Ninin

Valzer inglese b2 empathy

	Lato lungo paretenza 2/3							
1.	Natural turn	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
2.	Impetus	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
3.	Weave da p.p.	1	2	3	4	5	6	Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
4.	Chasse progressivo dx	1	&	2	3			Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
5.	Spin turn	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
6.	Turn in lock di base	1	&	2	3			Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
7.	Chasse da p.p.	1	&	2	3			Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc

Ninin

								Elevazione
8.	Natural turn	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
9.	Impetus	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
10.	Ala	1		2	3			Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
11.	Double reverse spin	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
12.	Drag esitato	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
				i				Inclinazione
								Mcc
			e					Elevazione
13.	Back Lock	1	&	2	3			Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione
14.	Out side spin	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione

Ninin

15.	Natural turn	1	2	3				Conto
								Tempo
								Allineamento
								Piede
								Inclinazione
								Mcc
								Elevazione