

PUNTE	1° anno	2° anno	3° anno	4° anno	5° anno	6° anno	7° anno
<i>Relevé</i>				I, II, V	IV, nelle pose, in V spostato	sur le cou de pied avanti e dietro, retiré	con la gamba libera a 45° en face e nelle pose
<i>Echappé</i>				dalla I e V di lato	in IV croisé ed effacé	terminato su una gamba cou de pied	in II e IV en tournant con 1/4 e mezzo giro
<i>Pas assamblé</i>				di lato en face	avanti e dietro	nelle pose	soutenu en tournant en dehors ed en dedans
<i>Pas glissade</i>				di lato	avanti e dietro	nelle pose	en tournant
<i>Pas de bourrée</i>				steso, suivi sul posto e spostato avanti e di lato	simple en dehors ed en dedans, suivi dietro e nelle pose, ballotté steso	de coté, dessus-dessous, suivi in tutte le direzioni, ballotté in cou de pied	simple en tournant en dehors ed en dedans, ballotté en tournant

<i>Sissonne</i>					simple en face	simple in épaulement, fermé a 45° di lato ed avanti, ouvert a 45° di lato ed avanti	fermé a 45° in tutte le direzioni e pose, ouvert a 45° in tutte le direzioni e pose, ouvert par développé a 45° di lato e en face
<i>Pas jeté (piqué)</i>						di lato sul posto, spostato di lato ed avanti sur le cou de pied (piqué)	a 45° nelle pose terminato in demi-plié
<i>Pas ballonné</i>						par coupé di lato en face	pas coupé ballonné in tutte le direzioni e pose, spostato (en siuivi) in avanti
<i>Temp lié</i>					avanti	dietro	
<i>Pirouette</i>					preparazione dalla V e II, facoltativo: un giro	dalla V e II en dehors ed en dedans	dalla IV en dehors ed en dedans

<i>Giro dalla V</i>						da croisé a croisé	
<i>Pas couru</i>					avanti	dietro	
<i>Piqué</i>						I arabesque failli	
<i>Salti</i>							In V, I e II sul posto e spostati in tutte le direzioni, changement de pied sul posto, spostati ed en tournant
<i>Diagonali</i>					preparazione per piqué en dedans, preparazione per soutenu	piqué en dedans, soutenu, preparazione per piqué en dehors	piqué en dehors, chainé

www.sofina-danceevolution.com