

Rock'n'roll – Acrobazie: Hop

Questa figura viene utilizzata spesso all'inizio, perché lo slancio viene esercitato nella sua forma più semplice, ciò che si rivelerà utile in qualsiasi forma acrobatica.



La ballerina e il ballerino si afferrano per gli avambracci. Il ballerino piega leggermente le ginocchia e solleva la ballerina. A questo punto, la ballerina fa un salto sostenendosi con le braccia tese. Il ballerino fa una mezza rotazione a sinistra e appoggia a terra la ballerina sull'altro lato.

Fonte: René Bachmann e Fabian Studer, esperti G+S Danza sportiva



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO