



SPORTFEESTREEKSEN 2006

februari 2006



Muziekreeks Gilden

Muziekreeks Gilden 2006-2007

Afkortingen

- | | |
|----------------------------|-----------------|
| - GG : gewone greep | - L : links(e) |
| - TG : tegengestelde greep | - R : rechts(e) |
| - KH : kniehoogte | - V : voor |
| - HH : heuphoogte | - A : achter |
| - BH : borsthoogte | - O : onder |
| - SH : schouderhoogte | - B : boven |

Beginhouding

De vendelier staat in strekstand met het gezicht naar de jury. De vlag is in GG, tegengewicht op HH met de punt op de grond wijzend naar R.

Deel I

- Vlag optrekken tot 135° R naast (tijdens het optrekken wordt de L voet naar L geplaatst in spreidstand).
- Wiekslag L in GG en de vlag tot R onder brengen (zie brechtse reeks, vlagwerpen).
- Voorstelling van R naar L en als de vlag L komt, naar voor brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag R in TG en de vlag tot L onder brengen.
- Voorstelling van L naar R en als de vlag R komt, naar voor brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag L in GG.
- Vlaggespelworp van R naar L.
- Wiekslag R in TG.
- Vlaggespelworp van L naar R (L voet bijplaatsen tijdens deze worp).

Deel II

- De vlag onder het voorwaarts gestrekte L been van de R hand doorgeven in de L hand, verder horizontaal naar achter en verticaal naar voor (vrije R hand op de rug).
- De vlag onder het voorwaarts gestrekte R been van de L hand doorgeven in de R hand, verder horizontaal naar achter en verticaal naar voor (vrije L hand op de rug).
- De L hand neemt het tegengewicht en de R hand verpakt naar kneukelgreep.
- 2 Maal R om rond het lichaam op HH (VRALVRALV).
- De vlag onder het voorwaarts gestrekte R been van de L hand doorgeven in de R hand, verder horizontaal naar achter en verticaal naar voor (vrije L hand op de rug).
- De vlag onder het voorwaarts gestrekte L been van de R hand doorgeven in de L hand, verder horizontaal naar achter en verticaal naar voor (vrije R hand op de rug).
- De R hand neemt het tegengewicht en de L hand verpakt naar kneukelgreep
- 2 Maal L om rond het lichaam op HH (VLARVLARV).

Deel III

- Horizontale draai R en L in GG op HH.
- De vlag met de R hand horizontaal via R naar achter brengen, waarbij het tegengewicht over de elleboog draait.
- Achter de rug overnemen met de L hand en horizontaal naar voor brengen.
- 1 Horizontale teloorzwaai (VRALV) boven het hoofd met de L hand tot voor op HH (vrije R hand op de rug)
- Horizontale draai L en R in TG op HH.
- De vlag met de L hand horizontaal via L naar achter brengen, waarbij het tegengewicht over de elleboog draait.
- Achter de rug overnemen met de R hand en horizontaal naar voor brengen.
- ¾ Horizontale teloorzwaai (VLAR) boven het hoofd met de R hand. (vrije L hand op de rug) (de vlag eindigt R op SH in GG)

Deel IV

- Verticale draai voor het lichaam van R naar L (RBLORBL).
(Vertrekt in GG en eindigt in TG)
- Verticale draai voor het lichaam van L naar R (LBROLBR).
(Vertrekt in TG en eindigt in GG)
- 2 Horizontale telloorzwaaien (RVLARVLAR) boven het hoofd in GG.
Per telloorzwaai maakt de vendelier ¼ draai L om in twee stappen.
(L voet ¼ draai naar L, R voet bij)
- Verticale draai voor het lichaam van R naar L (RBLORBL).
(Vertrekt in GG en eindigt in TG)
- Verticale draai voor het lichaam van L naar R (LBROLBR).
(Vertrekt in TG en eindigt in GG)
- 2 Horizontale telloorzwaaien (RVLARVLAR) boven het hoofd in GG.
Per telloorzwaai maakt de vendelier ¼ draai L om in twee stappen.
(L voet ¼ draai naar L, R voet bij)
(Let erop dat bij deze figuur de vlag niet oprolt!)

