 4 nach vorne, Drehen auf den (belasteten) Ballen

Spin Turn

rück - platz
Wechsel-schritt auf -schritt gegenseitig wegdrücken, Herr/Dame linke/rechte Hand
Wechsel-schritt Drehung, entweder eine(r) oder beide

Seitenwickler

Damensolo beide Hände festhalten, auch bei den folgenden Figuren
rück - platz linke Hand des Herrn und rechte Hand der Dame bilden ein Fenster
1 - 2 - 3 - 4 Dame wechselt sich drehend zur rechten Seite
rück - platz
1 - 2 - 3 - 4 Dame wechselt sich drehend zur linken Seite
rück - platz

1 - 2 - 3 - 4

Herr läßt rechte Hand los,
Dame wechselt sich zweimal drehend nach gegenüber (Grundhaltung)

Kick Ball Change

statt rück - platz

langsamer Walzer

Impetus

anschließend z.B. Chassee oder Flechte

rückwärtiger Kreuzschritt (turned lock)

vorausgehend Grundschrift, Rechtsdrehung (drei Schritte bzw. halber Kreisel, dabei weiter rumdrehen als sonst, Herr mit dem Rücken schräg links zur Tanzrichtung)

<u>1</u>	<u>±</u>	<u>2</u>	<u>3</u>
rechts	links	rechts	links
rück	kreuz	rück	seit (wieder in Tanzrichtung)

anschließend irgendwas, außenseitlich

überdrehter rückwärtiger Kreuzschritt (overturning turned lock)

vorausgehend Grundschrift, Rechtsdrehung (drei Schritte bzw. halber Kreisel, dabei weiter rumdrehen als sonst, Herr mit dem Rücken schräg links zur Tanzrichtung)

<u>1</u>	<u>±</u>	<u>2</u>	<u>3</u>
rechts	links	rechts	links
rück	kreuz	rück	vor

dabei weiter drehen bzw. im Bogen laufen, am Schluß Promenadenhaltung (wie Impetus)

anschließend z.B. Chassee oder Flechte

gekurvter Federschrift

vorausgehend Impetus bis zur Promenadenhaltung

	rechts	links	rechts	
	vor	vor (90° rechts)	vor (90° rechts)	
Dame:	vor	seit	rück	=> ca. 135° zur Tanzrichtung

links	rechts	links
rück	rück	seit

anschließend irgendwas, außenseitlich

cross hesitation

vorausgehend Impetus bis zur Promenadenhaltung

rechts	(links)	(rechts)	auf 1 leicht rechts drehen, der Dame zuwenden
vor	Pause	Pause	

links	rechts	links	auf 3 leicht hinten gekreuzt
rück	rück	rück	sog. Rückwärtswischer

anschließend z.B. Chassee oder Flechte

Telemark

vorausgehend Kreisel (komplett, sechs Schritte), schräg links zur Tanzrichtung

Schritt:	1	2	3
Herr:	links vor	rechts rum (linksrund drehen)	links vor
Dame:	rechts rück	links ran	rechts vor (leicht links drehen)

Ergebnis: Promenadenhaltung schräg rechts zur Tanzrichtung

anschließend z.B. Chassee oder Flechte oder cross hesitation mit Chassee oder Flechte

Flugschritt

vorausgehend Wischer oder Impetus bis zur Promenade oder Telemark

H:	vor	Pause	Pause	rechts - nichts - nichts => weiter mit links
D:	Schritt	Schritt	Schritt	um den Herrn herum => Fußspitzen zurück, Nasenspitze vor

anschließend Linksdrehung oder auch Chassee:

vor - Chas-see - schritt dabei weiter links drehen, Dame anfangs rückwärts

rück - rück - seit außenseitlich, weiterdrehen bis zur Tanzrichtung, danach weiter außenseitlich

Zögerwechsel

Grundschrift (halbe Rechtsdrehung), danach Rücken zur TR

l	r	-	Hüften voreinander, Blicke zurück (gerade!)
rück	rück	stehen bleiben	

l	r	l	r	l	r	weiter mit Übergang
vor (schräg zur Mitte)	seit	ran	rück	seit	ran	

Linkskreisel

vorausgehend z.B. Grundschrift und unterdrehter Rechtskreisel
=> in TR, höchstens leicht links eingedreht, H weiter mit links

H:	vor	vor/Drehung linksrund auf dem rechten Fußballen
	l	r, l ran, rum (360°)

=> D&H wieder gegenüber, Grundhaltung, leicht rechts zur TR, H weiter mit links, z.B. Übergang ...

