POLCA Classe C

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra sincopata a destra
Camminata esitata a sinistra sincopata a sinistra
Giro naturale
Giro rovescio
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

POLCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

POLCA Classe B3

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra sincopata a destra
Camminata esitata a sinistra sincopata a sinistra
Giro naturale
Giro rovescio
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

POLCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

POLCA Classe B2

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata sincopata a destra
Camminata sincopata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra (massimo 2 per parte)
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

POLCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

POLCA Classe B1

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata sincopata a destra
Camminata sincopata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra (massimo 4 per parte)
Giro doppio a sinistra (massimo 2 per parte)
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

POLCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

POLCA Classe A2 – A1 – Master

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata sincopata a destra
Camminata sincopata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra
Giro doppio a sinistra
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

POLCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute
Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

MAZURCA Classe C

Camminata progressiva
Giro naturale
Giro naturale in camminata
Giro rovescio
Passo Stop

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

MAZURCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

MAZURCA Classe B3

Camminata progressiva
Giro naturale
Giro naturale in camminata
Giro rovescio
Passo Stop

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

MAZURCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

MAZURCA Classe B2

Camminata progressiva
Giro naturale
Giro naturale in camminata
Giro rovescio
Giro rovescio in camminata
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Passo Stop

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

MAZURCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

MAZURCA Classe B1

Camminata progressiva
Giro naturale
Giro naturale in camminata
Giro rovescio
Giro rovescio in camminata
Giro rovescio in fallaway terminato chiuso
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Passo Stop

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

MAZURCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

MAZURCA Classe A2 – A1 – Master

Camminata progressiva
Giro naturale
Giro naturale in camminata
Giro naturale aperto finito in promenade
Giro rovescio
Giro rovescio in camminata
Giro rovescio in fallaway terminato chiuso
Giro rovescio in fallaway terminato aperto
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Passo Stop

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

MAZURCA tutte le parti da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute
Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

VALZER Classe B3

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra
Camminata esitata a sinistra
Giro naturale
Giro rovescio
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

VALZER 1° e 2° parte da 32 battute - 3° e 4° parte da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

VALZER Classe B2

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra
Camminata esitata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra (massimo 2 per parte)
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da :

VALZER 1° e 2° parte da 32 battute - 3° e 4° parte da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

VALZER Classe B1

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra
Camminata esitata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra (massimo 4 per parte)
Giro doppio a sinistra (massimo 2 per parte)
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da:
VALZER 1° e 2° parte da 32 battute - 3° e 4° parte da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute

Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

E' vietato iniziare a danzare durante le prime 4 battute dell'introduzione

VALZER Classe A2 – A1 – Master

Camminata progressiva di piede destro
Camminata progressiva di piede sinistro
Camminata esitata a destra
Camminata esitata a sinistra
Passo di cambio da destra a sinistra
Passo di cambio da sinistra a destra
Giro naturale
Giro rovescio
Giro doppio a destra
Giro doppio a sinistra
Passo stop a destra
Passo stop a sinistra

N.B. E' obbligatoria la selezione musicale con brani formati da:

VALZER 1° e 2° parte da 32 battute - 3° e 4° parte da 16 battute

I brani devono avere l'introduzione musicale di 4 battute
Le figure devono essere amalgamate secondo le regole del testo ufficiale

POLKA

CAMMINATA SINCOPATA 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	
6	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		1/4	1	3
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	
11	SX	indietro in pw SSCC	P	SLDB		1/4	1	5
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	
16	DX	indietro in pw PMCC	PT	SLDB		1/4	1	7
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,

POLKA

CAMMINATA SINCOPATA A DESTRA CON INCROCI

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede DX

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

Inclinazione
NESSUNA
Elevazione
NESSUNA
Precede
camminata progressiva di piede sx, camminata sincopata a dx,passo di cambio da sx a dx, passo stop a sx,