Deel V

- (Vorige figuur eindigt op SH.) Vlag schuin opwaarts brengen (135°) en de stok achter de vlag doortrekken.
- 2 Grote draaien voor het lichaam in GG (ROLBROLBRO), met gestrekte R arm.
Tijdens de 2 grote draaien maakt de vendelier 2 bijtrekpassen naar L. (L voet opzij, R voet bijzetten)
- 1½ Kleine 8-bewegingen voor het lichaam in GG (LRL).
- Vlag schuin L opwaarts brengen (135°) en de stok achter de vlag doortrekken
- 2 Grote draaien voor het lichaam in GG (LORBLORBLO), met gestrekte R arm.
Tijdens de 2 grote draaien maakt de vendelier 2 bijtrekpassen naar R.
- 1½ Kleine 8-bewegingen voor het lichaam in GG (RLR).
- ¾ achterwaartse voorstellingsdraai R in GG (VBAO).

Deel VI

- 2 Maal L om rond de knieën (RVLARVLAR).
- De vlag met de R hand horizontaal langs RVL, A de nek brengen.
- 1½ Maal rond de hals draaien (RVLARVL).
- De vlag in TG naar B brengen.
- 2 Grote draaien A de rug in TG (BROLBROLB) tot punt bovenaan.
- 2¼ Verticale telloorzwaaien in TG, L naast het lichaam (BVOABVOABV).
(de vlag eindigt op KH)
- 2 Maal R om rond de knieën (VRALVRAL).
- De vlag met de L hand horizontaal langs LVR, A de nek brengen
- 1½ Maal rond de hals draaien (LVRALVR).
- De vlag in GG naar B brengen.
- 2 Grote draaien A de rug in GG (BLORBLORB) tot punt bovenaan.
- 2¼ Verticale telloorzwaaien in GG, R naast het lichaam eindigen op SH (BVOABVOABV).
- De vlag van V naar R horizontaal op SH brengen.

Deel VII : Variatie op Deel IV

- Verticale draaiworp met GG voor het lichaam (RBLORBL). Opvangen in TG horizontaal L op SH.
- Verticale draaiworp met TG voor het lichaam (LBROLBR). Opvangen in GG horizontaal R op SH.
- 2 Horizontale telloorzwaaien (RVLARVLAR) boven het hoofd in GG.
Per telloorzwaai maakt de vendelier ¼ draai L om in twee stappen.
(L voet ¼ draai naar L, R voet bij)
- Verticale draaiworp met GG voor het lichaam (RBLORBL). Opvangen in TG horizontaal L op SH.
- Verticale draaiworp met TG voor het lichaam (LBROLBR). Opvangen in GG horizontaal R op SH.

- 2 Horizontale telloorzwaaien (RVLARVLAR) boven het hoofd in GG.
Per telloorzwaai maakt de vendelier ¼ draai L om in twee stappen.
(L voet ¼ draai naar L, R voet bij)

Deel VIII

- De vlag wordt R naast, van SH naar HH gebracht
- Kleine 8-beweging R op HH in GG (V en A). Tegengewicht op HH
- Kleine 8-beweging R op BH in GG (V en A). Tegengewicht op BH
- Kleine 8-beweging R op SH schuin opwaarts in GG (V en A). Tegengewicht op BH
Als de vlag naar V beweegt, volgt een greepwissel van GG naar TG, als overgang van de 3^e naar de 4^e 8-beweging
- Kleine 8-beweging V op SH schuin opwaarts (L en R). Tegengewicht op BH
- Kleine 8-beweging L op SH schuin opwaarts in TG (A en V). Tegengewicht op BH
- Kleine 8-beweging L op BH in TG (A en V). Tegengewicht op BH
- Kleine 8-beweging L op HH in TG (A en V). Tegengewicht op HH
- De vlag van L horizontaal op HH naar verticaal B brengen in TG.
- Kapslag naar voor in TG, punt net boven de grond.
- De vlag via L onder naar A brengen.

Deel IX

- Verticale draaiworp L van het lichaam in TG en opvangen in TG (ABVOABV).
- Achterwaartse verticale draaiworp L van het lichaam in TG en opvangen in GG (VBAOVBA).
- De vlag horizontaal via L naar V brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag R en L in GG.
- De vlag via R onder naar A brengen.
- Verticale draaiworp R van het lichaam in GG en opvangen in GG (ABVOABV).
- Achterwaartse verticale draaiworp R van het lichaam in GG en opvangen in GG (VBAOVBA).
- De vlag horizontaal via R naar V brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag L en R in GG.

