

Round Dance

Level A

Teil 3: Rumba

Gabriele Langer

**Stand: Vers. 1.0
(Juni 2011)**

Level A – Figurenliste Rumba

Rumba	Seite
1. Basic	3
2. Fence Line	4
3. New Yorker	4
4. Progressive Walk (3,6)	5
5. Circle in 6	6
6. Time Step	6
7. Shoulder to Shoulder	7
8. Sliding Door	7
9. Hand to Hand	8
10. Spot Turn	9
11. Cucaracha	9
12. Half Basic	10
13. Underarm Turn	10
14. Lariat	11
15. ... in 4	12
16. Open Break	12
17. Whip	13
18. Chase	14
19. Door	15
20. Reverse Underarm Turn	16
21. Crab Walk(s)	17
22. Back Break to Open	17
23. Chase Peek-a-Boo	18
Grundtiming	3
Weitere Informationen	20
Level A	20
Impressum	20

Grundtiming

Timing: Soweit nicht anders bei den einzelnen Schritten beschrieben, ist das Timing (Verteilung langsamer und schneller Schritte auf die Taktschläge der Musik) in der Rumba wie folgt: Quick Quick Slow;

Taktschläge		Schritte	Timing	Timing
•	1	Schritt 1	Quick	Q
•	2	Schritt 2	Quick	Q
•	3	Schritt 3	Slow	S
•	4			

Figurenbeschreibungen

A 1	Basic	Rb: III
Timing	QQS; QQS;	
Start & Ende	Butterfly Position, Leadfuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • forward, • recover, •• side; • back, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor, • wieder zurück belasten, •• Seite; • zurück, • wieder vorwärts belasten, •• Seite;
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • back, • recover, •• side; • forward, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück, • wieder vorwärts belasten, •• Seite; • vor, • wieder zurück belasten, •• Seite;

A 2	Fence Line	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • seitlich vorkreuzen, • wieder zurückbelasten, •• Seite;
Hinweis	<p>Beide Partner bleiben beim Vorkreuzen mit den Schultern und Hüften weitgehend parallel zueinander (d.h. als Paar nicht öffnen). Bei diesem Schritt geht man auch etwas ins Knie. Während des Vorkreuzens kann man kurzzeitig den Kopf (aber nicht den Körper) in die Richtung wenden, in die sich der Fuß beim Schritt bewegt.</p>	

A 3	New Yorker	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • swivel to side by side position & step thru, • recover & swivel to face, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • auf Standbein öffnen (zur Position: nebeneinander) & mit dem freien inneren Fuß vor, • wieder zurückbelasten & zum Partner drehen, •• Seite;

Öffnen	<p>Beginnt die Figur mit dem Leadfuß, dann lässt man die Trailhände los und öffnet sich als Paar zur Left Open Position (Herr dreht zum Öffnen $\frac{1}{4}$ nach rechts, Dame $\frac{1}{4}$ nach links: Herr steht dann rechts von der Dame).</p> <p>Beginnt die Figur mit dem Trailfuß, dann lässt man die Leadhände los und öffnet sich als Paar zur Open Position (Herr dreht zum Öffnen $\frac{1}{4}$ nach links, Dame $\frac{1}{4}$ nach rechts: Herr steht dann links von der Dame).</p>
to open	New Yorker to open: Der New Yorker beginnt mit dem Leadfuß, mit dem dritten Schritt löst man die Leadhände und dreht sich zur Open Position (Herr $\frac{1}{4}$ nach links, Dame $\frac{1}{4}$ nach rechts).

A 4	Progressive Walk (3, 6)	Rb: III
Timing	QQS; (QQS;)	
Start	Open Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Open Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • forward, • forward, •• forward; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor, • vor, •• vor;
!	Beim Progressive Walk 6 wird die Figur Progressive Walk 3 zweimal hintereinander ausgeführt, einmal beginnend mit dem Leadfuß und einmal beginnend mit dem Trailfuß.	
Technik	Den Fuß immer zuerst mit dem Ballen (Innenkante) aufsetzen – keine Fersenschritte!	

A 5	Circle in 6	Rb: III
Timing	QQS; QQS;	
Start	Butterfly Position (oder Open Pos.) , Leadfuß frei	
Ende	normalerweise Butterfly Position, Leadfuß frei	
beide	Jeder tanzt mit 6 Vorwärtsschritten (Figur: A 4) in einem Kreis vom Partner weg und wieder zum Partner hin. (Herr: linksherum, Dame: rechtsherum)	
Cue	Die Figur wird manchmal auch gecuet als Circle away & together (alternativer Cue).	