Segue
camminata progressiva di piede dx, camminata sincopata a dx,

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

Inclinazione
NESSUNA
Elevazione
NESSUNA
Precede
camminata progressiva di piede sx, camminata sincopata a dx,passo di cambio da sx a dx, passo stop a sx,

Segue
camminata progressiva di piede dx, camminata sincopata a dx,

MAZURKA

TRIPLA FALLAWAY FINALE 2

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 MCC	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE A SX	1/4	1	1
2	DX	diagonalmente indietro in fallaway	P	SDP	3/8	1/4	2	
3	SX	indietro in posizione di fallaway in PMCC	PT	SLDB	1/8	1/4	3	
4	DX	indietro in MCC	PT	SLDB		1/4	1	2
5	SX	indietro in posizione di contro fallaway	P	SLDB		1/4	2	
6	DX	indietro in posizione di contro fallaway in PMCC	PT	SLDB		1/4	3	
7	SX	indietro in MCC	PT	SLDB		1/4	1	3
8	DX	indietro in fallaway	P	SLDB		1/4	2	
9	SX	indietro in posizione di fallaway in PMCC	PT	SLDB		1/4	3	
10	DX	indietro in MCC	PT	SDC	1/8	1/4	1	4
11	SX	a lato	P	PLDB	3/8 CGM	1/4	2	
12	DX	avanti in PMCC	PT	FLDB	CCG	1/4	3	

Inclinazione
leggera al 2 3 a sx, 5 6 a dx, 8 9 a sx
Elevazione
leggera al 2 5 8 11
Precede
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo stop, passo di cambio da dx a sx continuato con 456 di giro rovescio o giro rovescio in camminata, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

Segue
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede DX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	DX	indietro	PT	SLDB		1/4	1	1
2	SX	indietro in fallaway	P	SLDB		1/4	2	
3	DX	indietro in posizione di fallaway in PMCC terminato avanti	PT	INIZIA SLDB E TERMINA FLDB	1/2 SX	1/4	3	
4	SX	avanti	TP	FDC	1/8 SX	1/4	1	2
5	DX	diagonalmente indietro in contro fallaway	P	SDP	1/4 SX	1/4	2	
6	SX	indietro in contro fallaway in PMCC	PT	INIZIA SLDB E TERMINA FLDB	3/8 DX	1/4	3	
7	DX	avanti	TP	FDP	1/8 DX	1/4	1	3
8	SX	diagonalmente indietro in fallaway	P	SDC	1/4 DX	1/4	2	
9	DX	indietro in posizione fallaway in PMCC terminato avanti	PT	INIZIA SLDB E TERMINA FLDB	3/8 SX	1/4	3	
10	SX	avanti	TP	FDC	1/8 SX	1/4	1	4
11	DX	a lato	P	SDP	1/4 SX	1/4	2	
12	SX	indietro	PT	SLDB	1/8 SX	1/4	3	

Inclinazione
leggera al 2 3 a dx, 5 6 a sx, 8 9 a dx
Elevazione
leggera al 2 5 8 11
Precede
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto,
camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo stop, passo di cambio da dx a sx continuato
Segue
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto,
camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

MAZURKA

TRIPLA FALLAWAY FINALE 1

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 MCC	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE A SX	1/4	1	1
2	DX	diagonalmente indietro in fallaway	P	SDP	3/8 sx	1/4	2	
3	SX	indietro in posizione di fallaway in PMCC	PT	SLDB	1/8 sx	1/4	3	
4	DX	indietro in MCC	PT	SLDB		1/4	1	2
5	SX	indietro in posizione di contro fallaway	P	SLDB		1/4	2	
6	DX	indietro in posizione di contro fallaway in PMCC terminato avanti	PT	INIZIA SLDB E TERMINA FLDB	1/2 sx	1/4	3	
7	SX	avanti in MCC	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE A SX	1/4	1	3
8	DX	diagonalmente indietro in fallaway	P	SDP	3/8 sx	1/4	2	
9	SX	indietro in posizione di fallaway in PMCC	PT	SLDB	1/8 sx	1/4	3	
10	DX	indietro in MCC	PT	SDC	1/8 sx	1/4	1	4
11	SX	a lato	P	PLDB	3/8 sx CGM	1/4	2	
12	DX	avanti in PMCC	PT	FLDB	CCG	1/4	3	

Inclinazione

leggera al 2 3 a sx 5 6 a dx 8 9 a sx

Elevazione

leggera al 2 5 8 11

Precede

giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo stop, passo di cambio da dx a sx continuato con 456 di giro rovescio o giro rovescio in camminata, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

Segue

giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede DX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	DX	indietro	PT	SLDB		1/4	1	1
2	SX	indietro in fallaway	P	SLDB		1/4	2	
3	DX	indietro in posizione di fallaway in PMCC terminato avanti	PT	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2 SX	1/4	3	
4	SX	avanti	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE S SX	1/4	1	2
5	DX	diagonalmente indietro in contro fallaway	P	SDP	3/8 sx	1/4	2	
6	SX	indietro in posizione di contro fallaway	PT	SLDB	1/8 sx	1/4	3	
7	DX	indietro	PT	SLDB		1/4	1	3
8	SX	indietro in fallaway	P	SLDB		1/4	2	
9	DX	indietro in posizione di fallaway in PMCC terminato avanti	PT	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2 sx	1/4	3	
10	SX	avanti	TP	FDC	1/8 sx	1/4	1	4
11	DX	a lato	P	SDP	1/4 sx	1/4	2	
12	SX	indietro	PT	SLDB	1/8 sx	1/4	3	

Inclinazione
leggera al 2 3 a dx 5 6 a sx 8 9 a dx
Elevazione
leggera al 2 5 8 11
Precede
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto,
camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo stop, passo di cambio da dx a sx continuato
Segue
giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto,
camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

MAZURKA

PERNO A SINISTRA

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede SX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	SX	avanti terminato indietro	TP	INIZIA FLDB TERMINA SLDB	1/2	1/4	1	1
2	DX	indietro terminato avanti	P	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2	1/4	2	
3	SX	avanti	PT	FLDB		1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, doppio incrocio, camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo di cambio da dx a sx continuato con 456 di giro rovescio o giro rovescio in camminata, tripla fallaway finale 1 o 2

Segue

PASSO STOP

NOTE

Si può eseguire solo durante la battuta che precede il passo stop (15° battuta)

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede DX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	DX	indietro terminato avanti	P	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2	1/4	1	1
2	SX	avanti terminato indietro	P	INIZIA FLDB TERMINA SLDB	1/2	1/4	2	
3	DX	indietro	PT	SLDB		1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, doppio incrocio, camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, passo di cambio da dx a sx continuato

Segue

PASSO STOP

NOTE

Si può eseguire solo durante la battuta che precede il passo stop (15° battuta)

MAZURKA

GIRO NATURALE IN CAMMINATA CON PERNO A DESTRA

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede DX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	DX	avanti	TP	FDP	1/8	1/4	1	
2	SX	a lato	PT	SDC	1/4	1/4	2	1
3	DX	indietro	PT	SLDB	1/8	1/4	3	
4	SX	indietro terminato avanti	P	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2	1/4	1	
5	DX	avanti terminato indietro	TP	INIZIA FLDB TERMINA SLDB	1/2	1/4	2	2
6	SX	indietro terminato avanti	P	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2	1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

123 camminata progressiva, giro naturale, giro naturale in camminata, passo di cambio da sx a dx seguito da 456 di giro naturale o 456 di giro naturale in camminata, giro naturale in camminata con perno a destra

Segue

456 camminata progressiva, giro naturale, giro naturale in camminata, giro naturale aperto finito in PP, passo stop, giro naturale in camminata con perno a destra

