

KUJAWIAK

Aufstellung: paarweise im Kreis, **T₁** und **T₂** stehen sich gegenüber (**T₁** mit dem Rücken zur Kreismitte, **T₂** mit dem Rücken nach außen). **T₁** nimmt mit seiner **re** Hand die **li** Hand von **T₂**, die freien Hände liegen auf der eigenen Hüfte oder werden eingestützt.

Vorspiel – 4 Takte (3/4)

Teil A: Paarweise, »voneinander zueinander«

Takt:

- 1: Beide machen einen großen Schritt in **TR** (**T₁** beginnt mit dem **li** Fuß, **T₂** mit dem **re** Fuß). Mit einer Vierteldrehung drehen **T₁** und **T₂** voneinander weg, während sie den nächsten Schritt machen (**T₁** mit der **re** Schulter nach vorne, **T₂** mit der **li** Schulter). Danach den freien Fuß anstellen (**T₁**: **li** Fuß, **T₂**: **re** Fuß)
- 2: Wiederholung Takt 1, aber gegengleich: großer Schritt in **TR** (**T₁** mit dem **re** Fuß, **T₂** mit dem **li** Fuß), beim nächsten Schritt eine Vierteldrehung zueinander, dann den freien Fuß anstellen (**T₁**: **re** Fuß, **T₂**: **li** Fuß)
- 3: **T₁** und **T₂** drehen sich mit 3 Schritten jeder um die eigene Achse (**T₁** »folgt« seinem ausgestreckten **li** Arm, **T₂** seinem ausgestreckten **re** Arm)
- 4: 2 Schritte am Platz, statt eines dritten Schrittes: Pause
- 5–8: Wiederholung der Takte 1–4

Teil B: Wiegeschritt, jeder mit den Händen an den eigenen Hüften

Takt:

- 1: jeder macht einen Schritt nach **re** mit leicht gebeugten Beinen und streckt anschließend beide Beine (sodass das **li** Bein mit den Zehenspitzen den Boden berührt), kurze Pause
- 2: Schritt von Takt 1 gegengleich: nach **li**
- 3–4: Paare fassen sich an den Händen, wobei sie sich im **UZ** um die gemeinsame Achse drehen
- 5: wie Takt 1
- 6: wie Takt 2
- 7: mit drei Schritten drehen um die eigene Achse auf der Kreisbahn (**li** Schulter nach vorne), sodass jeder nun einen neuen Tanzpartner vor sich hat
- 8: 2 Schritte am Platz, statt eines dritten Schrittes: Pause

Die Teile A und B werden mehrfach wiederholt.

KUJAWIAK

Ustawienie początkowe: parami w kole; pary ustawione naprzeciwko siebie (**T1** zwrócenie plecami do środka koła, **T2** plecami na zewnątrz koła), **T1** trzyma prawą ręką lewą rękę **T2**, wolne ręce oparte na biodrach (lewa ręka **T1** na jego lewym biodrze, prawa ręka **T2** na jego prawym biodrze).

Wstęp: 4 takty (3/4)

Część A: W parach, od się – do się

Takty:

- 1: pary posuwają się o jeden duży krok w **KT** (**T1** rozpoczyna lewą nogą, **T2** prawą nogą), **T1** i **T2** odwracają się ćwierćobrotom od siebie podczas stawiania kolejnego kroku (**T1** obraca się prawym ramieniem, natomiast **T2** obraca się lewym ramieniem). Następnie dostawiają »wolną« nogę (**T1** lewą, **T2** prawą)
- 2: powtórka taktu 1, tylko w lustrzanym odbiciu: Pary posuwają się o jeden duży krok w **KT** (**T1** rozpoczyna prawą nogą, **T2** rozpoczyna lewą nogą). Podczas stawiania kolejnego kroku **T1** i **T2** odwracają się ćwierćobrotom do siebie. Następnie dostawiają »wolną« nogę (**T1** prawą, **T2** lewą)
- 3: **T1** i **T2** obracają się trzema krokami wokół własnej osi (obróć **T1** za wyciągniętą przed siebie lewą ręką, obróć **T2** za wyciągniętą przed siebie prawą ręką)
- 4: 2 kroki w miejscu (zamiast trzeciego kroku)
- 5–8: powtórka taktów 1–4

Część B: krok kolebany, każdy kładzie sobie ręce na biodrach.

Takty:

- 1: wszyscy wykonują krok w **prawo** na lekko zgiętych kolanach, po czym prostują obie nogi tak, aby lewa noga była wyprostowana i oparta na palcach). Krótka przerwa
- 2: krok z taktu 1 – tym razem w lewą stronę
- 3–4: pary podają sobie ręce i obracają się wokół własnej osi w kierunku zgodnym z **RWZ**
- 5: powtórka taktu 1
- 6: powtórka taktu 2
- 7: obrót na trzy kroki wokół własnej osi po linii koła (lewym ramieniem do przodu), po czym zmiana partnera
- 8: 2 kroki w miejscu (zamiast trzeciego kroku). Przerwa