A 6	Timestep	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • cross behind, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • seitlich hinterkreuzen, • wieder belasten (vor), •• Seite;
Hinweis	Zu Beginn der Figur lässt man die gefassten Hände los und streckt die Arme zur Seite aus.	

A 7	Shoulder to Shoulder	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position, anderer Fuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • diagonally forward (outside of lady's foot) • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • diagonal vor (außen am Fuß der Dame vorbei), • wieder zurückbelasten, •• Seite;
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • diagonally back, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • diagonal (zur Standbeinseite) zurück, • wieder nach vorne belasten, •• Seite;

A 8	Sliding Door	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Open oder Left Open Position, Außenfuß frei	
Ende	Left Open oder Open Position, anderer Fuß (neuer Außenfuß) frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • rock side, • recover, •• cross; 	<ul style="list-style-type: none"> • zur Seite, • wieder belasten, •• vorkreuzen;
Herr	Herr bewegt sich mit dem cross mit einer Seitwärtsbewegung hinter der Dame auf die andere Seite.	
Dame	Dame bewegt sich mit dem cross mit einer Seitwärtsbewegung vor dem Herrn auf die andere Seite.	
Hände	Zu Beginn die Innenhände loslassen und am Ende der Figur nach dem Platzwechsel die neuen Innenhände fassen.	

A 9	Hand to Hand	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • swivel to side by side position & step back, • recover & swivel to face, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • auf Standbein öffnen (zur Position: nebeneinander) & mit dem äußeren Fuß zurück, • wieder nach vorn belasten & zum Partner drehen, •• Seite;
Öffnen	<p>Beginnt die Figur mit dem Leadfuß, dann lässt man die Leadhände los und öffnet sich als Paar zur Open Position (Herr dreht zum Öffnen ¼ nach links, Dame ¼ nach rechts: Herr steht dann links von der Dame).</p> <p>Beginnt die Figur mit dem Trailfuß, dann lässt man die Trailhände los und öffnet sich als Paar zur Left Open Position (Herr dreht zum Öffnen ¼ nach rechts, Dame ¼ nach links: Herr steht dann rechts von der Dame).</p>	
to open	<p>Hand to Hand to open: Das Hand to Hand beginnt mit dem Leadfuß, mit dem dritten Schritt löst man die Leadhände wieder und dreht sich zur Open Position (Herr ¼ nach links, Dame ¼ nach rechts). [Sehr ähnlich zu Nr A 22 Back Break to Open.]</p>	

A 10	Spot Turn	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	meist Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	meist Butterfly Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front (& start turning away from partner), • recover (finish turn to face partner), •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • vorkreuzen (und dann beginnen, vom Partner wegzudrehen), • wieder belasten und dabei weiter drehen bis man wieder direkt den Partner anschaut) •• Seite;
Hinweis	Start aus Open Position ist auch möglich, dann wird der erste Schritt nicht vorgekreuzt sondern gerade nach vorne gesetzt (und Drehung beginnen) und es wird insgesamt entsprechend weniger gedreht.	

A 11	Cucaracha	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	oft Butterfly Position, Leadfuß oder Trailfuß frei	
Ende	oft Butterfly Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • side, • recover, •• close; 	<ul style="list-style-type: none"> • zur Seite, • wieder belasten, •• schließen;
Hinweis	häufig zweimal hintereinander (einmal nach links und einmal nach rechts)	

A 12	Half Basic	Rb: III
Timing	QQS;	
!	Identisch mit erster Hälfte des Basic (Figur A 1).	
Start	Butterfly oder Closed Position, Leadfuß frei	
Ende	Ausgangsposition, Trailfuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • forward, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor, • wieder zurück belasten, •• Seite;
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • back, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück, • wieder vorwärts belasten, •• Seite;

A 13	Underarm Turn	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	meist Butterfly Position, Trailfuß frei	
Ende	meist Butterfly Position, Leadfuß frei	
Herr	Der Herr tanzt den zweiten Teil des Basics (Figur Nr. A 1) und führt damit mit den gefassten Leadhänden die Dame in die Drehung.	
	<ul style="list-style-type: none"> • back, • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück, • wieder vorwärts belasten, •• Seite;
	Der erste Schritt des Herrn kann auch diagonal nach hinten erfolgen: statt back (zurück), cross in back (leicht hinterkreuzen) [vgl. Roundalab].	

