

SPORTFEESTREEKSEN

2010



Maart 2010



VENDELREEKSEN 2010

Muziekreeks Gilden :
'Lost In Space' – Avantasia

Muziekreeks Hoofdgilden :
'Starlight' – Muse

MUZEKREEKS GILDEN

1. Muziek

Avantasia 'Lost in Space'

2. Gebruikte 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

3. Afspraken & beginhouding

Vrije hand wordt steeds op de rug gebracht.

Vendelier staat steeds in strekstand (voeten samen), tenzij anders vermeld.

Op twee momenten in de reeks worden de vendeliers opgesplitst in 2 (verschillende) groepen, hierbij is het steeds de bedoeling dat de vendeliers zich opsplitsen in twee ongeveer gelijke groepen.

Voor de beginhouding worden er twee groepen gevormd: de voorste helft is groep 1, de achterste helft is groep 2.

Groep 1: op de knieën met punt van de vlag L-naast op de grond, tegengewicht op SH in TG. (hoek tussen Bbeen en Obeen is 90°)

Groep 2: in strekstand met punt van de vlag L-naast op de grond, tegengewicht op HH in TG.

4. Reeksbeschrijving

DEEL 1

Groep 1: 2 telloorzwaaien boven het hoofd LVRALVRAL (vlag stijgt tot SH tijdens eerste draai), vlag eindigt L op SH en de rechervoet wordt op de grond geplaatst.

Groep 2: rust.

Groep 1: rust.

Groep 2: 2 telloorzwaaien boven het hoofd LVRALVRAL (vlag stijgt tot SH tijdens eerste draai), vlag eindigt L op SH.

Voorstel tot R naast op HH (groep 1 staat recht)

1 ¼ draai L-om rond lichaam tot V

vlag onder L voorwaarts geheven been, vlag tot V en horizontaal nr R brengen (met greepswissel tot GG)

Voorstel tot L naast op HH

1 ¼ draai R-om rond lichaam tot V

vlag onder R voorwaarts geheven been, vlag tot V

vlag R-om over R elleboog

vlag in TG achtbeweging R en L, platte acht R

vlag L-om over L elleboog

vlag in GG, achtbeweging L R L

½ grote draai voor lichaam tot B, (ORB)
1 ¼ grote draai achter rug tot L naast horizontaal op SH (BLORBL)
Vlag horizontaal via V tot R op SH brengen.

REFREIN

Draaiworp voor het lichaam, waarbij de vendelier L-om onder de vlag door draait (gezicht is nu naar achter)

Vlag opvangen in GG R-naast en laten dalen tot KH
½ achterwaartse voorstellingsdraai (BAO) op KH
knieworp vanuit de R-knie
Vlag opvangen in GG,
wiekslag L R (ondertussen 3 stappen L R L + R voet bijzetten)

afwerken tot vlag V, punt net boven de grond
1 ½ grote draai voor lichaam (ORBLORB)
1 ¼ grote draai achter de rug tot L op SH (BLORBL)
Vlag horizontaal via V tot R op SH

Draaiworp voor het lichaam, waarbij de vendelier L-om onder de vlag door draait (gezicht is nu naar voor)

Vlag opvangen in GG R-naast en laten dalen tot KH
½ achterwaartse voorstellingsdraai op KH
knieworp vanuit de R-knie
vlag opvangen in GG,
wiekslag L R (ondertussen 3 stappen L R L + R voet bijzetten)

DEEL 2

Wiekslag R gaat over in 2 teloorzwaaien R-naast (VOABVOABV)
vlag daalt tot onder de knieën, punt naar V, stok R naast het R been.
1 ½ draai R-om rond beide benen (L hand brengt tegengewicht van A via L naar VRALV)
Als de punt van de vlag naar A wijst (na 1 ½ toer) heft de vendelier de R voet op (knieën blijven bijeen), op deze manier beschrijven we nog 1 ½ draai tot punt V.
Vanaf V wordt de vlag op HH in TG genomen, gevolgd door wiekslag R L

