

Stegkort Dans Swing

Nivå: 1 Figur 2: Throw away Följare

Steg No	Takt/Rytm	Fot	Riktning	Fotarbete	Fattning/position	Vändningsmängd
1	1(1)	Hö	Bak	Fotblad	Stängd swingfattning	0
2	2(2)	Vä	Fram	Fotblad	Stängd swingfattning	0
3	3(1)	Hö	Sidan	Fotblad	Stängd swingfattning	Börja vända 1/4 åt vänster.
4	& (&)	Vä	Samla intill den andra foten och skifta tyngden.	Fotblad	1. Släpp föraren med din vänstra arm. 2. Håll kvar förarens vänstra hand med din högra hand.	Fortsätt vänd 1/4 vänster
5	4(2)	Hö	Sidan	Fotblad	Håll kvar förarens vänstra hand med din högra hand.	Fortsätt vänd 1/4 vänster
6	5(1)	Vä	Sidan	Fotblad	1. Föraren är på din högra sida. 2. Håll kvar förarens vänstra hand med din högra hand.	Avsluta vändningen
7	& (&)	Hö	Samla intill den andra foten och skifta tyngden.	Fotblad	1. Föraren är på din högra sida. 2. Håll kvar förarens vänstra hand med din högra hand.	Avsluta vändningen
8	6 (2)	Vä	Sidan	Fotblad	1. Föraren är på din högra sida. 2. Håll kvar förarens vänstra hand med din högra hand.	0