Dame	Die Dame tanzt unter den gefassten Leadhänden einen Spot Turn (Figur Nr. A 10).	
	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front (& start turning rightface), • recover (finish turn to face partner), •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • vorkreuzen (und beginnen, rechtsherum zu drehen), • wieder belasten und dabei weiter drehen bis man wieder direkt den Partner anschaut) •• Seite;

A 14	Lariat	Rb: III
Timing	QQS; QQS;	
Start	Facing Position, Leadhände gefasst, Leadfuß frei	
Ende	meist Butterfly Position, Leadfuß frei	
Herr	Der Herr tanzt 2 Cucarachas (= Figur A 11) und führt dabei mit den Leadhänden die Dame im Uhrzeigersinn (rechtsherum) rechts an sich vorbei, hinter seinem Rücken und auf seiner linken Seite wieder nach vorne um sich selbst herum. Dazu führt er die gefassten Leadhände in einem kleinen Kreis um seinen Kopf herum.	
Dame	Die Dame tanzt in 6 Vorwärtsschritten (= Figur A 4) im Uhrzeigersinn (rechtsherum) in einem Kreis um den Herrn herum. Dabei bleiben die Leadhände gefasst.	
Hinweis	Der Herr kann statt Cucarachas auch 6 Schritte auf der Stelle im Rumba-Grundtiming Tanzen (vgl. Roundalab Definition).	

A 15	... in 4	Rb
Timing	1, 2, 3, 4;	
z.B.:	New Yorker in 4; Shoulder to Shoulder in 4; Fence Line in 4; Cucaracha in 4;	
Start	Butterfly, meist Leadfuß frei	
Ende	meist Butterfly, gleicher Fuß frei	
beide	Die angesagte Figur wird so verändert, dass nicht nur 3 Schritte, sondern 4 Schritte getanzt werden. Alle 4 Schritte sind gleich schnell. Die 3 Schritte der angesagten Figur werden ausgeführt (QQQ) und dann wird als 4. Schritt ein Schließschritt (close) oder ein ein Seitschritt (side) ausgeführt (je nachdem welche Figur folgt und wie der Bodyflow ist).	

A 16	Open Break	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Leadfuß frei	
Ende	Butterfly Position, Trailfuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • rock back (apart), • recover, •• side; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück (weg vom Partner), • wieder vorbelasten, •• Seite;
Arme	Die Leadhände bleiben gefasst, die Trailhände werden auf dem 1. Schritt nahe dem Ohr nach oben geführt (mit Drehung im Handgelenk zur Handfläche nach außen), auf dem 2. Schritt wieder nahe dem Kopf nach unten genommen und auf dem Side Cha zur Seite ausgestreckt. [vgl. Roundalab] Alternative: Die Trailarme werden gleich mit dem ersten zur Seite ausgestreckt.	

A 17	Whip	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position oder Left Open Facing Position, Trailfuß frei	
Ende	meist Butterfly Position (gegenüber Startposition halb im Raum gedreht), Leadfuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • back turning $\frac{1}{4}$ leftface, • recover forward turning $\frac{1}{4}$ leftface, •• Side; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück mit $\frac{1}{4}$ Linksdrehung, Dame an seine linke Seite führen, • wieder nach vorne belasten mit $\frac{1}{4}$ Linksdrehung; •• Seite;
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • diagonally forward (outside man), • forward & turn $\frac{1}{2}$ leftface, •• Side; 	<ul style="list-style-type: none"> • diagonal vor rechts außen am Herrn vorbei, • vor und $\frac{1}{2}$ Drehung nach links, •• Seite;
Arme	Leadhände bleiben gefasst und werden auf Hüfthöhe der Dame genommen. Trailhände sind entweder ebenfalls auf Hüfthöhe gefasst oder der Trailarm wird zur Seite ausgestreckt (Herr) bzw. nach oben genommen und dann durch das Paar hindurch nach unten geführt (Dame).	