Wiekslag L gaat over in 2 teloorzwaaien L-naast (VOABVOABV)
vlag daalt tot onder de knieën, punt naar V, stok L naast het L been.
1 ½ draai L-om rond beide benen (R hand brengt tegengewicht van A via R naar VLARV)
Als de punt van de vlag naar A wijst (na 1 ½ toer) heft de vendelier de L voet op (knieën blijven bijeen), op deze manier beschrijven we nog 1 ½ draai tot punt V
Vanaf V wordt de vlag op HH in GG genomen, gevolgd door wiekslag L R tot punt voor (net boven de grond)

1 ½ grote draai voor het lichaam tot boven(ORBLORB)
1 ¼ grote draai achter het lichaam (BLORBL) tot L naast op SH.
vlag horizontaal via V tot R brengen,
gedurende deze beweging draait de helft van de groep L om en de andere helft R om,
zodat de vendeliers met het gezicht weg van elkaar staan.

REFREIN

Draaiworp voor het lichaam, vlag opvangen R-naast op SH in GG,
½ achterwaartse voorstellingsdraai op KH
knieworp vanuit de R-knie
Vlag opvangen in GG,
wiekslag L R (ondertussen 3 stappen L R L + R voet bijzetten)
afwerken tot vlag V, punt net boven de grond
1 ½ grote draai voor lichaam (ORBLORB)
1 ¼ grote draai achter de rug tot L op SH (BLORBL)
Vlag horizontaal via V tot R op SH

Draaiworp voor het lichaam, waarbij de vendelier L-om onder de vlag door draait (gezicht is nu naar binnen, de beide groepen kijken naar elkaar)
Vlag opvangen in GG en laten dalen tot KH
½ achterwaartse voorstellingsdraai op KH
knieworp vanuit de R-knie
Vlag opvangen in GG,
wiekslag L R (ondertussen 3 stappen L R L + R voet bijzetten)

DEEL 3

Wiekslag R afwerken tot horizontaal V in GG en vlag optrekken tot B terwijl de vendelier ¼ draait zodat hij terug met zijn gezicht naar de jury staat.

¾ telloorzwaai R naast (BVOA)
draaiworp R opvangen in TG
¾ telloorzwaai L-naast (BVOA)
draaiworp L opvangen in TG
vlag tot V op HH brengen

Enkel met L hand en gestrekte L arm een grote draai L naast,
één draai R-om rond het lichaam (VRALV),
de vlag onder het voorwaarts geheven R been en afwerken tot vlag V op HH

Enkel met R hand en gestrekte R arm een grote draai R naast,
één draai L-om rond het lichaam (VLARV),
de vlag onder het voorwaarts geheven L been en afwerken tot vlag V op HH

DEEL 4

Horizontale draai L R (in tegengestelde greep)
Vlag via V op HH tot L-naast op SH brengen met punt 135° naar B.
Vlag met 4 halve achtbewegingen laten dalen tot op HH (A V A V)
L hand naar kneukelgreep
1 ¼ draai L-om rond lichaam tot A,
vlag vertikaal naar V brengen
schuin optrekken tot L-naast op SH met punt 135° naar B.
Stok onder de vlag doortrekken en kapslag tot R-naast, punt van de vlag tot net boven de grond (dit allemaal in TG), R-voet wordt opzijgezet tot spreidstand.

Voorstelbeweging zonder greepwissel tot L-naast op HH terwijl R-voet terug wordt bijgezet,
vlaggespelworp tot R-naast opvangen in GG.

DEEL 5

Voorstel van R naar L, overgaan in
wiekslag R L tot V.

L over de elleboog, achter de rug en vlag tot V op SH

1 telloorzwaai boven het hoofd tot V met R-hand, daar neemt de L hand het tegengewicht bij en
verandert de vlag L naast op SH van richting (stok onder vlag).

1 ½ telloor boven het hoofd R-om (VRALVRA) eindigend op SH

Voorwaartse draaiworp R naast op SH,

omgekeerde draaiworp R naast op SH, opvangen in GG, afwerken tot de punt A op SH

Wiekslag L R afgewerkt tot V

L hand lost de stok,

R over de elleboog, achter de rug en vlag tot V op SH

1 telloorzwaai boven het hoofd tot V met L-hand, daar neemt de R hand het tegengewicht bij en
verandert de vlag R naast op SH van richting (stok onder vlag).

