



Bosa Nova

di Phil Dennington, UK

Descrizione: 64 tempi, 4 lati, stile Rumba

Livello difficoltà: Intermedio

Musica: Blame It On The Bossa Nova – Jane McDonald (164 bpm)

SIDE, TOGETHER, SIDE, TOUCH, SIDE, TOGETHER, SIDE, KICK

- 1-2 Passo sinistro a sinistra, passo destro a fianco della sinistra
- 3-4 Passo sinistro a sinistra, toccare il piede destro a fianco della sinistra
- 5-6 Passo destro a destra, passo sinistro a fianco della destra
- 7-8 Passo destro a destra, calcio sinistro in diagonale avanti a sinistra

SIDE, CROSS, SIDE, KICK, BEHIND, SIDE, CROSS, HOLD

- 1-2 Passo sinistro a sinistra, passo destro incrociato davanti alla sinistra
- 3-4 Passo sinistro a sinistra, calcio destro in diagonale avanti a destra
- 5-6 Passo destro incrociato dietro alla sinistra, passo sinistro a sinistra
- 7-8 Passo destro incrociato davanti alla sinistra, pausa

MAMBO BOX

- 1-2 Passo sinistro a sinistra, passo destro a fianco della sinistra
- 3-4 Passo sinistro avanti, pausa
- 5-6 Passo destro a destra, passo sinistro a fianco della destra
- 7-8 Passo destro indietro, pausa

SIDE, TOGETHER, SIDE, HOLD, ¼ TURN RIGHT SAILOR STEP, HOLD

- 1-2 Passo sinistro a sinistra, passo destro a fianco della sinistra
- 3-4 Passo sinistro a sinistra, pausa
- 5-6 Girando ¼ giro a destra passo destro incrociato dietro alla sinistra, passo sinistro a sinistra
- 7-8 Passo destro a destra leggermente avanti, pausa

LOCK STEP FORWARD, HOLD, LOCK STEP FORWARD, HOLD

- 1-2-3 Passo sinistro avanti, passo destro incrociato dietro alla sinistra, passo sinistro avanti (lock step)
- 4 Pausa
- 5-6-7 Passo destro avanti, passo sinistro incrociato dietro alla destra, passo destro avanti (lock step)
- 8 Pausa

FORWARD MAMBO, HOLD, COASTER STEP, HOLD

- 1-2 Passo sinistro avanti, riportare il peso sulla destra
- 3-4 Passo sinistro a fianco della destra, pausa
- 5-6 Passo destro indietro, passo sinistro a fianco della destra
- 7-8 Passo destro avanti, pausa

STEP, ½ TURN RIGHT, STEP, HOLD, FULL TURN LEFT, STEP, HOLD

- 1-2 Passo sinistro avanti, facendo perno sui due avampiedi girare ½ giro a destra portando il peso sul piede destro
- 3-4 Passo sinistro avanti, pausa
- 5-6 Girare ½ giro a sinistra e passo destro indietro, girare ½ giro a sinistra e passo sinistro avanti
- 7-8 Passo destro avanti, pausa



BOSA NOVA (continua)

WALK, HOLD, WALK, HOLD, WALK, HOLD, STOMP, HOLD

1-2 Passo sinistro avanti, pausa

3-4 Passo destro avanti, pausa

5-6 Passo sinistro avanti, pausa

7-8 Battere il piede destro a fianco della sinistra (portando il peso), pausa

Ora siete orientati 90° a sinistra rispetto alla direzione di partenza

RICOMINCIARE