Kombifigur

Rechtskreisel - Telemark - gekurvter "Federschrift" - Impetus - Chassee

Quickstep

Tippel-Chassee

vor	seit	ran 1)	rück 2)	seit	ran	seit	seit	kreuz	seit
lang	kurz	kurz	lang	kurz	kurz	lang	kurz	kurz	lang
			Tip-	pel-	schrift				

1) Herr rückwärts zur Tanzrichtung

2) rückwärts, nur mental (höchstens mit den Schultern) schon leicht eindrehen
 Tip-pel-schritt = Chas-see-schritt - ziemlich weit rum, Drehung fast auf dem Platz, Herr steht am Ende rechts zur Tanzrichtung

erweitertes Toppel-Chassee

vor	seit	ran	seit	gekurvter Grundschrift					
lang	kurz	kurz	lang		-> Herr steht mit dem Rücken leicht rechts zur Tanzrichtung				
r	l	r	l						
rück	kreuz	rück	rück	seit	ran	seit	seit	kreuz	seit
lang	kurz	kurz	lang	kurz	kurz	lang	kurz	kurz	lang
r	l	r	l	Tip-	pel-	schrift			

Endlauf

vor		rum		rück		rück		rum		vor
lang		kurz		kurz		lang		kurz		kurz
r										

immer außen vorbei, nie schließen, erster Schritt mit Schwung!

gelaufene Linksdrehung

vorweg, Variante 1:
 Grundschrift, Kreisel komplett, nicht ganz so weit rum, am Ende schräg links zur Tanzrichtung, Dame rückwärts

oder auch, Variante 2:
 Grundschrift, rück - seit - ran - seit (links drehen, am Ende schräg links zur Tanzrichtung, s.o.)

vor	vor	außenseitlich, Richtung bleibt
lang	lang	
r	l	

rück/seit	rück/kreuz	außenseitlich, rückwärts links drehen
kurz	kurz	
r	l	

danach: <rück - seit - ran - seit> entspr. <lang - kurz - kurz - lang> ganz wie gehabt, dabei wieder zur Tanzrichtung drehen

Chassee rechts (Linksdrehung)

voraus Grundschrift: vor - seit - ran - seit - rück 1) - seit - ran
 1) nach links eindrehen, fast rückwärts laufen, letztlich in Tanzrichtung

vor	seit	ran	seit	lauf	lauf	seit	ran	seit
lang	kurz	kurz	lang	lang	lang	kurz	kurz	lang
l	r	l	r	l	r	l	r	l
	Chas - see -		schritt					

vor: geradeaus, Chassee-schritt: seitlich nach rechts, lauf lauf: rückwärts, danach weiter rückwärts links drehen, schließlich wieder in Ausgangsstellung

Impetus

vor	seit	ran 1)	Im -	pe -	tus	1) rückwärts zur Tanzrichtung
lang	kurz	kurz	lang	lang	lang	

alternativ		Im -	pe -	tus
		lang	kurz	kurz

weiter mit Grundschrift, oder auch:

Flugschritt: lang kurz kurz H: r l/Pause r/Pause
Dame umkurvt den Herrn, am Ende blicken beide jeweils nach links

Chassee rechts

Promenadenlauf

vorausgehend Impetus bis zur Promenadenhaltung

H: vor rechts rück rechts: D den Weg versperren
r l r
D: vor vor vor
l r l

H: rück ran/rum vor

aus der Promenadenhaltung weiter

V 6

Grundschrift, Kreisel: nur drei Schritte, H mit Rücken schräg links zur TR, auf links

rück kreuz rück rück rück seit vor vor kreuz vor vor seit ran
kurz kurz lang lang kurz kurz lang kurz kurz kurz lang Grundschrift ...
r l r l r l r l r l r

Rumba

Grundschrift

Schritt: - 1 - - 2 - - 3 - - 4 - - 1 - - 2 - - 3 - - 4 -
- Fuß/Gewicht: rechts links rechts links links rechts links rechts
- Richtung: rechts vor - seit - rück - seit

Hand to Hand

nach Damensolo Herr/rechte Hand faßt Dame/linke Hand, beide rückwärts

Hockey Stick

nach dem Fächer, 1. Takt etwas vorwärts, 2. Takt wie gehabt

Schritt: - 1 - - 2 - - 3 - - 4 - - 1 - - 2 - - 3 - - 4 -
- Fuß/Gewicht: links rechts links rechts rechts links rechts links
- Richtung: - - vor vor - vor - seit

Hockey Stick mit gelaufener Rechtsdrehung

nach dem Fächer: Dame dreht sich vor dem Herrn seitlich hin und zurück (statt Hockey Stick w.o.)

Schritt: - 1 - - 2 - - 3 - - 4 - - 1 - - 2 - - 3 - - 4 -
Fuß: rechts links rechts links rechts links rechts links
nach: seit vor rück ran rechts ran rechts links rechts links
(nicht seit) bleibt ran links
wieder zurück ...

drei Alemanas

drei Damendrehungen: rechtsrum, linksrum, rechtsrum
Herr bei der zweiten Damendrehung: lauf - lauf
danach z.B. Handtuch
s.a. => Cha Cha Cha

Spirale

v.1.: nach Damensolo beide Hände fassen, überwiegend Damenangelegenheit (dreht sich linksrum)
v.2.: nach Damensolo folgt Hand to Hand, danach beide Hände fassen, dann ähnlich wie zuvor

opening out

vorausgehend Damensolo

Schritt:	- 1 -	- 2 -	- 3 -	- 4 -	- 1 -	- 2 -	- 3 -	- 4 -
Dame:	links	rechts	links	rechts	rechts	links	rechts	links
	drehen rechtsrum/zurück							
Herr:	rechts	links	rechts	links	links	rechts	links	rechts
				rück (statt seit)				

anschließend Fächer

continuous hip twist

vorausgehend opening out (ohne Fächer)

irgendwie irgendwas, Dame hin&her

anschließend opening out ... Fächer

open rocks

Damensolo (links)
cuca racha nach links, Dame rechst
cuca racha nach rechts, Dame links
cuca racha nach links, Dame rechst
Damensolo (links)

gewanderte open rocks

<irgendwie>

türkisches Handtuch erweitert

bei der dritten Handtuchfigur die rechten Hände loslassen, Dame wandert hinter dem Herrn nach links, dabei auch die linken Hände loslassen, Herr/links greift Dame/rechts
Herr hebt linke Hand (Dame rechte Hand), Dame wandert vor dem Herrn nach rechts

Verfolgungsschritt

vorausgehend: Hockey Stick
auf zwei: Herr läßt los und dreht sich um 180° nach rechts

Verfolgungsschritt mit side by side

nach dem Verfolgungsschritt ...

Spirale

anschließend Kiki Walks

Sliding Door

nach dem Fächer ...

Flugschritt

vorausgehend Wischer

H: vor Pause Pause rechts - nichts - nichts => weiter mit links
D: Schritt Schritt Schritt um den Herrn herum => Fußspitzen zurück, Nasenspitze vor

vor - rum - rück - Dreierschritt dabei weiter drehen bis zur Tanzrichtung

Federschritt mit Flechte

Federschritt - Flechte (6x quick) - Dreierschritt

Welle

1. Figur: Rechtsdrehung 180° - Füße dazwischen
2. Figur: H rückwärts, D vorwärts Federschritt
3. Figur: H rückwärts, D vorwärts Dreierschritt
4. Figur: Rechtsdrehung 180° - Füße dazwischen

Kombifigur

Federschritt - Telemark - gekurvter Federschritt - Impetus - Federschritt - Dreierschritt
oder
Federschritt - Telemark - gekurvter Federschritt - Impetus - Flechte (slow - 6x quick)

Swing - Lindy Hop

Six Count

standard

1	2	3	3+	4	5	5+	6
l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	vor	rück	vor	rück	vor	rück

Damensolo

1	2	3	3+	4	5	5+	6
l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	Wech - sel -	schritt	Wech - sel -	schritt		

Dame dreht sich auf 3 bis 6, wie beim Jive

Jig Walks

1	2	3	4	5	6
l	r	l	l	r	r
rück	vor	vor	rück	vor	rück

auf 3 bzw. 5 den linken bzw. rechten Fuß heben
wird auch gegenüber getanzt, dabei rechter Fuß zwischen die Füße des Partners
wird z.B. vier mal nacheinander getanzt (gegenüber), dabei um insges. 360° drehen

