

DANZE FILUZZIANE BALLO LISCIO ALLA FILUZZI

TUTTE LE FIGURAZIONI - MAZURKA



Unità di apprendimento 1

Attesa

Presa di tempo

Cambio avanti di piede sinistro

Cambio avanti di piede destro

Cambio indietro di piede sinistro

Cambio indietro di piede destro

Giro a sinistra

1-3 giro a sinistra

4-6 giro a sinistra

Giro a destra

1-3 giro a destra

4-6 giro a destra

Passettino avanti

Passettino indietro

Quarto di giro avanti

Esitato a sinistra da quarto di giro avanti

Quarto di giro indietro

Camminata progressiva esterno partner (ep)

Apertura

Passo stop a sinistra

Unità di apprendimento 2

Giro a sinistra esterno partner (EP)

Giro a destra esterno partner (EP)

Giro a sinistra esterno partner terminato chiuso

Camminata indietro esterno partner (EP)

Contra esterno partner (CEP)

Unità di apprendimento 3

Apertura in promenade presa all'indietro

Esitato a sinistra

Apertura dama alla destra

Apertura dama alla sinistra

Apertura uomo alla destra

Apertura uomo alla sinistra

Riverenza alla destra

Riverenza alla sinistra

Cambio di posto

Presa della dama

Giro assolo dama a sinistra

Giro assolo dama a destra

Cambio avanti terminato in promenade e pmcc

Giro a sinistra da promenade e pmcc

Passo stop a sinistra da promenade e pmcc

Apertura presa all'indietro

Esitato a sinistra da giro a sinistra

Giro a destra terminato in promenade

Unità di apprendimento 4

Striscino rovescio a destra

Striscino rovescio a sinistra

Striscino naturale a sinistra

Striscino naturale a destra

Tempo sincopato - TS (contrattempo)

Apertura in TS

Giro a sinistra TS

Presa della dama TS

Piroetta semplice TS (amalgamazione di figurazioni)

Passo di cambio pivot TS (amalgamazione di figurazioni)

Scaletta base TS (scaletta esterna)

Scaletta swivel TS (scaletta interna)

Frullone TS

Frullone a destra TS

Passo stop a sinistra TS

TUTTE LE FIGURAZIONI - VALZER



Unità di apprendimento 1

Passo puntato di piede destro

Passo puntato di piede sinistro

Attesa

Presa di tempo

Quarto di giro avanti

Esitato a sinistra da quarto di giro avanti

Quarto di giro indietro

Apertura

Passo stop a sinistra

Cambio avanti di piede sinistro

Cambio avanti di piede destro

Cambio indietro di piede sinistro

Cambio indietro di piede destro

Giro a sinistra

Giro a destra

Passo puntato indietro di piede destro

Passo puntato indietro di piede sinistro

Passeggiata di piede destro

Passeggiata di piede sinistro

Passeggiata di piede destro EP

Passeggiata di piede sinistro EP

Passeggiata indietro di piede destro

Passeggiata indietro di piede sinistro

Passeggiata indietro di piede destro EP

Passeggiata indietro di piede sinistro EP

Apertura dama alla destra

Apertura dama alla sinistra

Apertura uomo alla destra

Apertura uomo alla sinistra

Riverenza alla destra

Riverenza alla sinistra

Presa della dama

Cambio di posto

Giro sotto braccio

Esitato a destra

Apertura presa all'indietro

Giro in assolo - dama a sinistra

Giro in assolo - dama a destra

Unità di apprendimento 2

Passo di cambio hop

Frullone a destra

Frullone

Passo di cambio pivot

Piroetta semplice

Scaletta base

Scaletta swivel

Giro sotto braccio rovescio

Passo di cambio pivot hop

Pivot in assolo dama alla destra

Pivot in assolo dama alla sinistra

Stacco completo con hop

Mezzo stacco hop

Stacco completo con pivot hop

Mezzo stacco con pivot hop

TUTTE LE FIGURAZIONI - POLKA

Unità di apprendimento 1

Attesa

Presa di tempo

Cambio avanti di piede sinistro

Cambio avanti di piede destro

Cambio indietro di piede sinistro

Cambio indietro di piede destro

Chasse avanti a destra

Chasse avanti a sinistra

Chasse indietro a destra

Chasse indietro a sinistra

Apertura

Passo stop a sinistra

Due passi avanti di piede destro

Due passi avanti di piede sinistro

Quarto di giro avanti

Esitato a sinistra da quarto di giro avanti

Quarto di giro indietro

Due passi indietro di piede destro

Giro a sinistra

Giro a destra

Giro a destra chasse di piede sinistro

Giro a destra chasse di piede destro

Passo puntato di piede destro

Passo puntato di piede sinistro



Unità di apprendimento 2

Camminata progressiva di piede destro
Quattro passi di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Quattro passi di piede sinistro
Apertura dama alla destra
Apertura dama alla sinistra
Apertura uomo alla destra
Apertura uomo alla sinistra
Riverenza alla destra
Riverenza alla sinistra
Cambio di posto
Presenza della dama

Giro assolo - dama a sinistra
Giro assolo - dama a destra
Apertura presa all'indietro
Passo stop a sinistra da promenade in pmcc
Quattro passi a quarto di giro
Camminata con giro a destra

Unità di apprendimento 3

Striscino rovescio semplice a destra
Striscino rovescio semplice a sinistra
Striscino naturale semplice a sinistra
Striscino naturale semplice a destra
Due passi avanti in promenade
GIRO A SINISTRA DA PROMENADE e PMCC
Passo stop a sinistra da promenade in pmcc
Apertura presa all'indietro
Giro a sinistra chasse
Chasse avanti in promenade
Apertura frullone "ts"
Passo stop a sinistra "ts"
Frullone
Frullone a destra