1 telloor boven het hoofd L-om (VLARV) eindigend op SH in TG.

Horizontale draai L R op SH,

horizontale draai L R op HH

Vlag van V op HH doordraaien tot L-naast, punt op de grond tegengewicht op HH.

Veel vendelplezier!

***Davy Verdonck
Frederik De Bock
Patrick Beck***

Sportmonitoren KLJ Oost-Vlaanderen

MUZEKREEKS HOOFDGLIJDEN

1. Muziek

Muse 'Starlight'

2. Gebruikte afkortingen

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

3. Beginhouding & afspraken

<p>De vendeliërs 3-5-7-8 staan in strekstand met het aangezicht naar de jury</p> <p>vlag in gewone greep, gestrekte armen; vlag 135° schuin opwaarts; punt v/d stok naar A</p> <p>De vendeliërs 1-2-4-6 zitten geknield met het aangezicht naar de jury</p> <p>L-knie op de grond, R-voet op de grond (knie 90°); vlag in gewone greep; tegengewicht op BH; punt v/d stok V op grond</p>	 <p>figuur 1</p>
--	---

De afstand tussen de vendeliërs is telkens in blokjes aangegeven. Elk blokje meet 1m het grijze blokje is het middelpunt, de vorige plaats in de figuur is aangegeven met een leeg vakje met de bijhorende nummer.

4. Intro

3-7	Vanuit beginhouding wiekslag L-R op SH en via A terug tot beginhouding (bij aanvang van de 1 ^{ste} wiekslag, het L-been in spreidstand brengen)
5-8	Vanuit beginhouding wiekslag R-L op SH en via A terug tot beginhouding (bij aanvang van de 1 ^{ste} wiekslag, het R-been in spreidstand brengen)
1-2-4-6	Blijven in beginhouding

1-2-4-6	Vanuit beginhouding horizontale draai R-L op SH tot V
3-5-7-8	Blijven in beginhouding

5. Reeksbeschrijving

Deel 1:

1-2-4-6	Vlag via B tot achter op SH brengen. Telloorzwaai boven het hoofd (ARVLAR) gevolgd door een voorstel van R naar L (tijdens de voorstelbeweging staan vendeliers 1-2-4-6 op, L-voet bij R brengen).
3-5-7-8	Vlag laten dalen tot achter op SH (3-7 brengen L-voet bij R; 5-8 brengen R-voet bij L). Telloorzwaai boven het hoofd (ARVLAR) gevolgd door een voorstel van R naar L

De Telloorzwaai wordt door beide groepen gelijktijdig uitgevoerd.

L-naast een voorstellingsdraai uitvoeren op HH en vlag L om het lichaam draaien (LARV).

Enkel met de R-hand maken we een achtbeweging L-naast op HH, en bewegen de vlag tot R-naast over de elleboog en draaien de vlag achter de rug door. Als de vlag L-naast is wordt het L-been voorwaarts gestrekt. De vlag wordt onder het voorwaarts gestrekte been gebracht tot de punt naar voor wijst.

Vervolgens wordt het L-been met een zwaai tot A gebracht. Tegelijkertijd wordt de vlag via L onder het achterwaarts gestrekte been tot R-naast gebracht. Als de vlag R-naast is, staan de vendeliers terug in strekstand.

Telloorzwaai boven het hoofd (RVLAR) op SH tot R-naast. Draaiworp voor het lichaam (RBLORBL) en L opvangen in TG.

L-naast maken we een Achtbeweging V-A op HH, gevolgd door een voorstelbeweging van L naar R. R-naast een voorstellingsdraai uitvoeren op HH, gevolgd draai rond lichaam (RALV).

Enkel met de L-hand maken we een achtbeweging R-naast op HH en brengen de vlag via L-naast tot B. We beschrijven een draai achter het lichaam (BROLB) tot R-naast op SH. Het lood wordt op de borst geplaatst en de vlag wordt horizontaal via V tot L-naast gebracht, nog steeds op SH. (L-naast wordt de R-hand terug aan het lood gebracht).

Draai voor het lichaam (BROLBR). R-naast wordt de het lood onder het achterwaarts gestrekte L-been gebracht. (L-been wordt naar achter gebracht tijdens de dalende beweging van de vlag).