Eight Count

side by side

1	2	3	4	5	6	7	8
l	r	l	l	r	r	r	r
rück	vor	kick oben	step unten Gewicht	kick vor	kick rück	step unten	- unten Gewicht

standard

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	Wech - sel -		schritt	Schritt	Schritt	Wech - sel -		schritt
=> ab 3 nur am Platz									

rückwärts

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	vor	rück	vor	rück	vor	rück	vor	rück

vorwärts

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	vor	rück	vor	vor	rück	rück	vor	rück

Herr gegenüber

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	vor	rück	vor	rück	vor	rück	vor	rück
		in -	den -	Weg	Wie -	ge	aus -	dem -	Weg

auf 3/3+/4 nach gegenüber, auf 7/7+/8 wieder zurück
Dame wie bei „rückwärts“

Dame gegenüber

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	Wech - sel -		schritt	vor	rück	Wech - sel -		schritt
		auf	dem	Platz	Wie -	ge	auf	dem	Platz
D:					rück	vor			

D: auf 3/3+/4 nach gegenüber, auf 7/7+/8 wieder zurück

„Foxtrott“

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	Wech - sel -		schritt	vor	vor	Wech - sel -		schritt
		auf	dem	Platz	Schritt	Schritt	auf	dem	Platz
D:					rück	rück			

D: auf 3/3+/4 nach gegenüber, H: auf 7/7+/8 neben die Dame
kann anschließend genauso wieder zurückgetanzt werden

Stop

Stopp auf 5, Pause bis 8, weiter mit nächster Figur

Circle

1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
rück	vor	Wech - sel -		schritt	Schritt	Schritt	Wech - sel -		schritt

auf 3/3+/4 Rechtsdrehung 180°, auf 5/6 Rechtsdrehung weitere 180°
auf 4 gegenüber, Dame dreht sich auf 5-8 mit (360°)

Swing Out

anfangs aus geschlossener in offene Haltung (Schritt 1 bis 4 wie Circle):

	1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
H:	l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
	rück	vor	Wech - sel -	schritt	Schritt	Schritt	Wech - sel -	schritt		

auf 3/3+1/4 Rechtsdrehung 180°, der Dame mit Abstand gegenüber
auf 5 Platz machen, Dame rennt vorbei

danach aus offener in offene Haltung (beliebig oft):

	1	2	3	3+	4	5	6	7	7+	8
H:	l	r	l	r	l	r	l	r	l	r
	rück	vor	Wech - sel -	schritt	Schritt	Schritt	Wech - sel -	schritt		
D:	vor	vor								

am Anfang und am Ende stehen sich beide gegenüber, dazwischen haben sich beide um 360°
gedreht (also immer gleiche Ausgangsposition)

Herr wie *anfangs*, Dame dreht sich auf 3/3+1/4 mit, danach auch wie *anfangs*

schließlich aus offener in geschlossene Haltung (Schritt 5 bis 8 wie Circle):

...

Open Out

...

Tango

Grundrhythmus: lang - lang - kurz - kurz - lang - kurz - kurz - lang

erster Schritt vorwärts mit links

Ende i.A. mit Abschlussschritt: kurz - kurz - lang entspr. rechts - links - rechts

Kreuzschritt

Anfang wie Grundschrift: lang - lang - kurz - kurz -

lang Schultern etwas rechts drehen

kurz Schritt - kreuz (schräg zur Tanzrichtung)

kurz Schritt

kurz seit (drehen)

kurz ran

Viererschritt

kurz - kurz - kurz - kurz - lang - lang - kurz - kurz - lang

kurz vor Schultern etwas links drehen

kurz rück nach rechts hinten

kurz rück nach rechts, hinten gekreuzt

kurz rück nach rechts, Schultern wieder zurück (etwas rechts) drehen

lang rum **kein** Schritt, die Dame dreht sich in Promenadenhaltung

lang vor Herr mit links (eigentlich kein Schritt, nur Gewichtsverlagerung auf links)

kurz-kurz-lang Ab-schluß-schritt

Corté

Füße bleiben immer parallel und in der gleichen Richtung, etwas in die Knie gehen

lang seit (mit links), dabei rechte Schulter etwas zurück (leicht rechts drehen)
- i.A. für die Dame etwas überraschend

