

Stegkort

Dans Bugg

Nivå: 3 Figur 7: Free turn right Följare

Steg No	Takt/Rytm	Fot	Riktning	Fotarbete	Fattning/position	Vändningsmängd
1	1	Hö	Bak	Fotblad	Höger i höger	0
2	2	Vä	Skifta tyngden tillbaka till den andra foten påplats.	Fotblad	Höger i höger	0
3	3	Hö	Fram och börja vänd höger.	Fotblad	Höger i höger	Börja vänd 1/2 höger
4	4	Vä	Sidan och fortsatt vrid höger	Fotblad	Föraren trycker och släpper följaren	Fortsätt vänd 1/2 höger
5	1	Hö	Fram och fortsatt vrida höger.	Fotblad	Ingen kontakt, följaren vänder	Fortsätt vänd 1/2 höger
6	2	Vä	Bak och fortsatt vrida höger.	Fotblad	Återta kontakten. Förarens vänster i följarens höger	Fortsätt vänd 1/2 höger
7	3	Hö	Bak och avsluta vridningen	Fotblad	Förarens vänster i följarens höger	Avsluta vändningen 1/2 höger
8	4	Vä	Skifta tyngden tillbaka till den andra foten påplats.	Fotblad	Förarens vänster i följarens höger	0