Deel X

- 1 Maal L om rond de knieën draaien (VLARV).
- Kleine platte 8 L en R in GG op KH.
(Bij het R deel van de platte 8 laat de vendelier het tegengewicht los zodat het achter de knie kan gebracht worden voor de volgende oefening.)
- Horizontale draaiworp (RVLARVL) vanuit de knie met R hand en opvangen in TG.
- 1½ achterwaartse voorstellingsdraai L in TG op KH (BAOVBAO).
- 1 Maal R om rond de knieën draaien (VRALV).
- Kleine platte 8 R en L in TG op KH.
(Bij het L deel van de platte 8 laat de vendelier het tegengewicht los zodat het achter de knie kan gebracht worden voor de volgende oefening.)
- Horizontale draaiworp (LVRALVR) vanuit de knie met L hand en opvangen in GG.
- 1 achterwaarts voorstellingsdraai, R in GG op HH, vlag schuin opwaarts 135° brengen en de stok achter de vlag doortrekken

Deel XI : Variatie op Deel I

- Wiekslag L in GG en de vlag tot R onder brengen.
(Tijdens de wiekslag wordt de L voet naar L geplaatst in spreidstand.)
- Voorstelling van R naar L en als de vlag L komt, naar voor brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag R in TG en de vlag tot L onder brengen.
- Voorstelling van L naar recht en als de vlag R komt, naar voor brengen met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Wiekslag L in GG.
- Vlaggespelworp van R naar L.
- Wiekslag R in TG.

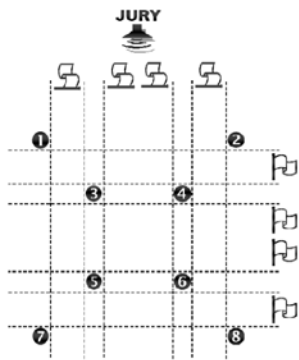
- Vlaggespelworp van L naar R.
- De vlag in GG van R langs voor naar L brengen, met de punt net boven de grond (zoals bij wiekslag).
- Voorstelling van L naar R in GG zonder greepwissel, eindigend met de punt op de grond.
(Als de vlag van L naar R beweegt wordt de L voet bijgezet.)
(De eindhouding is dezelfde als de beginhouding.)

Veel vendelplezier.

Kristof Buysse Vendelmonitor Oost-Vlaanderen.



Muziekreeks Hoofdgilden



Deel 1:

Muziekreeks hoofdgilden (muziek: Guilty – The Rasmus)

Beginsopstelling:

De vendeliers staan in strekstand met het aangezicht naar de jury

- 1-3-5-7:** vlag in tegengestelde greep;
tegengewicht op BH;
punt v/d stok L naast op grond
- 2-4-6-8:** vlag in gewone greep;
tegengewicht op BH;
punt v/d stok R naast op grond

De afstand tussen 1-3, 2-4, 5-7, 6-8 is telkens 1 vlaglengte voor- en zijwaarts (zie afbeelding)

De afstand tussen 3-4, 5-6 is telkens 2 vlaglengten voor- en zijwaarts (zie afbeelding)

Gebruikte afkortingen:

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| R = rechts of rechter | BH = borsthoogte |
| L = links of linker | HH = heuphoogte |
| O = onder | KH = kniehoogte |
| B = boven | LH = linkerhand |
| V = voor | RH = rechterhand |
| A = achter | GG = gewone greep |
| SH = schouderhoogte | TG = tegengestelde greep |

Beschrijving:

1^{ste} tijd: 7 en 8 voorstelbeweging tot boven zonder greepwissel

2^{de} tijd: 5 en 6 voorstelbeweging tot boven zonder greepwissel

3^{de} tijd: 3 en 4 voorstelbeweging tot boven zonder greepwissel

4^{de} tijd: 1 en 2 voorstelbeweging tot boven zonder greepwissel

5^{de} tijd: niets

6^{de} tijd:

1 en 3: Draai voor lichaam (BROLBR) naar binnen tot punt naar binnen wijst (gewone greep)

Achterwaarts voorstellingsdraai R-naast op KH
(we brengen de punt van de vlag tot voor en nemen vlag over in TG)