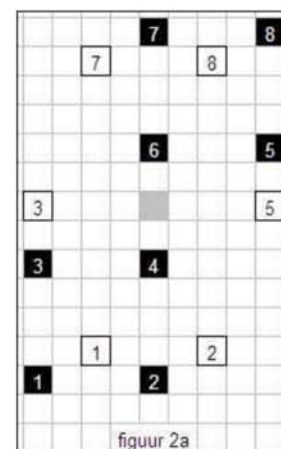
Het L-been wordt met een zwaai tot V gebracht. Het L-been dwingt de vlag via A en L tot V.

De vlag wordt R-naast opgetrokken in GG, met gestrekte armen (VBARV) (vendeliers terug in strekstand).

Deel 2:

We maken van uit R een achtbeweging L-naast gevolgd door R-naast een achtbeweging A-V (tijdens deze achtbewegingen gaan de vendeliers naar hun volgende positie).

Voorstelbeweging van R naar L (de L-hand neemt de stok aan het koper en de vlag wordt op de L schouder gebracht). De punt van de vlag wordt van L via A tot R horizontaal rond de hals gedraaid. Vervolgens wordt de vlag achter de rug gedraaid (ROL) (enkel met de L-hand; deze wordt tijdens de beweging achter het hoofd gehouden, L-arm wordt over het hoofd gedraaid tot R naast). De vlag wordt nu tot horizontaal A gebracht, ondertussen daalt de L-hand van het koper tot onderaan het lood. Ook de R-hand neemt het lood vast en de vendelier maakt een schouderworp R-naast (opvangen in gewone greep).



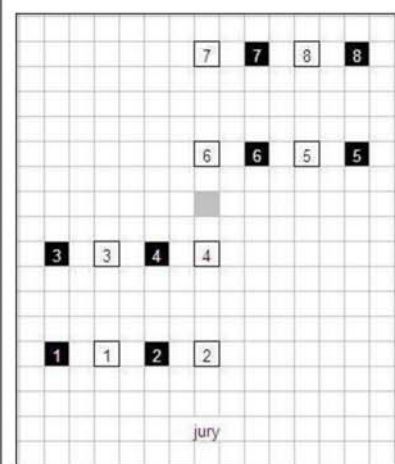
2-4-6-7	Vlag optrekken tot 135° R-schuin opwaarts (vendeliërs draaien met gezicht naar de vendeliër naast hen : 1-2, 3-4, 5-6, 7-8) Wiekslag L-R op schouderhoogte, vlag tot V op SH brengen en via R tot A brengen. Vlag op R-schouder leggen en R-naast een schouderworp met vlagwissel uitvoeren met de overstaande vendeliër.
1-3-5-8	Vlag optrekken (BAO) en tot R-naast op enkelhoogte brengen. (vendeliërs draaien met gezicht naar de vendeliër naast hen : 1-2, 3-4, 5-6, 7-8). Draai rond de enkels (RVLAR) uitvoeren, gevolgd door R-naast achtbeweging V (op enkelhoogte) en A (op KH). Vlag in de knie plaatsen en knieworp met vlagwissel uitvoeren met de overstaande vendeliër.

Deel 3

Opvangen in tegengestelde greep en horizontaal tot L-naast op HH brengen. L-naast een voorstellingsdraai uitvoeren, gevolgd door een draai rond lichaam (LARV) (tijdens draai zetten vendeliërs 2-4-6-7 twee stappen vooruit; 1-3-5-8 één stap achteruit – fig 2b)

Vlag R optrekken tot 135° schuin opwaarts, gevolgd door een kapslag tot L-naast (vendeliërs 2-4-6-7 gaan onder). Bij het inzetten van de kapslag plaatsen de vendeliërs het L-been in spreidstand. Vervolgens een voorstelbeweging zonder greepwissel (GG) uitvoeren tot R-naast gevolgd door voorstel van R naar L (tot 135° schuin opwaarts). Bij het inzetten van de 1^{ste} voorstelbeweging sluiten de vendeliërs het L-been.

