

Origine:	Macedonia.
Fonte:	Dansen voor Ouderen 10
Musica:	Dansen voor Ouderen 10
Metro:	4/4
Disposizione:	In semicerchio, braccia a V, fronte al centro
Introduzione:	4 misure

<u>DIREZIONI</u>	<u>MISURE</u>	<u>TEMPO</u>	<u>DESCRIZIONE</u>
	1	1-2 3&4	Punto il Dx davanti, punto il Dx a dx Passo sul posto con Dx-Sx-Dx
	2		Si ripete la misura 1 coi piedi opposti
	3-4		Si ripetono le misure 1-2
	5	1-2 3&4	Passo sul cerchio in direzione antioraria con Dx, Sx Passo con Dx-Sx-Dx
	6	1-2 3&4	Passo sul cerchio in direzione antioraria con Sx, Dx Passo con Sx-Dx-Sx girandosi a sx in direzione oraria
	7-8		Si ripetono le misure 5-6 nella direzione opposta
	9	1-2 3&4	Passo in avanti verso il centro con Dx, Sx Passo con Dx-Sx-Dx, eseguendo 1/2 giro dx per finire fronte esterno
	10	1-2 3&4	Passo indietro verso il centro con Sx, Dx Passo con Sx-Dx-Sx sul posto
	11-12		Si ripetono le misure 9-10 nella direzione opposta