

Vitamine Mémoire

8^a Partie : Triples à G. et à D.

1 et 2- PG.PD.PG. triple à G.

3 et 4- PD.PG.PD. triple à D.

→ Répéter 1 à 4 ci-dessus

9^a Partie : Pirouette à G. et croisés arr.

1- PG. av. 1/4 T. à G.

2- PD. de côté 1/4 T. à G.

3- PG. SPL. 1/4 T. à G.

4- PD. de côté 1/4 T. à G.

5- PG. derrière PD.

et- PD. SPL.

6- PG. à côté de PD.

7- PD. derrière PG.

et- PG. SPL.

8- PD. à côté de PG.

10^a Partie : Corté arr.

L- PG. arr. 1-2

L- PD. SPL. 3-4

11^a Partie : Tour de samba à G.

1- PG. av. 1/8 T. à G.

et- PD. de côté 1/8 T. à G. (plante)

2- PG. ass. au PD.

3- PD. arr. 1/8 T. à G.

et- PG. de côté 1/8 T. à G. (plante)

4- PD. ass. au PG.

→ Répéter 1 à 4 ci-dessus, face au mur opposé

12^a Partie : Croisés av.

1- PG. de côté 1/8 T. à G.

2- PD. av.

3- PG. SPL.

4- PD. de côté 1/4 T. à D.

5- PG. av.

6- PD. SPL.

7- PG. de côté 1/8 T. à G.

8- PD. ass. au PG. SPS.

13^a Partie : Tour de samba à D.

1- PD. av. 1/8 T. à D.

et- PG. de côté 1/8 T. à D. (plante)

2- PD. ass. au PG.

3- PG. arr. 1/8 T. à D.

et- PD. de côté 1/8 T. à D. (plante)

4- PG. ass. au PD.

→ Répéter 1 à 4 ci-dessus, face au mur opposé

14^a Partie : Croisés av.

1- PD. de côté 1/8 T. à D.

2- PG. av.

3- PD. SPL.

4- PG. de côté 1/4 T. à G.

5- PD. av.

6- PG. SPL.

7- PD. de côté 1/8 T. à D.

8- PG. ass. au PD. SPS.

→ Reprendre à la 1^{ère} partie, face au même mur

FINALE : À la répétition de la 7^a partie

1- PG. av.

2- PD. kick av.

3- PD. X devant PG.

4- PG. arr. en T

5- PG. arr.

6- PD. ass. au PG.

Pour certains détails techniques et de style (Voir votre Professeur)