Wanneer vlag 135° schuin opwaarts is wordt een kapslag tot R-naast uitgevoerd (vendeliërs 2-4-6-7 gaan onder). Bij het inzetten van de kapslag plaatsen de vendeliërs het R-been in spreidstand. Vervolgens een voorstelbeweging zonder greepwissel (GG) uitvoeren tot L-naast gevolgd door voorstel van L naar R (tot 135° schuin opwaarts). Bij het inzetten van de 1^{ste} voorstelbeweging sluiten de vendeliërs het R-been



figuur 2b

Wanneer vlag 135° schuin opwaarts is, een wiekslag L en R uitvoeren (vendeliërs 2-4-6-7 zwaaien onder de vlag van de tegenoverstaande vendeliër door). Wiekslag R tot RB. Telloorzwaai R-naast (BVOAB) tot B. Vervolgens draait de vendeliër zich in de richting van de volgende worp, gevolgd door een verticale draai naast lichaam (BVOABV) die overgaat in een wiegbeweging (lood wordt naar A gebracht). De vendeliërs voeren een breekworp uit en een vlagwissel met de tegenoverstaande vendeliër (3-7, 1-6, 4-8, 2-5).

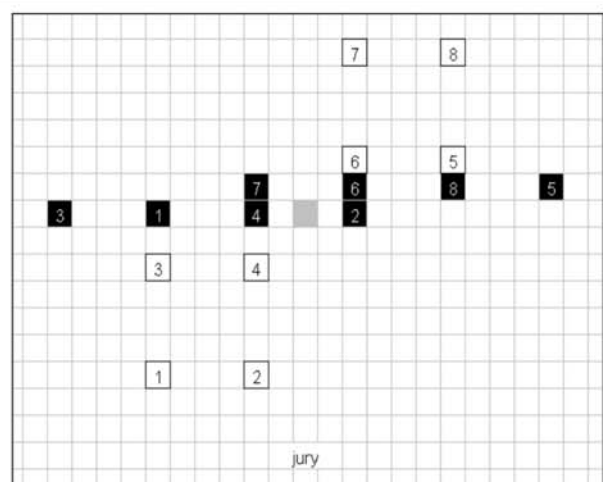
Deel 4:

Opvangen in gewone greep. Vlag optrekken R-naast (VBARV) (de vendeliërs bewegen zich naar figuur 3a).

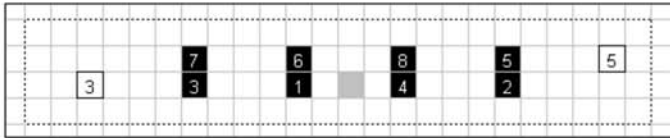
Als de vendeliërs hun positie hebben ingenomen, wordt de vlag L-om rond het lichaam gedraaid (VLARV)

(vendeliërs 4-7 en 2-6 die in koppel staan geven de vlaggen aan elkaar door rond het lichaam).

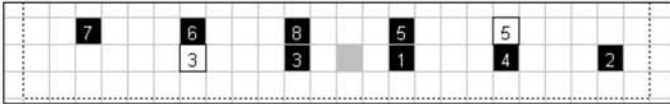
Achterwaartse draaiworp R-naast. (ondertussen verplaatsen de vendeliërs zich naar figuur 3b).



figuur 3a



figuur 3b



figuur 3c

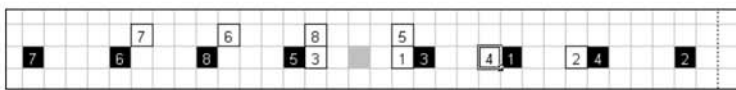
R-naast een achtbeweging VA uitvoeren .

Vlaggespelworp met vlagwissel (vendeliërs staan in koppel met L schouder aan elkaar) vlag opvangen in GG horizontaal R-naast.

Vlag tot V brengen en optrekken R-naast (VBARV). (ondertussen verplaatsen de vendeliërs zich naar figuur 3c).

De vlag wordt L-om rond het lichaam gedraaid (VLARV).