Pause z.B. vier Taktschläge, dann wieder zurück drehen

kurz-kurz-lang Ab-schluß-schritt

Linksdrehung mit Kehre

lang - **lang** - **kurz** - **kurz** - **lang** wie Linksdrehung
kurz - **kurz** - **lang** zur Promenadenhaltung (Dame rückwärts)
lang Kehre/Wiege, auch mehrmals [(2n-1) mal], Dame dreht sich
kurz - **kurz** - **lang** Ab - schluß - schritt

Flugschritt

H:	lang	lang	kurz	kurz	lang	
	l	r	l	r	-	
	vor	vor	ran	ran	nix	
D:	rück	rück	vor	vor	nix	
			Flug - schritt			
H:	kurz	kurz	lang	kurz	kurz	lang
	l	r	l	r	l	r
	vor	vor	rück	rück	rück	vor
		drehen		drehen		drehen

Kette (Tap)

ab der Promenadenhaltung:

H:	kurz	kurz	lang	
	r	l	l	
	vor 1)	tap	vor	beliebig oft wiederholen, danach Ab-schluß-schritt 1) leicht links/kreuz, Dame rum

Kette (Tap mit Linksdrehung)

ab der Promenadenhaltung:

H:	kurz	kurz	kurz	kurz	lang	
	r	l	l	r	l	
	vor 1)	tap	Links -	dre -	hung	1) leicht links/kreuz, Dame rum

Kehre mit Damensolo

ab der Promenadenhaltung: weiter immer k - k - l

Kehre (Dame): wie sonst aus der Promenadenhaltung, zur Schrittstellung, nicht schließen

Wie - ge - schritt dabei um 90° drehen (Herr mit dem Rücken zur Mitte)

Da - me dreht 360° unter der Hand (hochhalten!) des Herrn
r l r
rück ran vor

Wiegenschritt (Drehung um ca. 360°), Abschlußschritt - alles wie gehabt

Herrenkehre

bekannt

erweiterte Herrenkehre

... Promenade - Damenkehre (D dreht sich wieder zurück) - Herrenkehre -
Schritt (lang, zurück, zurückdrehen) - Schritt (lang, in Tanzrichtung, außenseitlich) -
Wiegenschritt (außenseitlich) - Abschlußschritt

Spirale

bis zur Promenadenhaltung

H: vor rechts dahinter dabei drehen, letztlich schräg rechts zurück sehen
D: vor vor vor geradeaus

H: dre - hen vor weitgehend auf dem Platz
D: 1) drehen vor 1) halb hinter den Herren

Abschlußschritt

Rückwärtspromenade

immer kurz - kurz - lang, H: Schultern immer gleiche Richtung

vor seit rück auf rück öffnen, D: Rechtsblick
rück rück rück
Wieg- ge- schritt
Ab- schluß- schritt

Chaise

bis zur Promenadenhaltung

vor	rum	rum	rück	Chas-see -	schritt	vor	ran	seit	Abschlußschritt
kurz	kurz	kurz	kurz	kurz-kurz	kurz	kurz	kurz	lang	wie gehabt
r		r		r		r			
	drehen ...			noch weiter drehen					

Anm: kurz-kurz ist so lang wie kurz, also "doppelt kurz"

Tango arg.

Grundschrift/Basse (Base)

erster Schritt (Nr. 6 - ?) vorwärts mit links

6	7	8	1	2	3	4	5
vor	seit	ran	rück	seit	vor	vor	ran
Dame:						4	5
						rück	kreuz

Wiener Walzer

Rechtsdrehung: erster Schritt zwischen die Füße der Dame
Linksdrehung: erster Schritt links an der Dame vorbei

Promenade

i.A. auf 3 nicht schließen, bei 180°-Drehung erster Schritt noch geradeaus

1-2-3	r-l-r	halbe Rechtsdrehung, links umgreifen, rechts loslassen
1-2-3	l-r-l	halbe Rechtsdrehung, öffnen, beide vorwärts
1-2-3	r-l-r	vorwärts
1-2-3	l-r-l	180° Linksdrehung (D: Rechtsdrehung)
1-2-3	r-l-r	rückwärts
1-2-3	l-r-l	180° Rechtsdrehung (D: Linksdrehung)
1-2-3	r-l-r	vorwärts
1-2-3	l-r-l	vorwärts, Dame in Ausgangsstellung führen (dreht sich)
1-2-3	r-l-r	Grundfigur ...