

IL TANGO ARGENTINO **che passione...**



Testo di Studio
Tango
Milonga
Vals



Maestri
Sergio Canicossa
Rosita Cauzzi

Indice

INDICE	pag 1
PREFAZIONE	pag 3
IL FOLKLORE ARGENTINO: MALAMBO, CHACARERA, PERICON	pag 4
DEFINIZIONI E TEORIA MUSICALE	pag 6
POSIZIONI E PRESE	pag 8
TECNICHE SPECIFICHE DEL TANGO	pag 11
CONSIGLI PRATICI	pag 21
INDICE ALLE TABELLE	pag 24
INTRODUZIONE ALLE TABELLE	pag 28
TANGO (Bronzo)	pag.31
MILONGA (Bronzo)	pag. 60
TANGO VALS (Bronzo)	pag.81
TANGO E TANGO VALS (Argento)	pag.94
MILONGA (Argento)	pag.108
TANGO E TANGO VALS (Oro)	pag.116
MILONGA (Oro)	pag.126
GLI AUTORI	pag 132

Prefazione

Questo testo si propone di presentare le origini, la storia, i codici e le tecniche, con la descrizione dettagliata dei passi di ogni singola figura proposta, per un approfondimento dello studio del Tango che servirà al conseguimento del Diploma di Maestro di Ballo e potrà essere un valido aiuto sia per il ballo sociale, sia per partecipare e/o giudicare le competizioni. I balli, le cui figure vengono presentate in tabella sono tre:

- **TANGO**
- **MILONGA**
- **VALS**

Le tabelle di TANGO e VALS in Argento e Oro sono unificate. Per tale motivo bisogna tenere conto delle differenze ritmiche che distinguono le relative musiche e, di conseguenza, tali balli.

In questo testo abbiamo voluto far confluire gli apporti tecnico-pratici dei vari settori, da quello originario a quello dei Professionisti Specializzati, senza tralasciare l'importante esperienza delle sale da ballo (milongas).

Ricordiamo che questo, come altri, vuole essere un testo di consultazione professionale, senza avere la pretesa di insegnare a neofiti. I nomi di alcune tecniche o figure sono talvolta doppi o tripli allo scopo di richiamare alla mente del lettore una tecnica o una figura già conosciuta con un altro termine.

NOTA IMPORTANTE

Allo scopo di mantenere le caratteristiche tipiche corrette di questi balli, in nessuno di essi sono ammessi inserimenti tecnico-stilistici con chiaro riferimento alla Danza Classica e/o alle Danze Standard.

Questa norma si rivolge in particolar modo:

- **all'abbraccio**
- **alla posizione e ai punti di contatto dell'intero corpo**
- **alla direzione della testa**
- **alle rispettive posizioni del torso**
- **alle posizioni delle braccia e presa delle mani**
- **alla posizione delle gambe e dei piedi.**

Il Folklore Argentino

MALAMBO

Danza dalle antichissime origini, è infatti nata nel 17mo secolo creata dai gauchos, i cowboy delle pampas, che per difendersi dal freddo ballavano attorno al fuoco acceso. Questo ballo è una fusione tra l'intensità e la carica del tango e la sensualità e le movenze del flamenco. Nasce come danza esclusivamente maschile con la quale gli uomini esprimevano con figure intense la passione, la sensualità e la forza.

È un ballare battendo i piedi: di origine creola, nel quale due o più ballerini danzano con destrezza e abilità, ragione ed aggressività. Il suo ritmo evoca le diverse sfumature del passo del cavallo, inseparabile compagno del contadino. La caratteristica dei suoi vestiti sono gli stivali con tacco, che ballando riproducono il ritmo degli zoccoli. Solo negli anni '40 la donna è divenuta parte integrante del ballo trasformando il Malambo in una sensualissima danza di corteggiamento. È sufficiente il suono delle chitarre e del bongo per creare l'atmosfera giusta per ballare il Malambo.

