

## Stegkort Dans Foxtrot

### Nivå: 1    Figur 1: Basic Forward    Följare

Steg	Takt/Rytm	Fot	Riktning	Fotarbete	Fattning/position	Vändningsmängd
1	Sakta	Hö	Bakåt	Tå, platt	Stängd fattning	0
2	Sakta	Vä	Bakåt	Tå, platt	Stängd fattning	0
3	Fort	Hö	Sidan	Tå	Stängd fattning	0
4	Fort	Vä	Samla intill den andra foten och skifta tyngden.	Tå, platt	Stängd fattning	0