

# Basic 1 Lektionsübersicht



Lektion	Thematischer Schwerpunkt	Inhalt
1	Einführung	<ul style="list-style-type: none"><li>– Rythmus</li><li>– Grundschrift &amp; Offene Tanzposition</li><li>– Einfacher Platzwechsel</li></ul>
2	Boogie Basics	<ul style="list-style-type: none"><li>– Side Pass Figuren</li><li>– Geschlossene Tanzposition</li><li>– Eingang &amp; Ausgang aus der geschlossenen Tanz position</li></ul>
3	Fusstechnik	<ul style="list-style-type: none"><li>– Bounce</li><li>– Technik im Grundschrift</li><li>– Betonung / Akzentuierung</li></ul>
4	Lead & Follow	<ul style="list-style-type: none"><li>– Push &amp; Pull</li><li>– Sugar Push</li><li>– American Spin</li></ul>
5	Musikalität	<ul style="list-style-type: none"><li>– Musikalische Bögen</li><li>– Swing- Schema</li><li>– Breakfiguren</li></ul>
6	Social Dance	<ul style="list-style-type: none"><li>– Social Dance Knigge</li><li>– Figur Basicvariation</li><li>– Dips &amp; Tricks</li></ul>