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede SX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	SX	indietro	PT	SDP	1/8	1/4	1	1
2	DX	a lato	PT	PLDB	3/8 CGM	1/4	2	
3	SX	avanti	PT	FLDB	CCG	1/4	3	
4	DX	avanti terminato indietro	TP	INIZIA FLDB TERMINA SLDB	1/2	1/4	1	2
5	SX	indietro terminato avanti	P	INIZIA SLDB TERMINA FLDB	1/2	1/4	2	
6	DX	avanti terminato indietro	TP	INIZIA FLDB TERMINA SLDB	1/2	1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

123 camminata progressiva, giro naturale, giro naturale in camminata, passo di cambio da sx a dx seguito da 456 di giro naturale o 456 di giro naturale in camminata, giro naturale in camminata con perno a destra

Segue

456 camminata progressiva, giro naturale, giro naturale in camminata, giro naturale aperto finito in PP, passo stop, giro naturale in camminata con perno a destra

MAZURKA

FALLAWAY IN PROMENADE

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede DX IN PP

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	DX	avanti in PP in PMCC	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE A DX	1/4	1	1
2	SX	a lato	P	SDC	3/8 DX	1/4	2	
3	DX	indietro	PT	SDC		1/4	3	
4	SX	indietro in fallaway	PT	SDC		1/4	1	2
5	DX	indietro piccolo passo	P	INIZIA SDC TERM. PLDB	3/8 SX	1/4	2	
6	SX	a lato in pp in SSCC	PT	FLDB		1/4	3	

Inclinazione

5 e 6 a sx

Elevazione

Cominciare a salire alla fine dell'1, su leggermente al 2, scendere alla fine del 3. cominciare a salire alla fine del 4 SEP, su leggermente al 5, scendere alla fine del 6

Precede

giro naturale aperto finito in promenade, fallaway in promenade

Segue

giro naturale aperto finito in promenade, fallaway in promenade, giro naturale in camminata iniziato in PP con la dama che esegue i primi tre passi in FLDB senza ammontare di giro ed il 4° passo fp

NOTE

INIZIA E TERMINA IN PP

I PASSI 1-6 POSSONO ESSERE RIPETUTI

DAMA: inizia la figurazione FLDB con il piede SX IN PP								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	SX	avanti in PP in PMCC	TP	FLDB	INIZIA A GIRARE A DX	1/4	1	1
2	DX	avanti	P	FDP	3/8 DX	1/4	2	
3	SX	a lato	PT	SDC		1/4	3	
4	DX	indietro in fallaway	PT	SDC		1/4	1	2
5	SX	a lato piccolo passo	P	INIZIA SDC TERM. PLDB	3/8 SX	1/4	2	
6	DX	a lato in pp in SDCC	PT	FLDB		1/4	3	

Inclinazione

5 e 6 a dx

Elevazione

Cominciare a salire alla fine dell'1, su

Precede

giro naturale aperto finito in promenade, fallaway in promenade

Segue

giro naturale aperto finito in promenade, fallaway in promenade, giro naturale in camminata iniziato in PP con la dama che esegue i primi tre passi in FLDB senza ammontare di giro ed il 4° passo fp

NOTE

INIZIA E TERMINA IN PP

I PASSI 1-6 POSSONO ESSERE RIPETUTI

MAZURKA

DOPPIO INCROCIO

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	P	FLDB		1/4	1	
2	DX	incrocia dietro al sx	P	FLDB		1/4	2	1
3	SX	avanti in SSCC	PT	FLDB		1/4	3	
4	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		1/4	1	
5	SX	avanti in SSCC	P	FLDB		1/4	2	2
6	DX	incrocia dietro al sx	PT	FLDB		1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, passo stop, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

Segue

camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

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	P	SLDB		1/4	1	1
2	SX	incrocia davanti al dx	P	SLDB		1/4	2	
3	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		1/4	3	
4	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		1/4	1	2
5	DX	indietro in SDCC	P	SLDB		1/4	2	
6	SX	incrocia davanti al dx	PT	SLDB		1/4	3	

