

POLKA

CAMMINATA SINCOPIATA A SINISTRA CON INCROCI

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede SX

Passo	Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1 SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		1/4	1	1
2 DX	avanti in PMCC	TP	FLDB		1/4	2	
3 SX	avanti in MCC	TP	FDC	1/8	1/4	1	2
4 DX	a lato	PT	SDP	1/4	1/8	2	
5 SX	incrocia davanti al destro	PT	SLDB	1/8	1/8	E	3
6 DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		1/4	1	
7 SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		1/4	2	
8 DX	indietro in MCC	PT	SLDB		1/4	1	4
9 SX	indietro in SSCC	PT	SLDB		1/8	2	
10 DX	indietro in pw PMCC	PT	SLDB		1/8	E	5
11 SX	indietro in pw SSCC	P	SLDB		1/4	1	
12 DX	incrocia davanti al sinistro in pw	P	SLDB		1/4	2	
13 SX	indietro in pw SSCC	P	SLDB		1/4	1	6
14 DX	incrocia davanti al sinistro in pw	P	SLDB		1/8	2	
15 SX	indietro in pw SSCC	PT	SLDB		1/8	E	7
16 DX	indietro in pw PMCC	PT	SLDB		1/4	1	
17 SX	indietro in pw SSCC	PT	SLDB		1/4	2	
18 DX	indietro in pw PMCC e MCC	PT	SDC	1/8	1/4	1	8
19 SX	a lato	PT	PLDB	3/8 CGM	1/8	2	
20 DX	chiude al sx	PT	FLDB	CCG	1/8	E	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

camminata progressiva di piede dx, camminata sincopata a sx, passo di cambio da dx a sx, passo stop a dx,

Segue

camminata progressiva di piede sx, camminata sincopata a sx,

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede DX							
Passo	Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1 DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		1/4	1	1
2 SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		1/4	2	
3 DX	indietro in MCC	PT	SDP	1/8	1/4	1	2
4 SX	a lato	PT	PLDB	3/8 CGM	1/8	2	
5 DX	chiude al Sx	PT	FLDB	CCG	1/8	E	
6 SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		1/4	1	3
7 DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		1/4	2	
8 SX	avanti in MCC	TP	FLDB		1/4	1	4
9 DX	avanti in SDCC	TP	FLDB		1/8	2	
10 SX	avanti in PMCC in PW	TP	FLDB		1/8	E	
11 DX	avanti in SDCC In PW	P	FLDB		1/4	1	5
12 SX	incrocia dietro al Dx in PW	P	FLDB		1/4	2	
13 DX	avanti in SDCC In PW	P	FLDB		1/4	1	6
14 SX	incrocia dietro al Dx in PW	P	FLDB		1/8	2	
15 DX	avanti in SDCC In PW	P	FLDB		1/8	E	
16 SX	avanti in PMCC in PW e FP	TP	FLDB		1/4	1	7
17 DX	avanti in SDCC In PW	TP	FLDB		1/4	2	
18 SX	avanti in PMCC e MCC in PW e FP	TP	FDP	1/8	1/4	1	8
19 DX	a lato	PT	SDC	1/4	1/8	2	
20 SX	incrocia davanti al Dx	PT	SLDB	1/8	1/8	E	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

camminata progressiva di piede dx, camminata sincopata a sx, passo di cambio da dx a sx, passo stop a dx,

Segue

camminata progressiva di piede sx, camminata sincopata a sx,