



Basiswimpelen

Muziekreeks

2012

1. Muziek

Roxette – Sleeping in my car (3:34)

CD: A collection of Roxette hits! Their 20 greatest songs!

2. Gebruikte Afkortingen

B: boven	R: rechts	Rv: rechervoet
O: onder	L: links	Lv: linkervoet
M: midden	Hh: heuphoogte	Rh: rechterhand
V: voor	Vw: voorwaarts	Lh: linkerhand
A: achter	Aw: achterwaarts	Zw: zijwaarts

De basisoefeningen worden beschreven in de bundel 'brochure wimpeltermen'.

3. Afspraken & beginhouding

Er zijn 2 groepen voor de jury. De groep langs R is 1, de groep langs L is 2.

Groep 1 staat met zijn L schouder naar de jury, groep 2 met zijn R schouder.

De gezichten van groep 1 en 2 zijn naar elkaar gericht. Voeten samen, benen dicht en vlag MOV met punt op de grond.

nr 2	nr. 1
X	X

J

4. Reeksbeschrijving

4.1. Intro

1-2	Groep 1: Vlag langs boven naar L Hh Groep 2: Vlag langs boven naar R Hh	Kwartdraai naar L met Lv, gezicht naar jury Kwartdraai naar R met Rv, gezicht naar jury
3-4	Groep 1: Vlag MOV Groep 2: Vlag MOV	Rv bijzetten Lv bijzetten
5-8	1 en $\frac{3}{4}$ Aw wiekslag R tot schouderhoogte	Rv Aw zetten, op R knie gaan zitten
1-2	Draaitje LB	L knie naast R knie op de grond



3-4	Draaitje RB	Rv V, L knie blijft op de grond
5-8	1 en ¼ Aw wiekslag L tot schouderhoogte	Rechtstaan en Lv bijzetten
1-2	2 draaitjes RB	
3-4	2 draaitjes LB	
5-8	Platte 8 O R-L	
1-2	2 draaitjes RO	
3-4	2 draaitjes LO	
5-8	Platte 8 B R-L	

4.2. Strofe 1

1-4	2 zonnen R, beginnen MBV (eindigen op L Hh)	
5-8	1 en ½ frontale draai BROL van L Hh tot R Hh	Stap Rv opzij en Lv bij
1-4	1 en ½ frontale draai BLOR van R Hh tot L Hh	Stap Lv opzij en Rv bij
5-6	Draaitje RO	
7-8	Draaitje LB	
1-4	2 zonnen L, beginnen MBV	
5-8	1 en ½ frontale draai BLOR van R Hh tot L Hh	Stap Lv opzij en Rv bij
1-4	1 en ½ frontale draai BROL van L Hh tot R Hh	Stap Rv opzij en Lv bij
5-6	Draaitje LO	
7-8	Draaitje RB	
1-4	Vlag Aw oprollen (3,5 draaitje)* van LB tot L Hh	
5-8	Vlag doorgeven langs R, gestrekte armen, tot R Hh	
1-4	Vlag Aw afrollen (3,5 draaitje)* van R Hh tot RB	
5-8	Telloor naar L, eindigen LB	

* 3,5 draaitje: 3 keer op/afrollen en dan extra lus als aanloop naar het doorgeven/telloor