Inclinazione

NESSUNA

Elevazione

NESSUNA

Precede

camminata progressiva o 456 di camminata progressiva, giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, passo stop, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

Segue

camminata progressiva o 123 di camminata progressiva, giro rovescio, giro rovescio in camminata, giro rovescio in fallaway terminato chiuso o aperto, tripla fallaway finale 1 o 2, doppio incrocio

LEGENDA	
DX	**DESTRO**
SX	**SINISTRO**
PDX	**PIEDE DESTRO**
PSX	**PIEDE SINISTRO**
PFC	**POSIZIONE FRONTALE CHIUSA**
PP	**POSIZIONE DI PROMENADE**
PF	**POSIZIONE DI FALLAWAY**
PW	**POSIZIONE DI WING (ALA)**
MCC	**MOVIMENTO CONTRARIO DEL CORPO**
PMCC	**POSIZIONE DI MOVIMENTO CONTRARIO DEL CORPO**
SSCC	**SPALLA SINISTRA CHE CONDUCE**
SDCC	**SPALLA DESTRA CHE CONDUCE**
LDB	**LINEA DI BALLO**
FLDB	**FRONTE LINEA DI BALLO**
Fc/LDB	**FRONTE CONTRO LA LINEA DI BALLO**
SLDB	**SPALLE LINEA DI BALLO**
Sc/LDB	**SPALLE CONTRO LA LINEA DI BALLO**
PLDB	**PUNTANDO LA LINEA DI BALLO**
DP	**DIAGONALE PARETE**
FDP	**FRONTE DIAGONALE PARETE**
FDPc/LDB	**FRONTE DIAGONALE PARETE CONTRO LA LINEA DI BALLO**
SDP	**SPALLE DIAGONALE PARETE**
SDPc/LDB	**SPALLE DIAGONALE PARETE CONTRO LA LINEA DI BALLO**
DC	**DIAGONALE CENTRO**
FDC	**FRONTE DIAGONALE CENTRO**
FDCc/LDB	**FRONTE DIAGONALE CENTRO CONTRO LA LINEA DI BALLO**
SDC	**SPALLE DIAGONALE CENTRO**
SDCc/LDB	**SPALLE DIAGONALE CENTRO CONTRO LA LINEA DI BALLO**
C	**CENTRO**
FC	**FRONTE CENTRO**
SC	**SPALLE CENTRO**
PA	**PARETE**
FPA	**FRONTE PARETE**
SPA	**SPALLE PARETE**
T	**TACCO**
P	**PIANTA**
TP	**TACCO PIANTA**
PT	**PIANTA TACCO**
DAV	**DAVANTI**
CGM	**IL CORPO GIRA MENO**
CCG	**IL CORPO COMPLETA IL GIRO**
SEP	**SENZA ELEVAZIONE DEL PIEDE**
PDP	**PUNTANDO DIAGONALE PARETE**

VALZER

PASSO DI CAMBIO DA SINISTRA A DESTRA CON ESITAZIONE

CAVALIERE: inizia la figurazione SLDB con il piede DX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	DX	indietro leggermente a lato in MCC oppure SDCC con estensione del busto	PT	SLDB		3/4	123	1
2	SX	indietro in MCC	PT	SDP	1/8	1/4	1	2
3	DX	a lato	PT	PLDB	3/8 cgm	1/4	2	
4	SX	chiude al DX	PT	FLDB	ccg	1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

I primi 5 passi di camminata esitata a sx, 456-123 di giro rovescio

Segue

camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a dx

DAMA: inizia la figurazione FLDB con il piede SX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	SX	avanti in MCC oppure SSCC con estensione del busto	TP	FLDB		3/4	123	1
2	DX	avanti in MCC	TP	FDP	1/8	1/4	1	2
3	SX	a lato	PT	SDC	1/4	1/4	2	
4	DX	chiude al sx	PT	SLDB	1/8	1/4	3	