CHACARERA

Con un ritmo particolare, raggruppa le coppie per righe e i battiti delle mani accompagnano il suonare delle chitarre e delle voci; tipica danza del nord argentino. Si pensa sia nata nella città di Santiago del Estero. Non è nota la sua vera origine; è sicuramente nominata nelle cronache rurali di quelle zone già dagli inizi del 1800 e la si incontra nelle campagne di Buenos Aires già nel 1850. È imparentata con altre danze rurali quali il "Gato", l'"Escondido", "il Marote", "il Palito", "l'Ecuador" ed altre danze regionali la cui origine si è ormai persa nella storia di quei luoghi. Di tutte queste danze la Chacarera è l'unica che, partendo dalla provincia, è arrivata fino alle città con la conseguente diffusione pressoché nazionale. Questo probabilmente anche grazie alla sua forma musicale vivace e molto gradevole all'ascolto. Pur non essendo assoluti e universalmente riconosciuti, i due schemi coreografici della Chacarera sono composti da elementi fissi: la Base, il Giro, la Media Vuelta, lo Zapateo per l'Uomo, il Sarandeo per la Donna e, nel finale, il Giro y Coronacion. Tali schemi sono per la Chacarera Simple e quella Doble, che sono rispettivamente lunghe 48 e 64 battute da 3/4 o 6/8.

SCHEMA COREOGRAFICO DELLA CHACARERA

Uomini e Donne, posti l'uno di fronte all'altra e presi per la mano destra. Nell'introduzione le Donne eseguono un giro a sx sotto al braccio. Quindi entrambi arretrano chinandosi per disporsi su due righe poste l'una di fronte all'altra ed ogni Uomo si trova davanti ad una Donna facente parte dell'altra riga. Ci si incrocia con il partner opposto cambiando di posizione

con la riga di fronte soltanto nella Media Vuelta e si entra in contatto con il partner oggetto del corteggiamento solo alla termine della sequenza, con la Coronación. I passi e piede di partenza (sx) sono gli stessi per Uomo e Donna, eccezion fatta per Zapateo e Sarandeo. Sull'introduzione del secondo periodo l'Uomo riaccompagna la Donna sul lato opposto a quella della prima partenza, in posizione Ombra sx, e poi arretra; quindi lo schema si ripete identico una seconda volta. Adattando i medesimi schemi la Chacarera si balla anche "en ronda", cioè disposti in cerchio.

Chacarera Simple

(12 x 4 battute da 3/4 oppure 6/8)

FraSi	Figure
1x	- BASE
1x	- GIRO
2x	- MEDIA VUELTA
2x	- ZAPATEO uomo/SARANDEO donna
2x	- MEDIA VUELTA (4^ battuta giro sul posto)
2x	- ZAPATEO uomo/SARANDEO donna
1x	- GIRO y CORONACION

Chacarera Doble

(16 x 4 battute da 3/4 oppure 6/8)

FraSi	Figure
2x	- BASE
1x	- GIRO
2x	- MEDIA VUELTA
2x	- ZAPATEO uomo/SARANDEO donna
1x	- GIRO
2x	- MEDIA VUELTA (4^ batt poss giro sul posto a dx lui/dx lei)
2x	- ZAPATEO uomo/SARANDEO donna
1x	- GIRO
1x	- MEDIA VUELTA
1x	- ZAPATEO uomo/SARANDEO donna
1x	- GIRO y CORONACION

PERICON

Chiamato il ballo della patria. Anche se non si balla attualmente nella vita quotidiana, la sua presenza in certe feste popolari lo mantiene come danza tradizionale per antonomasia delle regioni della pampas.

Varie coppie eseguono movimenti al ritmo marcato da un "bastonero", ovvero colui che perquite verticalmente a terra oppure tra loro dei bastoni.

Definizione e teoria musicale

È importante conoscere alcune fondamentali nozioni musicali per poter meglio interpretare la musica sulla quale balliamo. Ciò che viene di seguito descritto non è completo ed è talvolta inteso dal punto di vista strettamente musicale, allo scopo di agevolare il Maestro di ballo nel suo utilizzo.

