

Twistrockpolka (by GroßstadtEngel)

"Kommt, wir tanzen die Twistrockpolka. Das macht riesen Spaß. Los geht's."

Wir klatschen oben in die Hände. Klatschen rechts und klatschen links.
Jetzt die Hände in die Hüfte, die Füße schwingen in die Lüfte.
Hoch und Runter schwingt das Bein, das darf ruhig etwas schwierig sein
Jetzt bleiben wir mal ganz kurz stehen weil wir uns jetzt einmal drehen

Achtung! Jetzt geht's zu den Füßen! Das ist babyleicht! Los geht's

Vorwärts, Rückwärts, Seitwärts, Ran. Hacke, Spitze wieder ran. (nochmal)
Vorwärts, Rückwärts, Seitwärts, Ran. Hacke, Spitze wieder ran.(andere Seite)
Vorwärts, Rückwärts, Seitwärts, Ran. Hacke, Spitze wieder ran.
Vorwärts, Rückwärts, Seitwärts, Ran. Hacke, Spitze wieder ran.

"Jetzt setzen wir noch einen drauf .

Lasst uns twisten, rocken und Polka tanzen. Macht alle mit."

**Wir twisten, wir twisten mit den Knien und den Hüften
Wir twisten einfach hin und her das ist gar nicht schwer.**

**Wir rocken, wir rocken, wir rocken richtig ab
Mit unsrer Luftgitarre machen wir nen riesen Krach**

**Und jetzt eine Polka, die Beine auf und ab
Paarmal links und paarmal rechts das hält uns auf Trab**

**Wir schütteln, wir schütteln, unsern Körper aus
Die Arme und die Beine schütteln wir jetzt aus**

"Kommt, wir fangen von vorne an. Jetzt wißt ihr wie es geht. Los geht's!"