Inclinazione
Nessuna
Elevazione
Nessuna
Precede
I primi 5 passi di camminata esitata a SX, 456-123 di giro rovescio

Segue
camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a dx

Note
Se il primo passo viene eseguito in SSCC in secondo passo sarà in FP

VALZER

PASSO DI CAMBIO DA DESTRA A SINISTA CON ESITAZIONE

CAVALIERE: inizia la figurazione SLDB con il piede SX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	SX	indietro leggermente e lato in MCC oppure SSCC con estensione del busto	PT	SLDB		3/4	123	1
2	DX	indietro in MCC	PT	SDC	1/8	1/4	1	2
3	SX	a lato	PT	PLDB	3/8 cgm	1/4	2	
4	DX	chiude al SX	PT	FLDB	ccg	1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

I primi 5 passi di camminata esitata a destra, 456-123 di giro naturale

Segue

camminata progressiva di piede sx, camminata esitata a sx

DAMA: inizia la figurazione FLDB con il piede DX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	DX	avanti in MCC oppure SDCC con estensione del busto	TP	FLDB		3/4	123	1
2	SX	avanti in MCC	TP	FDC	1/8	1/4	1	2
3	DX	a lato	PT	SDP	1/4	1/4	2	
4	SX	incrocia davanti al DX	PT	SLDB	1/8	1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

I primi 5 passi di camminata esitata a destra, 456-123 di giro naturale

Segue

camminata progressiva di piede sx, camminata esitata a sx

VALZER

GIRI DOPPI A SINISTRA TRA I GIRI ROVESCI

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 MCC	TP	inizia FLDB e termina SLDB	1/2	3/8	123	1
2	DX	a lato leggermente indietro in MCC	P leggero	inizia SLDB e termina FLDB	1/2	3/8		

Inclinazione
Nessuna
Elevazione
Nessuna
Precede
Giro doppio a sinistra, 456 di giro rovescio

Segue
Giro doppio a sinistra, 123 di giro rovescio

Note
nel giro doppio i passi sono molto corti, iniziano e finiscon FLDB
vanno seguiti sempre in numero pari di battute

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede DX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	DX	a lato leggermente indietro in MCC avvicinando contemporaneamente il sx al dx senza peso (spazzola)	P leggero	inizia SLDB e termina FLDB	1/2	3/8	123	1
2	SX	avanti in MCC	PT	inizia FLDB e termina SLDB	1/2	3/8		

Inclinazione
Nessuna
Elevazione
Nessuna
Precede
Giro doppio a sx, 456 di giro rovescio

Segue
Giro doppio a sinistra, 123 di giro rovescio

Note
nel giro doppio i passi sono molto corti, iniziano e finiscono SLDB
vanno eseguiti sempre in numero pari di battute

VALZER

GIRI DOPPI A DESTRA TRA I GIRI NATURALI

CAVALIERE: inizia la figurazione FLDB con il piede DX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	DX	avanti in MCC	TP	inizia FLDB e termina SLDB	1/2	3/8	123	1
2	SX	a lato leggermente indietro in MCC	P leggero	inizia SLDB e termina FLDB	1/2	3/8		

Inclinazione
Nessuna
Elevazione
Nessuna
Precede
Giro doppio a destra, 456 di giro naturale

Segue
Giro doppio a destra, 123 di giro naturale

Note
nel giro doppio passi sono molto corti, iniziano e finiscono FLDB
vanno seguiti sempre in numero pari di battute

DAMA: inizia la figurazione SLDB con il piede SX								
Passo		**Pos. Piede**	**Lav. piede**	**Allineam.**	**Amm. Giro**	**Val. music.**	**Ritmo**	**Battute**
1	SX	a lato leggermente indietro in MCC	P leggero	inizia SLDB e termina FLDB	1/2	3/8	123	1
2	DX	avanti in MCC	TP	inizia FLDB e termina SLDB	1/2	3/8		

