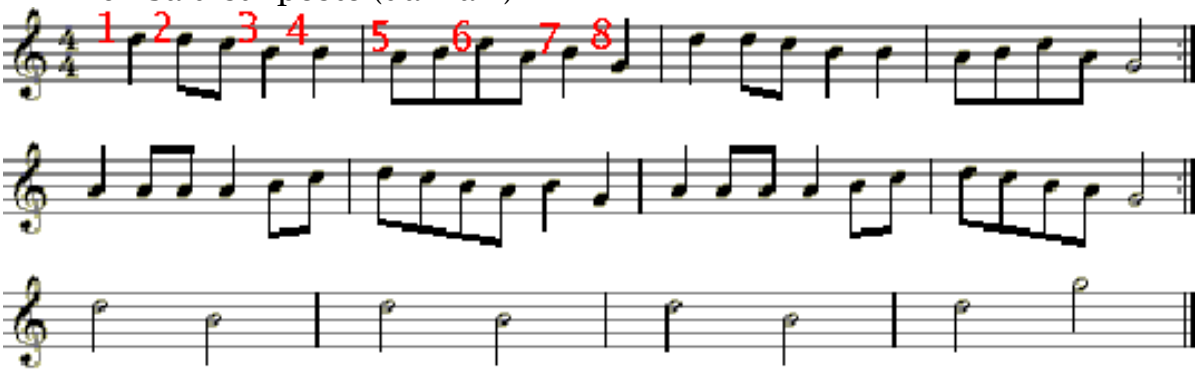
S E T T E S A L T I

(ZAZPI JAUZIAK)

Danza dei paesi baschi, si balla singolarmente in cerchio iniziando in senso antiorario.
Si parte sempre col piede esterno al cerchio.

Schema della danza:

1. Erdizka lauetan
2. Jauzi
3. Erdizka
4. Dobla
5. Erditka
6. Salti sul posto (da 1 a 7).



Erdizka:

1 – 2: passo avanti col piede dx e balzello sullo stesso piede;
3 – 4: passo avanti col piede sx e balzello sullo stesso piede;
5: passo avanti col piede dx e cambio di fronte di 180° voltando la fronte al centro;
6: unisco il piede sx al dx con mezzo passo indietro;
7: passo avanti col piede sx;
8: unisco il piede dx al sx con mezzo passo avanti.

Se ho il cerchio alla mia dx i movimenti sono invertiti.

Erdizka lauetan: erdizka ripetuta 4 volte (due in senso antiorario e due in senso orario.

Jauzi:

1: porto il piede dx indietro a dx a 45°;
2: unisco il piede sx al dx all'indietro;
3: riporto il piede sx al centro (avanti di 45°);
4: riunisco il piede dx al sx;
5 – 6 –7 – 8: ripeto 1 – 2 – 3 – 4 in direzione opposta.

Dobla:

Con due passi grandi (1 / 4) e quattro piccoli (5 / 8) faccio su me stesso un giro completo in senso antiorario.