A 18	Chase	Rb: III
Timing	QQS; QQS; QQS; QQS;	
Start & Ende	meist Butterfly (oder Facing Position), Leadfuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • forward & turn ½ rightface, • recover forward, •• forward; (tandem position, man in front) • forward & turn ½ leftface, • recover forward, •• forward; (tandem position, lady in front) • rock forward, • recover, •• back; (facing position) • rock back, • recover, •• forward; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor & umdrehen (½ Rechtsdrehung); • wieder belasten (nach vorne), •• vor; (Tandem-Position, Herr vor Dame) • vor & umdrehen (½ Linksdrehung); • wieder belasten (nach vorne), •• vor; (Tandem-Position, Herr hinter Dame) • vor, • wieder zurück belasten, •• zurück; (Position: Gegenüberstellung) • zurück, • wieder nach vorne belasten, •• vor;
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • rock back, • recover, •• forward; (tandem position, man in front) 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück, • wieder nach vorne belasten, •• vor; (Tandem-Position, Herr vor Dame)

Dame (forts.)	<ul style="list-style-type: none"> • forward & turn ½ rightface, • recover forward, •• forward; (tandem position, lady in front) • forward & turn ½ leftface, • recover forward, •• forward; (facing position) • rock forward, • recover, •• back; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor & umdrehen (½ Rechtsdrehung); • wieder belasten (nach vorne), •• vor; (Tandem-Position, Dame vor Herr) • vor & umdrehen (½ Linksdrehung); • wieder belasten (nach vorne), •• vor; (Position: Gegenüberstellung) • vor, • wieder zurück belasten, •• zurück;
Hinweis	<p>Zu Beginn der Figur werden alle Handverbindungen gelöst. Erst ganz am Ende werde die Hände wieder gefasst zur Endposition. Drehfolge: Herr – beide – Dame – keiner</p>	
Altern.	Alternative Drehfolge: Herr – beide – beide – Herr	

A 19	Door	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	Butterfly Position, anderer Fuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • rock side, • recover, •• cross in front; 	<ul style="list-style-type: none"> • zur Seite, • wieder belasten, •• seitlich vorkreuzen;
Hinweis	Schultern bleiben parallel zum Partner, die Tänzer bewegen sich seitwärts in die aktuelle Tanzrichtung.	

A 20	Reverse Underarm Turn	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	meist Butterfly Position, Leadfuß frei	
Ende	meist Butterfly Position, Trailfuß frei	
Herr	Der Herr hebt zur Führung zu Beginn der Figur die Leadhände hoch (Arm und Handhaltung etwa so, als wolle er die Armbanduhr vor seine Stirn halten), dann führt er die Hände in einem kleinen Kreis gegen den Uhrzeigersinn über dem Kopf der Dame.	
	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front, • recover, •• Side; 	<ul style="list-style-type: none"> • diagonal vorkreuzen, • wieder zurück belasten, •• Seite;
Dame	Die Dame tanzt unter den gefassten Leadhänden einen Spot Turn, d.h. eine halbe Drehung in Richtung Reverse Line of Dance (Figur Nr. A 10).	
	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front (& start turning left face), • recover (finish turn to face partner), •• Side; 	<ul style="list-style-type: none"> • vorkreuzen (und beginnen, linksherum zu drehen), • wieder belasten und dabei weiter drehen bis sie wieder direkt den Partner anschaut •• Seite;

A 21	Crab Walk(s)	Rb: III
Timing	QQS; (QQS;)	
Start	Butterfly Position, Lead- oder Trailfuß frei	
Ende	wie Start, derselbe Fuß ist frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • cross in front, • side, •• cross in front; • side, • cross in front, •• Side; 	<ul style="list-style-type: none"> • seitlich vorkreuzen, • Seite, •• seitlich vorkreuzen; • Seite, • vorkreuzen, •• Seite;
Hinweis	Die Bewegungsrichtung des Körpers ist seitlich. Die Tänzer bewegen sich seitwärts in die aktuelle Tanzrichtung.	
Cue	<p>Die Figur besteht aus zwei Teilen: Der erste Teil (Crab Walk), beginnt mit einem Kreuzschritt, der zweite Teil heißt auch Crab Walk Ending und beginnt mit einem Seitschritt. Manchmal wird nur der erste Teil getanzt. (Dann fehlt das „s“ bei Crab Walks im Cue). Dieser Teil kann auch mit Crab Walk 3 gecuet werden. Der zweite Teil, das Crab Walk Ending, kann auch alleine, d.h. ohne den ersten Teil vorkommen.</p>	