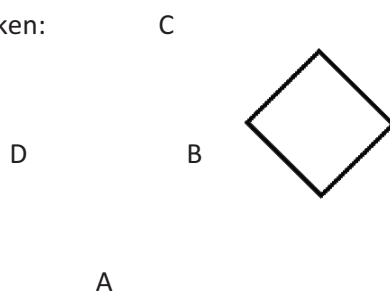
4.3. Voorrefrein 1

1-4	Scherpe zig zag* van B naar O, RLRL	
5-6	Vlag langs O naar R Hh (vegen)	
7-8	Vlag langs O naar L Hh (vegen)	
1-4	Frontale draai ORBL, eindigen MOV	Lichaam ¼ draaien naar L, stap met Lv V en Rv bij
5-8	Platte 8 O R-L	R schouder is nu naar jury gericht
1-2	Voorstel R	Tweesprong naar R -> Rv opzij, tik Lv bij
3-4	Voorstel L	Tweesprong naar L -> Lv opzij, tik Rv bij
5-6	Voorstel R	Lichaam ¼ draaien naar R, gezicht is terug naar jury, tweesprong naar R -> Rv opzij, tik Lv bij
7-8	Vlag met boogje naar MV	Tweesprong naar L -> Lv opzij, tik Rv bij

* De zig zag begint op de tekst 'baby baby'

4.4. Refrein 1: Naar voor

We gaan tijdens het refrein een ruit maken:



1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam 1/4 naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam 1/2 naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	Lichaam 1/8 draaien (gezicht is terug naar jury), stap Lv
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij

4.5. Strofe 2

1-2	2 draaitjes RB	
3-4	2 draaitjes LB	
5-8	Platte 8 O R-L	
1-2	2 draaitjes RO	
3-4	2 draaitjes LO	
5-8	Platte 8 B R-L	
1-4	Vlag Aw oprollen (3,5 draaitje)* van LB tot L Hh	
5-8	Vlag doorgeven langs R, gestrekte armen, tot R Hh	
1-4	Vlag Aw afrollen (3,5 draaitje)* van R Hh tot RB	
5-8	Telloor naar L, eindigen LB	

* 3,5 draaitje: 3 keer op/afrollen en dan extra lus als aanloop naar het doorgeven/telloor

4.6. Voorrefrein 2

1-4	Scherpe zig zag* van B naar O, RLRL	
5-6	Vlag langs O naar R Hh (vegen)	
7-8	Vlag langs O naar L Hh (vegen)	
1-4	Frontale draai ORBL, eindigen MOV	Lichaam ¼ draaien naar L, stap met Lv V en Rv bij
5-8	Platte 8 O R-L	R schouder is nu naar jury gericht
1-2	Voorstel R	Tweesprong naar R -> Rv opzij, tik Lv bij
3-4	Voorstel L	Tweesprong naar L -> Lv opzij, tik Rv bij
5-6	Voorstel R	Lichaam ¼ draaien naar R, gezicht is terug naar jury, tweesprong naar R -> Rv opzij, tik Lv bij
7-8	Vlag met boogje naar MV	Tweesprong naar L -> Lv opzij, tik Rv bij

* De zig zag begint op de tekst 'baby baby'

4.7. Refrein 2: Naar voor

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B:</i> Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C:</i> Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D:</i> L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A:</i> Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	stap Lv V
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij, lichaam 1/8 naar R draaien (rug is naar de jury)

Refrein 2: Naar achter

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B:</i> Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C:</i> Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D:</i> L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv

5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	stap Lv V
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij lichaam 1/8 naar R draaien (gezicht is naar de jury)

