

La Polka de los Tuk

Música: Dennis Murphy's Polka (mix para hacer varias repeticiones)

Posición 1

Pareja una al lado del otro. Mano izquierda con mano izquierda, mano derecha con mano derecha. Saltos a derecha e izquierda (esperamos tres "estrofas")

Cuando cambia el ritmo:

Hacia adelante: 1-2 y 1-2-3 (golpeando el suelo con los pies)

Hacia atrás: 1-2 y 1-2-3 (golpeando el suelo con los pies)

Hacia adelante: 1-2 y 1-2-3 (golpeando el suelo con los pies)

Hacia atrás: 1-2 y 1-2-3 (golpeando el suelo con los pies)

8 tiempos Ella gira sobre sí misma

8 tiempos Él gira sobre sí mismo

Posición 2

Se colocan de frente, mano derecha de ella y mano izquierda de él cogidas, la otra mano a la cintura. Tocan el suelo con los pies más adelantados.

Tacón-punta, Tacón-Punta 1-2-3 (avanzan juntos hacia el interior del círculo)

Se cambian las manos.

Tacón-punta, Tacón-Punta 1-2-3 (hacia el exterior)

Se cambian las manos.

Tacón-punta, Tacón-Punta 1-2-3 (avanzan juntos hacia el interior del círculo)

Se cambian las manos.

Tacón-punta, Tacón-Punta 1-2-3 (hacia el exterior)

Aún juntos:

Dentro-fuera (un paso hacia adelante y hacia atrás), 1-2-3, 1-2-3 (giran juntos)

Dentro-fuera (un paso hacia adelante y hacia atrás), 1-2-3, 1-2-3 (giran juntos)

Se recupera el círculo cambiando la posición de ambos (para cambiar de pareja)