Achtbeweging L en R op KH
Achtbeweging L en R op HH
Vlag tot voor brengen

1-3-5-7

Achterwaartse draaiworp L-naast

(tijdens deze draaiworp beweegt 1 zich achter tot naast 3)
(opvangen in GG)

Vlag via A en L tot V brengen

2 en 4: Draai voor lichaam (BLORBL) naar binnen tot punt naar binnen wijst (tegenestelde greep)

Achterwaarts voorstellingsdraai L-naast op KH
(we brengen de punt van de vlag tot voor en nemen vlag over in GG)

Achtbeweging R en L op KH
Achtbeweging R en L op HH
Vlag tot voor brengen

5 en 7: Draai voor lichaam (BROLBR) naar binnen tot punt naar binnen wijst (gewone greep)

Achterwaarts voorstellingsdraai R-naast op KH.
Knieworp vanuit R-knie (tijdens de knieworp beweegt 7 V tot naast 5) (opvangen in GG)

Draai rond lichaam (VLARV) (overnemen in TG)
Achtbeweging L en R op HH
Vlag tot voor brengen

2-4-6-8

Achterwaartse draaiworp R-naast

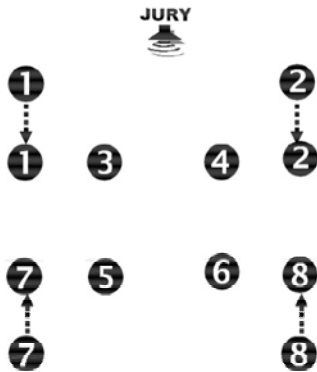
(tijdens deze draaiworp beweegt 2 zich achter tot naast 4)
(opvangen in GG)

Vlag via A en R tot V brengen

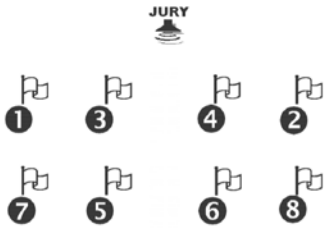
6 en 8: Draai voor lichaam (BLORBL) naar binnen tot punt naar binnen wijst (tegenestelde greep)

Achterwaarts voorstellingsdraai L-naast op KH.
Knieworp vanuit L-knie (tijdens de knieworp beweegt 8 V tot naast 6) (opvangen in GG)

Draai rond lichaam (VRALV) (overnemen in GG)
Achtbeweging R en L op HH
Vlag tot voor brengen

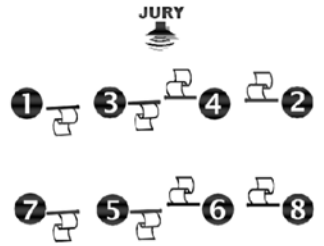


Deel 2:

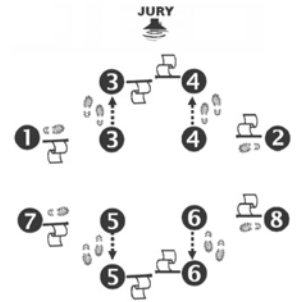


Vlag R-naast optrekken (VBA) en via R terug naar V brengen (gestrekte R-arm)
Draai rond de R-knie (VLAR)
(tijdens deze draai wordt L-been gestrekt achterwaarts geheven)
(Als vlag van R opKH tot V beweegt, wordt het L-been bijgebracht)
Overgaan in teloorzwaai boven hoofd (VLAR) met RH
Vlag tot V brengen (tijdens ganse oefening vrije LH op rug)
(Greepwissel: zwaartepunt overgeven van RH in LH)
Vlag L-naast optrekken (VBA) en via L terug naar V brengen (gestrekte L-arm)
Draai rond de L-knie (VRAL)
(tijdens deze draai wordt R-been gestrekt achterwaarts geheven)
(Als vlag van L op KH tot V beweegt, wordt het R-been bijgebracht)
Overgaan in teloorzwaai boven hoofd (VRAL) met LH
Vlag tot V brengen
(tijdens ganse oefening vrije RH op rug)
Oefening eindigt met vlag naar V op HH; LH in zwaartepunt

Deel 3:



(greepwissel: RH in zwaartepunt; LH aan tegengewicht)
(1-3-5-7: Kwart draai R; 2-4-6-8: Kwart draai L)
Achterwaartse horizontale draaien L-R-L op SH
Achterwaartse draaiworp R-naast (VBAOVBA)
(tijdens deze draaiworp bewegen de vendeliers naar volgende tussenfiguur: 3-6 twee stappen naar L; 4-5 twee stappen naar R; 1-2-7-8 stap naar voor)
Vlag via R tot V brengen
Achterwaartse draai (VBAOV) naast lichaam
Wiegbeweging tot A gevolgt door breekworp
(breekworp: 3-4-5-6 naar zichzelf; 1-2 naar elkaar; 7-8 naar elkaar)
(Vlag opvangen in gewone greep)
Achterwaartse draaiworp (VBAOVBA)
(tijdens deze worp verplaatsen naar plaats in cirkel; aangezicht naar middelpunt cirkel)





Brengen de vlag tot R-naast op SH
 Draaiworp voor lichaam (RBLORB)
(opvangen in GG)
 Draai voor lichaam (BLORBL) tot L-naast
 Tegengestelde draaiworp (LBROLB) naar persoon R naast in de cirkel
(opvangen in GG)
 Vlag tot R-naast brengen
 Voorstellingsdraai R-naast en vlag op SH brengen
 Omgekeerde teloorzwaai boven hoofd (RALV) en via R (over R-elleboog) achter de rug brengen tot punt naar L wijst
 Voorstelbeweging (achter de rug) van L naar R
 Voorstelbeweging (achter de rug) van R naar L
(R-hand aan zwaartepunt met de rug van de hand naar achter)
 Brengen de vlag via A tot R en beschrijven verder nog een volledige draai boven hoofd (RVLAR) LH blijft op de rug
(R-hand net boven tegengewicht; stok rust op onderarm; punt van vlag naar R)
 Vanuit deze houding beschrijven we een draai (RBLORBL) voor het lichaam (enkel met R-hand) tot L-naast
(L-naast plaatsen we het tegengewicht in de L-heup)
 1 ½ draai rond het lichaam (LVRALVR)
(tijdens deze draai, ½ draai R-om; aangezicht naar buitenkant cirkel)
(de ½ draai R-om verdelen over de 1 ½ draai om het lichaam)
 Voorstellingsdraai R-naast
 Voorstelbeweging tot boven
(griepwissel van GG naar TG)
 Telloorzwaai L-naast (BVOAB)
 Vlag laten dalen tot op KH (met L-hand)
(tijdens deze beweging L-been gestrekt achterwaarts brengen; zwaartepunt langs L van R-knie)
 Draai rond R-knie (VLARVL)
 Van hieruit knieworp boven hoofd (ARVLAR) en tot strekstand komen
(R-boven opvangen in GG)
 Wiekslag L-R en tot voor brengen
(tijdens wiekslag L, L-voet zijwaarts)
 Vlag optrekken tot 135° schuin V en kapslag tot L-onder
(tijdens kapslag L-voet achterwaarts plaatsen zodanig dat vendeliers ¼ L draaien)
 Vlag van L via B tot R brengen (brengen L-voet bij)
 Vlag tot V brengen en achterwaartse draaiworp (VBAOVBA) naar vendelier achter u in de cirkel
(opvangen in GG)
 Vlag tot boven brengen
 Telloorzwaai R-naast (BVOAB) en verder met R-hand doorzwaaien en stok onder R-oksels brengen (BVOAB)
(als vlag onder oksel wordt gebracht, R-hand van palm- naar kneukelgriep brengen)
 Achterwaartse draaiworp naar vendelier achter u in de cirkel
(we bewegen het lood via V en B naar A en lossen de stok)
(opvangen in GG en vlag 135° schuin opwaarts brengen)

Deel 5:



Wiekslag LRLR

(tijdens eerste 3 wiekslagen verplaatsen naar volgende figuur; bij 4^{de} wiekslag meedraaien met aangezicht naar jury)

Vlag tot voor op SH brengen

Achtbeweging L-R (op SH) en overgaan in telloorzwaai boven hoofd

(vendeliërs draaien tijdens deze telloorzwaai 1x L-rond)

(vlag maakt volgende beweging: VLARVLAR)

Wanneer de vlag R-naast is gaan vendeliërs op knieën zitten (knieën 90°) en maken draai rond lichaam (VLAR)

Telloorzwaai boven hoofd (VLAR)

(tijdens telloorzwaai leunen vendeliërs naar achter)

Achtbeweging L-R (op HH)

