

# Pep Up Song

(Swing-Stile)



Musik & Text: Robert Janes  
Satz & Bearbeitung: Thomas Raber



- |   |  |
|---|--|
| 1. Und es schwingt die Fer - se,<br>Und es schwingt der Ell - bo-gen, | und es schwingt das Knie.<br>und es schwingt die Hand. |
| 2. Noch ein - mal die Fer - se,<br>Noch ein - mal der Ell - bo-gen,   | noch ein - mal das Knie.<br>noch ein - mal die Hand.   |
| 3. Ein - mal noch die Fer - se,<br>Ein - mal noch der Ell - bo-gen,   | ein - mal noch das Knie.<br>ein - mal noch die Hand.   |



- |   |   |
|---|---|
| 1. Und es schwingt das Be - cken,<br>Und der gan - ze Kör - per | Schul - tern vis - a - vis.<br>schwingt und pept ga-lant. |
| 2. Noch ein - mal das Be - cken,<br>Und der gan - ze Kör - per  | Schul - tern vis - a - vis.<br>schwingt und pept ga-lant. |
| 3. Ein - mal noch das Be - cken,<br>Und der gan - ze Kör - per  | Schul - tern vis - a - vis.<br>schwingt und pept ga-lant. |



Und das geht: Bum du-bi du-bi-di wum ba-da ba-da. Bum du-bi du-bi-di wum.



Bum du-bi du-bi-di wum ba-da ba-da. Bum du-bi du-bi-di wum.

In der Strophe erklären sich die Bewegungen durch den Text.

## Ref.:

2x auf Oberschenkel (patschen (sich selbst loben)

2x klatschen (die anderen loben)

2x re Daumen über re Schulter deuten („over the houses...“)

2x li Daumen über die Schulter deuten („over the houses...“)

2x mit Handflächen sich selbst Energie geben

2x mit Handflächen zu anderen Energie geben

4 Schläge-Drehung um die eigene Achse