(vendeliërs 1-5 en 3-8 die in koppel staan geven de vlaggen aan elkaar door rond het lichaam).



figuur 3d

Achterwaartse verticale draai R-naast (VBAOVBA)(tijdens deze draai gaan de vendeliërs naar figuur 3d)

1-2-3-4

Tijdens de dalende beweging van de vlag (achterwaartse draai), draait de vendeliër zich met het aangezicht naar de jury. R-naast maken de vendeliërs een voorstellingsdraai (OABVO)

Voorstelbeweging tot B gevolgd door draai achter de rug (BLORB) greepwissel naar TG en nogmaals draai achter de rug (BLORB). We maken een vlinderbeweging achter de rug tot de punt naar L wijst. We draaien rond het lichaam (lood eerst) tot vlag LV is (LARV).

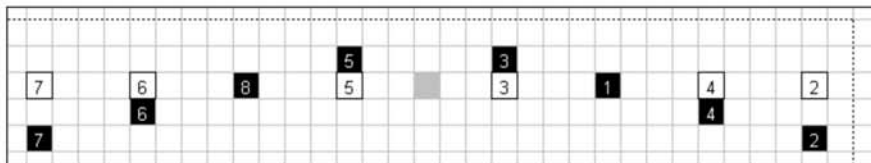
Optrekken L-naast gevolgd door achtbeweging R-naast. (vendeliërs gaan naar figuur 3e)

5-6-7-8

Tijdens de dalende beweging van de vlag (achterwaartse draai), draait de vendeliër zich met het aangezicht naar de jury. De vendeliërs brengen de vlag via V tot L.

Voorstelbeweging van L tot B gevolgd door draai achter de rug (BROLB) greepwissel naar GG en nogmaals draai achter de rug (BROLB). We maken een vlinderbeweging achter de rug tot de punt naar R wijst. We draaien rond het lichaam (lood eerst) tot vlag RV is (RALV).

Optrekken R-naast gevolgd door achtbeweging L-naast. (vendeliërs gaan naar figuur 3e)

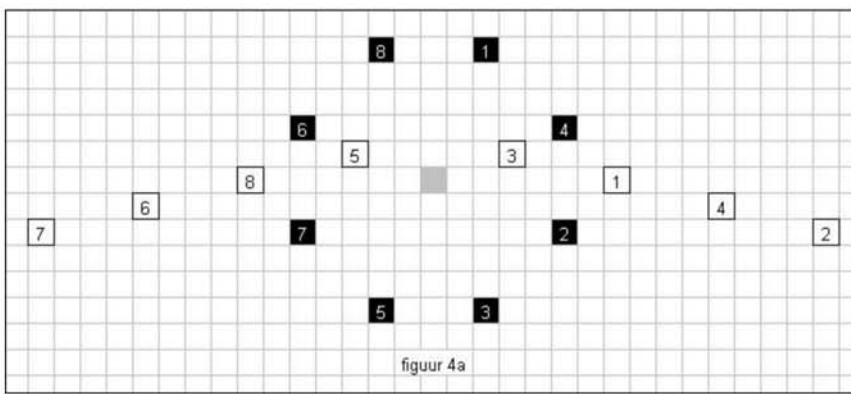


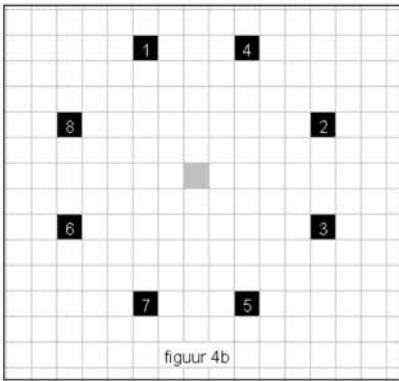
figuur 3^e

Deel 5:

1-2-3-4	<p>Vlag rond lichaam (RVLAR) tot R achter de rug. Voorstelbeweging van R naar L (achter de rug; R-hand neemt vlag in kneukelgreep in zwaartepunt). Vlag wordt over het hoofd gedraaid (LARVL), achter de rug doordraaien (LOR) en draai voor het lichaam afwerken (BLORBL) tot L-naast. Het lood wordt in de L heup geplaatst en de vendelier draait de vlag rond het lichaam (LVRALV), optrekken L-naast en plaatst de vlag in zijn knie.</p> <p>De vlag wordt rond het L-been gedraaid onder het R-been, dat achterwaarts geheven wordt. (vanaf nu enkel met de L-hand) Zodra de vlag het R-been gepasseerd is, wordt de R-voet achterwaarts op de grond geplaatst. R naast achtbeweging, (tijdens deze beweging wordt de RH op de grond geplaatst en strek het L-been achterwaarts naast het R-been).</p> <p>Vlag via L, tegengewicht boven de elleboog, horizontaal A brengen. Nu wipt men beide voeten gelijktijdig omhoog en draait de vlag onder beide voeten door naar R. Met een worp wordt de vlag van achter de R-arm met de LH doorgeworpen om vlug vóór de arm weer met dezelfde hand opgevangen te worden.</p> <p>Nu trekken we de vlag L-naast op (tijdens deze beweging beurtelings L- en R-been via hurkzit tot strekstand)</p> <p>Vlag achter L-knie brengen gevolgd door knieworp.</p>
5-6-7-8	<p>Vlag rond lichaam (LVRAL) tot L achter de rug. Voorstelbeweging van L naar R (achter de rug; L-hand neemt vlag in kneukelgreep in zwaartepunt). Vlag wordt over het hoofd gedraaid (RALVR), achter de rug doordraaien (ROL) en draai voor het lichaam afwerken (BROLBR) tot R-naast. Het lood wordt in de R heup geplaatst en de vendelier draait de vlag rond het lichaam (RVLARV), optrekken R-naast en plaatst de vlag in zijn knie.</p> <p>De vlag wordt rond het R-been gedraaid onder het L-been, dat achterwaarts geheven wordt. (vanaf nu enkel met de R-hand) Zodra de vlag het L-been gepasseerd is, wordt de L-voet achterwaarts op de grond geplaatst. L naast achtbeweging, (tijdens deze beweging wordt de LH op de grond geplaatst en strek het R-been achterwaarts naast het L-been).</p> <p>Vlag via R, tegengewicht boven de elleboog, horizontaal A brengen. Nu wipt men beide voeten gelijktijdig omhoog en draait de vlag onder beide voeten door naar L. Met een worp wordt de vlag van achter de L-arm met de RH doorgeworpen om vlug vóór de arm weer met dezelfde hand opgevangen te worden.</p> <p>Nu trekken we de vlag R-naast op (tijdens deze beweging beurtelings R- en L-been via hurkzit tot strekstand)</p> <p>Vlag achter R-knie brengen gevolgd door knieworp.</p>

Deel 6:

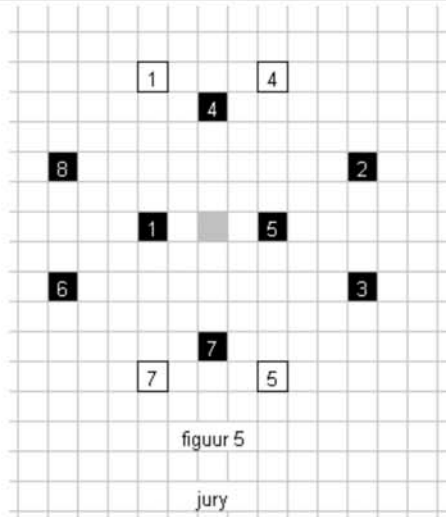
<p>Vlag opvangen in GG en A op SH brengen. 2 telloorzwaaien boven het hoofd (ARVLARVLA) (tijdens deze draaien verplaatsen de vendeliers zich naar figuur 4a, met het gezicht naar het midden van de cirkel)</p>	 <p>The diagram shows a circle on a grid with 8 numbered points. The points are arranged as follows: 1 (top), 2 (right), 3 (bottom-right), 4 (right), 5 (bottom), 6 (left), 7 (bottom-left), and 8 (left). A small grey square is located at the center of the circle. The caption below the grid reads 'figuur 4a'.</p>
---	--



Draaiworp R-naast, opvangen in GG horizontaal V. vlag optrekken 135° R schuin opwaarts. De vendeliers maken een kapslag naar L, tegelijkertijd draaien ze een halve draai L-om. Met een halve draai LBR tot 135° schuin opwaarts afwerken, en vervolgens een 2^{de} kapslag uitvoeren en opnieuw een halve draai L-om maken tot de vendeliers in de richting van de cirkel staan. De vlag eindigt met de punt van de vlag naar links, op SH.

