

Coreo Adiemus

Koor staat bij aanvang van het lied, schuin naar elkaar toegedraaid. (koor in tweeën gedeeld).

Op A (ar-ri-a-di-a-mus) de armen langs het lichaam bewegen. Armen dicht bij je lichaam houden en je onderarmen omhoog doen tot ellebooghoogte recht vooruit. De bovenarmen blijven tegen je lichaam. Daarna je armen als het ware langs je lichaam laten vallen (nagenoeg zonder geluid te maken in de vorm van een klap).

Bij C (a-na-ma-na-coo-le) Je ene voet staat iets achter je andere voet voor je evenwicht. Je helt met je bovenlijf iets naar achteren. Dit is maar een kleine beweging, zodat het comfortabel voelt.

Op A-na-ma-na-coo- le- ra-we -a-ka-la staan we recht naar het publiek.

Daarna :

De eerste rij gaat naar rechts zijwaarts met het lichaam op a-na-ma-na-coo-le.

De tweede rij gaat naar links zijwaarts met het lichaam op a-na-ma-na-coo-le.

De derde rij gaat naar rechts zijwaarts met het lichaam op a-na-ma-na-coo-le.

De vierde rij gaat naar links zijwaarts met het lichaam op a-na-ma-na-coo-le.

De tweede keer zingen (a-na-ma-na coo-le) ga je met je rij de andere kant op.

d.w.z 1^e rij links, 2^e rij rechts, 3^e rij links, 4^e rij rechts,

(je voeten ietsje uit elkaar voor het evenwicht).

Bij de herhaling herhalen we het bovenstaande onder A maar nu recht naar het publiek.

Op G (a-na-ma-ne-coo-le) gaan we naar de zijkant hellen met het bovenlijf. (je voeten ietsje uitelkaar voor het evenwicht).

Omdat we recht naar het publiek staan, splits het koor zich nu in tweeën, zoals in het begin van het lied.

De linker helft gaat naar links en de rechter helft gaat naar rechts. Bij de tweede zingen (a-na-ma-na-coo-le) keer ga je dezelfde kant ophellen.(links naar links en rechts naar rechts)

Op (a-ya-coo-a-ah-eh) je armen gestrekt schuin naar voren en op de zevende tel wordt er een klap in de handen gegeven.

Daarna mag ieder swingend bewegen.

Aan het eind van het lied de armen schuin omhoog.