

Ami's Vals

Till AnnMarie "Ami" Kinnison som födelsdagsvals 19/7 2010.

Att överlämnas 17 juli 2010.

Musik: "Sånger smakar på särskilda sätt" m Notfritt (Grananders gäng)

Ett: ***Tät fattning***

8 Valssteg medsols runt

8 Valssteg motsols runt

Två: ***Stor ring, hand i hand***

2 Valssteg in mot mitten

2 Valssteg bakåt tillbaka

Kav vänder sig till Dam till Vä om sig, Dam vänder sig till Kav till Hö om sig.

Det nya paret tar dubbel HF

2 Valssteg med dubbel HF, Kav backar m rygg i DR och Dam följer m front i DR

Byter till tät fattning

1 Valssteg balans i sida utåt ringen (Svepande rörelse)

1 Valssteg balans i sida inåt ringen (Svepande rörelse)

Tät fattning

8 Valssteg motsols mot DR – ***OBS! Mot DR och Motsols Vals***

Mellanspel två bas-slag:

2 Gångsteg som snoa medsols. (Redo att börja från början igen)

Upprepas sedan från början två gånger till.

Av Conney Åcerclinth, Borlänge.

I Lastbilen 2010-01-26 – Tillrättat och avlyssnad 2010-03-03