KMO ACHSHAV

Origine:	Musica di Harel Skaat, coreografia di Yaron Ben-Simchon, 2014. *Come adesso*
Fonte/Musica:	Roberto Bagnoli: Credanza 2015
Metro:	4/4
Disposizione:	Sul cerchio, direzione antioraria, senza tenersi per mano
Introduzione:	8 misure

DIREZIONI	MIS	TEMPO		PARTE
	1	1-2	♩♩	Passo con Dx sul cerchio, punto il Sx davanti
		3-4	♩♩	Giro a sx sul cerchio in avanti con Sx, Dx
	2	1&2	♫♩	Passo con Sx-Dx-Sx in avanti sul cerchio
		3-4	♩♩	Fronte a centro, apro Dx a dx, Sx incrocia dietro al Dx
	3	1-2	♩♩	Peso sul Dx a dx, peso sul Sx a sx
		3&4	♫♩	Passo con Dx-Sx-Dx in avanti sul cerchio in direzione oraria
	4	1-2	♩♩	Con la spalla dx al centro peso sul Sx in avanti, Dx sul posto
		3&4	♫♩	*Yemenita* indietro col Sx
	5	1-2	♩♩	Andando lateralmente verso il centro, apro Dx a dx, Sx incrocia dietro al Dx
		3&4	♫♩	Con Dx-Sx-Dx eseguo ½ giro a dx per finire con la spalla sx al centro
	6	1-2	♩♩	Andando lateralmente verso il centro, apro Sx a sx, Dx incrocia dietro al Sx
		3&4	♫♩	Con Sx-Dx-Sx eseguo ½ giro a sx per finire fronte al centro
	7	1-2	♩♩	Peso sul Dx in avanti verso il centro, peso sul Sx indietro
		3-4	♩♩	Giro a dx all'indietro verso il cerchio con Dx, Sx
	8	1-2	♩♩	Con la spalla sx al centro, peso sul Dx a dx, peso sul Sx a sx
		3-4	♩♩	Giro a dx verso il cerchio con Dx, Sx, per finire fronte al centro
	9-16			Si ripetono le misure 1-8
				PARTE 2 (fronte al centro)
	1	1-2	♩♩	Peso sul Dx indietro, peso sul Sx davanti
		3&4	♫♩	Passo in avanti verso il centro con Dx-Sx-Dx
	2	1-2	♩♩	Giro a sx in avanti verso il centro con Sx, Dx
		3&4	♫♩	Passo in avanti verso il centro con Sx-Dx-Sx
	3	1-3	♩♩♩	Dx incrocia davanti al Sx, Sx sul posto, appoggio Dx a dx
	4	4-1	♩♩	Sx incrocia davanti al Dx, Dx sul posto
		2-4	♩♩♩	Peso sul Sx a sx, ½ giro a dx con Dx, Sx per finire fronte esterno
	5-8			Si ripetono le misure 1-4 nella direzione opposta per tornare fronte al centro

KMO ACHSHAV (continua)

DIREZIONI	MIS	TEMPO		PARTE 3 (direzione antioraria)
	1	1-2	♩♩	Passo con Dx, Sx in avanti sul cerchio
		3	♩	Voltandosi fronte al centro, salto (*jump*) su entrambi i piedi, ginocchia leggermente piegate e gambe divaricate
		4	♩	Salto (*hop*) sul Dx liberando il Sx e girandomi con la spalla dx a centro
	2	1&2	♫♩	Passo indietro sul cerchio con Sx-Dx-Sx
		3-4	♩♩	Peso sul Dx indietro, peso sul Sx davanti
	3	1-2	♩♩	Passo con Dx in avanti sul cerchio in direzione oraria, punto il Sx davanti, girandomi fronte al centro
		3-4	♩♩	Sx incrocia davanti al Dx, apro Dx a dx
	4	1&2	♫♩	Sx incrocia dietro al Dx, apro Dx a dx, Sx incrocia davanti al Dx
		3-4	♩♩	Peso sul Dx a dx, peso sul Sx a sx
	5	1-2	♩♩	Andando verso il centro, passo in avanti con Dx, punto il Sx vicino al Dx, battendo le mani sulle cosce
		3&4	♫♩	Passo con Sx-Dx-Sx in avanti verso il centro
	6			Si ripete la misura 5
	7	1-2	♩♩	Peso sul Dx in avanti, peso sul Sx indietro, portando indietro la spalla dx e finendo fronte esterno
		3&4	♫♩	Passo verso l'esterno con Dx-Sx-Dx
	8	1-2	♩♩	½ giro a sx in avanti verso l'esterno, per tornare fronte al centro
		3&4	♫♩	*Yemenita* indietro col Sx
	9-16			Si ripetono le misure 1-8