Neerwaartse draaiworp voor het lichaam (LBROLBR). Achtbeweging V-A R-naast op kniehoogte, vlag achter de knie en knieworp met vlagwissel. (de vlag wordt ter plaatse hoog opgeworpen; de vendeliers schuiven een plaats op in de cirkel, figuur 4b).

Opvangen in GG, wiekslag L en afwerken tot V op SH. 1 ½ telloorzwaai boven het hoofd (VLARVLA) (tijdens de draai draaien de vendeliers een halve draai L-om).



figuur 5

jury

Verticale draai R-naast lichaam (ABVOABV) die overgaat in een wiegbeweging (lood wordt naar A gebracht). Achterwaartse breekworp met vlagwissel naar de achterstaande vendelier.

Opvangen GG, en brengen vlag horizontaal A op SH. Telloorzwaai boven hoofd (ARVLA) (vendelier draai naar middelpunt cirkel. Verticale draaiworp R-naast (ABVOABVO) (vendeliers zetten 3 passen LRL; L-voet voor R-voet; R-voet met tip op de grond) tot punt naar O net boven de grond).

Achterwaartse verticale draaiworp R-naast (OVBAOVBA) (vendeliers zetten 3 passen RLR naar achter; en plaatsen de L-voet bij de R-voet; en nemen de zelfde plaats in de cirkel terug in).

Telloorzwaai boven hoofd (ARVLAR), voorstel tot L op HH gevolgd door voorstellingsdraai (OABV) en 1 ¾ draai L-om het lichaam draaien (LARVLARV). Horizontale draaien RLR (tijdens deze beweging gaan de vendeliers naar figuur 5)

Deel 7:

R naast omgekeerd voorstellingsdraai op HH en vlag optrekken tot 135° schuin opwaarts. Kapslag tot L onder en afwerken met grote draai voor lichaam OLB tot R 135° schuin opwaarts. Nogmaals kapslag tot L onder en afwerken met grote draai voor lichaam OLB tot R 135° schuin opwaarts. (tijdens de 2 kapbewegingen draaien de vendeliers zich L-om tot het aangezicht naar achter kijkt, de vendeliers draaien verschillende afstanden, nr 5 draait niet). Wiekslag LR tot V, vlag optrekken 135° R schuin opwaarts. Kapslag tot LO (vendeliers draaien halve draai L-om (aangezicht terug naar de jury).

Vlag via L tot B brengen. 2 grote draaien voor het lichaam (BROLBROLBR) tot R op HH. Draai L-om lichaam (VLAR) en vlag verder doordraaien tot L-naast (tijdens de beweging van R naar L springt de vendelier in schaarsprong over de vlag. Vlag verder achter de rug (over elleboog) horizontaal tot R-naast brengen. Enkel met de R-hand wordt een telloorzwaai boven het hoofd gemaakt (RVLAR) eindigend op HH. L-hand neemt lood vast en we maken een achtbeweging LR gevolgd door een grote draai voor het lichaam (ROLBR) tot R-naast op HH.

L-om het lichaam draaien tot punt naar R wijst (RVLAR) (tijdens de beweging van L tot R buigt de vendelier zich voorover; L-hand houdt vlag in zwaartepunt). Vlag wordt via V tot L over de rug gedraaid (wanneer de vlag L-naast is komen de vendeliers terug in strekstand).

De R-hand neemt de vlag over in het zwaartepunt. Heupworp vanuit de R-heup (lood eerst). Vervolgens draai boven hoofd enkel met de R-hand (VLAR) tot V op HH. Richtingsverandering L-naast en brengen de vlag via R over de elleboog achter de rug. Vlag wordt over de L schouder geworpen en met de R-hand opgevangen. De Vlag R-naast enkel met de rechterhand optrekken (VBARV) en L-om lichaam (VLARVL). Neerwaartse draai (LBROL) voor lichaam eindigend L-naast op SH in TG gevolgd door neerwaartse draaiworp (LBROLBR) opvangen in GG en tot R-naast op HH brengen.

Einde

Veel vendelplezier!

***Philip Jansen
Peter Nagels***

Sportmonitoren KLJ Antwerpen