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

Giro doppio a destra, 456 di giro naturale

Segue

Giro doppio a destra, 123 di giro naturale

Note

nel giro doppio passi sono molto corti, iniziano e finiscono SLDB

vanno seguiti sempre in numero pari di battute

VALZER

CAMMINATA PROGRESSIVA DI PIEDE SINISTRO CON DOPPIA ESITAZIONE

CAVALIERE: inizia la figurazioneFLDB con il piede SX

Passo		Pos. Piede	Lav. piede	Allineam.	Amm. Giro	Val. music.	Ritmo	Battute
1	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	1
2	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
3	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	2
4	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
5	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	3
6	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
7	SX	avanti con leggero MCC	TP	FLDB		1/4	1	4
8	DX	avanti	TP	FLDB		1/4	2	
9	SX	avanti	TP	FLDB		1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

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

Segue

camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a dx

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		3/8	123	1
2	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
3	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	2
4	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
5	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	3
6	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
7	DX	indietro con leggero MCC	PT	SLDB		1/4	1	4
8	SX	indietro	PT	SLDB		1/4	2	
9	DX	indietro	PT	SLDB		1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

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

Segue

camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a dx

VALZER

CAMMINATA ESITATA A SINISTRA CON DOPPIA ESITAZIONE

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		3/8	123	1
2	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
3	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	2
4	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
5	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	3
6	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
7	SX	avanti con leggero MCC	TP	FDC	1/8	1/4	1	4
8	DX	a lato	PT	SDP	1/4	1/4	2	
9	SX	incrocia davanti al dx	PT	SLDB	1/8	1/4	3	
10	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	5
11	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
12	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	6
13	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
14	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	7
15	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
16	DX	indietro con leggero MCC	PT	SDC	1/8	1/4	1	8
17	SX	a lato	PT	PLDB	3/8 CGM	1/4	2	
18	DX	chiude al sx	PT	FLDB	CCG	1/4	3	

Inclinazione

Nessuna

Elevazione

Nessuna

Precede

camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a sx, passo stop a dx, camminata esitata a sinistra con doppia esitazione

Segue dopo il passo 18

camminata progressiva di piede sx, camminata esitata a sx, camminata esitata a sx con doppia esitazione

Segue dopo il passo 9

6-10 di camminata esitata a sx, 456 di giro rovescio

Note

Si possono ballare i passi da 1 a 9 e/o i passi da 10 a 18

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		3/8	123	1
2	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
3	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	2
4	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
5	DX	indietro in SDCC	PT	SLDB		3/8	123	3
6	SX	indietro in PMCC	PT	SLDB		3/8		
7	DX	indietro con leggero MCC	PT	SDC	1/8	1/4	1	4
8	SX	a lato	PT	PLDB	3/8 CGM	1/4	2	
9	DX	chiude al sx	PT	FLDB	CCG	1/4	3	
10	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	5
11	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		

12	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	6
13	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
14	SX	avanti in SSCC	TP	FLDB		3/8	123	7
15	DX	avanti in PMCC e FP	TP	FLDB		3/8		
16	SX	avanti con leggero MCC	TP	FDC	1/8	1/4	1	8
17	DX	a lato	PT	SDP	1/4	1/4	2	
18	SX	incrocia davanti al dx	PT	SLDB	1/8	1/4	3	

Inclinazione
Nessuna
Elevazione
Nessuna
Precede
camminata progressiva di piede dx, camminata esitata a sx, passo stop a dx, camminata esitata a sinistra con doppia esitazione
Segue dopo il passo 18
camminata progressiva di piede sx, camminata esitata a sx, camminata esitata a sx con doppia esitazione

Segue dopo il passo 9
6-10 di camminata esitata a sx, 456 di giro rovescio
Note
Si possono ballare i passi da 1 a 9 e/o i passi da 10 a 18