

"Go Go" Jubiläumschoreografie J+S mit Anpassungen für Procap Sport

Struktur J+S-Song "Go Go" von Alessandro Sabato

Intro 2 x 8 Zählzeiten	Strophe 1 4 x 8 Zählzeiten	Strophe 2 4 x 8 Zählzeiten	Strophe 3 6 x 8 Zählzeiten	Refrain 4 x 8 Zählzeiten	Übergang 2 x 8 Zählzeiten
	Strophe 1 4 x 8 Zählzeiten	Strophe 2 4 x 8 Zählzeiten	Strophe 3 6 x 8 Zählzeiten	Refrain 4 x 8 Zählzeiten	Ende 2 x 8 Zählzeiten

Choreografie

- Strophe 1
- 1 - 8: 4 x Schritt - Klatsch
 - 1 - 8: Armkreis rechts / Armkreis links / Arme nach vorne öffnen und schliessen / 2 x Klatsch auf 7 und 8
 - 1 - 8: wiederholen
 - 1 - 8: Welle seitwärts rechts - Klatsch auf 4 / Welle seitwärts links - Klatsch auf 8
- Strophe 2
- 1 - 8: vorwärts gehen, Arme von tief langsam hoch führen
 - 1 - 8: beide Arme nach rechts führen / beide Arme nach links führen / mit Schritt seitwärts
 - 1 - 8: frei bewegen - um sich selber drehen
 - 1 - 8: wiederholen
- Strophe 3
- 1 - 8: 2 + 2 Handshake, egal wie (evtl. ein eigenes Ritual erfinden)
 - 1 - 8: frei bewegen, Kreis formieren
 - 2 x 8: im Kreis vorwärts gehen
 - 2 x 8: Kreis auflösen, frei bewegen (evtl. eine Sportart imitieren), aufstellen mit Blick nach vorne
- Refrain
- 1 - 8: rechte Faust zweimal hoch, vorwärts nach rechts gehen
 - 1 - 8: Armkreis rechts / Armkreis links / Arme nach vorne öffnen und schliessen / 2 x Klatsch auf 7 und 8
 - 1 - 8: rechte Faust zweimal hoch, vorwärts nach links gehen
 - 1 - 8: Armkreis rechts / Armkreis links / Arme nach vorne öffnen und schliessen / 2 x Klatsch auf 7 und 8
- Übergang
- 2 x 8: Slow Motion (langsam frei bewegen)

Ganzer Ablauf nochmals wiederholen. Schlusspose.

Olten, 20.02.2022/tg