A 22	Back Break to Open	Rb: III
Timing	QQS;	
Start	Butterfly Position, Leadfuß frei	
Ende	Open Position, Trailfuß frei	
beide	<ul style="list-style-type: none"> • swivel to open position & step back, • recover forward, •• forward; 	<ul style="list-style-type: none"> • auf Standbein öffnen (zur Open Position) & mit dem freien Leadfuß zurück, • wieder nach vorn belasten, •• vor;
Öffnen	Vor dem ersten Schritt lässt man die Leadhände los und öffnet sich als Paar zur Open Position (Herr dreht zum Öffnen ¼ nach links, Dame ¼ nach rechts: Herr steht dann links von der Dame).	
Hinweis	[ähnlich wie <u>Hand to Hand to Open Variation Nr. A 9</u>]	

A 23	Chase Peek-a-Boo	Rb: III
Timing	QQS; QQS; QQS; QQS;	
Start & Ende	meist Butterfly (oder Facing Position), Leadfuß frei	
Herr	<ul style="list-style-type: none"> • forward & turn ½ rightface, • recover forward, •• forward; (tandem position, man in front) • side, • recover, •• close; 	<ul style="list-style-type: none"> • vor & umdrehen (½ Rechtsdrehung); • wieder belasten (nach vorn), •• vor; (Tandem-Position, Herr vor Dame) • zur Seite, • wieder belasten, •• schließen;

Herr (forts.)	<ul style="list-style-type: none"> • side, • recover, •• close; • forward & turn ½ leftface, • recover forward, •• forward; 	<ul style="list-style-type: none"> • zur Seite, • wieder belasten, •• schließen; • vor & umdrehen (½ Linksdrehung); • wieder belasten (nach vorn), •• vor;
Blick	Beim 1. Cucaracha schaut der Herr über seine linke Schulter zur Dame zurück, beim 2. Cucaracha über seine rechte Schulter.	
Dame	<ul style="list-style-type: none"> • rock back, • recover, •• forward; (tandem position, man in front) • side, • recover, •• close; • side, • recover, •• close; • rock forward, • recover, •• back; 	<ul style="list-style-type: none"> • zurück, • wieder nach vorne belasten, •• vor; (Tandem-Position, Herr vor Dame) • zur Seite, • wieder belasten, •• schließen; • zur Seite, • wieder belasten, •• schließen; • vor, • wieder zurück belasten, •• zurück;
Arme	<p>Zu Beginn werden alle Handverbindungen gelöst. Es gibt verschiedene Varianten, was während der Cucarachas mit den Armen gemacht werden kann.</p> <p>Variante 1: Arme einfach zur Seite ausstrecken.</p> <p>Variante 2: Außenarm nach oben und Innenarm nach vorne.</p> <p>Erst ganz am Ende werde die Hände wieder gefasst zur Endposition.</p>	
Kurz	Drehfolge: Herr – Cucaracha Twice – Herr	

Weitere Informationen

- Round Dance Wiki (deutschsprachig):
<http://rd-wiki.ecta.de/wiki/Hauptseite>
- ECTA:
<http://www.ecta.de/>
- Gabrieles Round Dance Seite:
<http://sunburst.lima-city.de/html/rdance.html>
- Cuesheets from all over (Cuesheet-Index):
<http://www.mixed-up.com/round/all-over/>

Level A

Level A ist das erste Ausbildungsmodul der ECTA (European Caller and Teacher Association) für Round Dance. In Level A werden die Grundlagen für die 4 Rhythmen Cha Cha Cha, Rumba, Walzer und Twostep unterrichtet. Nach diesem ersten Modul ist die Ausbildung der Tänzer jedoch nicht abgeschlossen. Beim Round Dance erweitern sich die Kenntnisse auch nach Level A kontinuierlich. Der im Ausbildungssystem von ECTA auf A folgende Ausbildungsschnitt ist Level B.

Impressum

© 2011 Gabriele Langer
Hagenbeckstr. 153
22527 Hamburg



Lizenz unter
Creative Commons

Lizenzbedingungen siehe:
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de/>

Ausdrucken und Kopieren dieses Handbuchs oder Weitergabe des pdf-Dokuments ist für private, nicht-kommerzielle Zwecke gestattet. (Bedingungen: Namensnennung und keine Veränderung der Inhalte) Über eine freiwillige Anerkennung meiner Arbeit in Form einiger Euros würde ich mich trotzdem freuen!

Bei der Verwendung des Handbuchs als Unterrichtsmaterial in Seminaren handelt es sich um eine kommerzielle Verwendung. Diese ist ohne ausdrückliche Genehmigung nicht gestattet. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf, wenn Sie das Material in Ihren Seminaren nutzen wollen.