

FLIEGEN-SCHRITTE

0. Ausgangsposition



1. Rechter Fuß geht nach hinten



2. Linker Fuß kreuzt nach vorne über



3. Rechter Fuß geht außen nach vorn



4. Jetzt geht der linke Fuß nach hinten



5. Der rechte Fuß überkreuzt nach vorn



6. Der linke Fuß geht von außen nach vorn