Vlag van R naar L brengen

(onder L-been doorzwaaien; L-voet wordt voor op grond geplaatst; L-knie 90°)

Achtbeweging V-A (L-naast) en brengen vlag terug onder L-been tot R-naast

(tegenwicht blijft in knieholte)

Draai rond L-bovenbeen (RBL) tot L-naast

Voorstel van L naar R

(vendeliër komt tot strekstand tijdens voorstelbeweging; R-voet bij L-voet plaatsen)

5

7

6

1

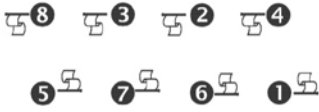
8

3

2

4

Deel 6:



2-3-4-8

Voorstelbeweging van R tot B (zonder greepwissel)

Draai achter de rug (BLORB), 1 ¼ draai voor het lichaam (BLORBLO)

Voorstellingsdraai R-naast en op SH brengen (GG)

Twee draaien voor het lichaam (RBLORBLO)

(tijdens deze twee draaien verplaatsen de vendeliërs zich naar de volgende figuur, aangezicht blijft naar de jury, na draaien vlag in GG)

Draaiworp voor het lichaam (RBLORB)

(4-8 draaien tijdens de worp L-om onder de stok door)

(vlag opvangen in GG,)

Brengen vlag tot R-naast

(2 draait L-om, 3 draait R-om)

1-5-6-7

Voorstelbeweging van R tot B (zonder greepwissel)

Draai achter de rug (BLORB), 2 ¼ draai voor het lichaam (BLORBLOBL)

Vlag tot R-naast op HH (vlag verpakken naar TG) en op SH brengen

Twee draaien voor het lichaam (LBROLBLO)

(tijdens deze twee draaien verplaatsen de vendeliërs zich naar de volgende figuur, aangezicht blijft naar de jury, na draaien vlag in TG)

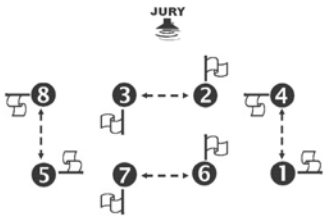
Draaiworp voor het lichaam (LBROLB)

(vlag opvangen in GG)

Brengen vlag tot R-naast

(6 draait L-om, 7 draait R-om)

Deel 7:



(5-8 aangezicht naar elkaar; 1-4 aangezicht naar elkaar; 2-3 aangezicht naar elkaar; 6-7 aangezicht naar elkaar)

Achtbeweging V-A (R-naast op KH)

Draai rond knieën (RVLAR)

Vanuit R-knie een knieworp naar elkaar

(knieworp: 5<->8; 1<->4; 2<->3; 6<->7)

(opvangen in TG; L-naast)

Achterwaartse voorstellingsdraai (L-naast)

Achterwaartse draai (L-naast eindigen op SH)

Vlag van L via V en R tot achter brengen (stok op R-schouder leggen) en schouderworp naar elkaar

(schouderworp: 5<->8; 1<->4; 2<->3; 6<->7)

(opvangen in GG)

Wiekslag L-R

(benen blijven gesloten)

Vlag tot V brengen en optrekken tot 135° schuin opwaarts

Kapslag tot L-onder

(ondertussen draaien vendeliers met aangezicht tot voor)

(4-8 draaien ¼ L-om; 3-7 draaien ¼ L-om; 2-6 draaien ¼ L-om)

1 ½ draai voor het lichaam (LBROLBR)

(bij het brengen van de vlag van L tot B wordt L-voet bijgeplaatst)

Achtbeweging L en vlag via R over de elleboog tot achter de rug brengen

(punt van vlag naar L)

Stok over hoofd tot voor werpen

(vlag blijft horizontaal tijdens worp over hoofd) (opvangen in TG op SH)

Draaiworp voor lichaam (LBROLB)

(opvangen in TG)

Vlag via R tot V brengen

Achtbeweging L-R op KH

Vlag in L knieholte plaatsen en knieworp vanuit L-knie

(opvangen in GG)

Vlag in R knieholte plaatsen en knieworp vanuit R-knie

(opvangen in GG op SH)

Telloorzwaai boven hoofd (RVLAR) en vlag verder draaien en laten dalen tot schuin L-voor

(eindhouding: punt op grond; tegengewicht op BH)

Veel vendelplezier

Eddy Verschuere en Peter Nagels
Vendelmonitoren Antwerpen