4.8. Strofe 3 (grond oefening)

1-4	Telloor L tot MBV	Rv over Lv plaatsen, voeten staan nu gekruist
5-8	Telloor R tot R Hh	Door benen zakken en in kleermakerszit gaan zitten
1-2	1 golfje tot MV	Meekijken met vlag
3-4	1 golfje tot L Hh	Meekijken met vlag
5-6	1 golfje tot MV (op tekst "the night")	Meekijken met vlag
7-8	1 golfje tot R Hh	Meekijken met vlag
1	1 Aw draaitje op R Hh	
2	1 Aw draaitje RB	
3	1 Aw draaitje LB	
4	1 Aw draaitje op L Hh	
5-8	Telloor R tot MV (aan voeten)	Benen strekken en volledig plat gaan liggen
1-4	Telloor L tot MV (aan voeten)	Als je vlag ter hoogte van je R schouder is dan kom je al mee recht
5-8	Platte 8 O L-R	Op je knieën gaan zitten en kwartdraai L, R schouder is nu naar de jury
1-2	2 draaitjes RB	Rv zetten
3-4	2 draaitjes LB	Lv zetten en rechtstaan
5-8	Platte 8 O R-L	Kwartdraai R, draai Rv en zet Lv bij
1-2	2 draaitjes RO	
3-4	2 draaitjes LO	
5-8	Platte 8 B R-L	
1-4	Vlag Aw oprollen (3,5 draaitje)* van LB tot L Hh	
5-8	Vlag doorgeven langs R, gestrekte armen, tot R Hh	
1-4	Vlag Aw afrollen (3,5 draaitje)* van R Hh tot RB	
5-8	Telloor naar L, eindigen LB	<i>Groep 2</i> : Rv over Lv en halve draai naar L, zet Lv bij, rug is naar de jury

* 3,5 draaitje: 3 keer op/afrollen en dan extra lus als aanloop naar het doorgeven/telloor

4.9. Refrein 3

Groep 1: Naar voor

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	stap Lv V
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij, lichaam 1/8 naar R draaien (rug is naar de jury)

Groep 2: Naar achter

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	stap Lv V
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij lichaam 1/8 naar R draaien (gezicht is naar de jury)

Groep 1*: Naar achter

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam ¼ naar L draaien,

		looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	stap Lv V
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij lichaam 1/8 naar R draaien (gezicht is naar de jury)

Groep 2*: Naar voor

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	Lichaam 1/8 draaien (gezicht is terug naar jury), stap Lv
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij

4.10. Tussenstuk

1-4	2 Vw wiekslagen L	
5-6	¼ Vw wiekslag tot MV	
7-8	½ Aw wiekslag R tot schouderhoogte	
1-4	2 Vw wiekslagen R	
5-6	¼ Vw wiekslag tot MV	
7-8	½ Aw wiekslag L tot schouderhoogte	
1-4	2 zonnen R	
5-8	1 en ½ frontale draai BROL tot R Hh	
1-4	2 zonnen L	
5-8	1 en ½ frontale draai BLOR tot L Hh	

4.11. Refrein 4: Naar voor

1-4	4 Aw draaitjes op L Hh	<i>A naar B</i> : Lichaam 1/8 naar R draaien, looppassen RLRL
5-6	Draaitje RB	Rv bijzetten
7-8	Slag naar MOV	
1-4	4 Aw draaitjes op R Hh	<i>B naar C</i> : Lichaam ¼ naar L draaien, looppassen LRLR
5-6	Aw wiekslag L	Lv bijzetten
7-8	Aw wiekslag R	
1-4	2 frontale draaien BROL	<i>C naar D</i> : L arm strekken naar de looprichting, bijtrekpas met Lv
5-8	Telloor L	Rv bijzetten en lichaam ½ naar L draaien
1-2	Roeren LO	<i>D naar A</i> : Stap Lv V
3-4	Roeren RO	Stap Rv V
5-6	Roeren LO	Lichaam 1/8 draaien (gezicht is terug naar jury), stap Lv
7-8	Roeren RO	Stap Rv bij

4.12. Einde

1-4	<i>Groep 1</i> : Frontale draai ORBL, eindigen MOV en punt op de grond <i>Groep 2</i> : Frontale draai OLBR, eindigen MOV en punt op de grond	Zet Lv opzij, draai lichaam mee naar L, hiel van Rv omhoog, beide handen aan vlag, gezicht recht naar voor Zet Rv opzij, draai lichaam mee naar R, hiel van Lv omhoog, beide handen aan vlag, gezicht recht naar voor
5-8	Rust	

Veel wimpelplezier!

Roofthoofd Marijke
Smets Katrijn
Van Loock Tine
Van Oeckel Sofie

Wimpelmonitrices Antwerpen