MELODIA

Nella teoria musicale la melodia è una successione di suoni di differente altezza e di differente durata la cui struttura genera un organismo musicale di senso compiuto. Costituisce, insieme a ritmo, armonia, timbro, agogica e dinamica, una delle componenti fondamentali del linguaggio musicale.

RITMO

Il ritmo è il susseguirsi di una serie di accenti (cellula ritmica) con una periodica regolarità. Esso è basato sulla suddivisione del tempo in forme e misure variabili, talvolta regolari e simmetriche altre volte irregolari e asimmetriche. Il ritmo è quindi un movimento che si ripete regolarmente (si pensi per esempio ad un orologio a pendolo). Qualsiasi movimento che non si ripeta regolarmente può essere detto come “aritmico”.

TEMPO

Musicalmente determina la divisione delle battute in tanti movimenti musicali uguali. Ad esempio il camminare dell'uomo (o meglio la regolare marcia militare), è caratterizzato da due movimenti uguali che si ripetono in cicli regolari, cioè in battute da 2/4, che contengono due battiti da 1/4 (es. Milonga). Sul battito maggiormente accentato (movimento forte) avremo il “battere” mentre sul restante (movimento debole) avremo il “levare” che è anche “contrattempo” se preceduto e segnato da pausa. Una battuta in 3/4 contiene tre battiti da 1/4: forte, levare e levare (es. Vals). Nella maggior parte dei casi (Tango, Bachata, Salsa, Disco, Pop, Rock e altri generi contemporanei) la musica contemporanea è scritta in 4/4, per cui una battuta contiene quattro battiti da 1/4: forte, in levare, mezzo forte e levare.

ANDAMENTO

Tecnicamente esprime la velocità di un brano; se ascoltiamo un brano contando quante battute ci sono in un minuto, determiniamo la sua velocità in BPM (Bars Per Minute = Battute al Minuto)

Nota: i contatori elettronici presenti sui mixer dei DJs contano solitamente soltanto gli accenti “forte” e “mezzo forte” e non i né gli accenti deboli

in generale.

Perciò segnerà ad esempio 60 per un Tango (2/4 o 4/4) da 60 o 30 BPM, da 40 a 55 per una Milonga (2/4) e da 55 BPM a 65 per un Vals (3/4).

BATTITO (o pulsazione)

È l'elemento unitario della battuta e viene normalmente identificato con 1/4 che poi può essere frazionato in ottavi, sedicesimi, ecc. o moltiplicato. 1/4 equivale a un tempo, o battito (beat) o pulsazione o impulso.

BATTUTA (o misura)

Si intende la somma dei valori musicali contenuti fra due stanghette verticali nel pentagramma: questa somma si sviluppa in base al tempo stabilito. Ad esempio 2/4, 3/4, 4/4, ecc.

SEMIFRASE

È quella composta normalmente da una battuta dispari, e da quella pari immediatamente successiva rispetto all'inizio del periodo. Musicalmente occupa 2 battute da 4/4 o 4 da 2/4. Ci aiuta a contare in 8 e dunque ad individuare il momento migliore per iniziare a ballare e continuare ad eseguire tutte le figure appunto "in frase" e non solo a tempo. Ma è soltanto una convenzione didatticamente "comoda", non necessariamente da preferire dal punto di vista tecnico-artistico.

FRASE

Normalmente, è costituita da un gruppo di 4 battute durante la cui esecuzione la melodia ha una fase tonale che da una sensazione di inizio seguita da una di fine, come nel parlato. È sconsigliabile eseguire cambi coreografici significativi all'interno di queste 4 battute.

PERIODO

Il concetto di periodo è molto significativo per il coreografo. È costituito da un gruppo di 8, 16 o 32 battute, durante il quale si dovrà tener conto di amalgamare le figure in modo logico, come fossero le parole di un periodo scritto o parlato. Cambiando periodo si potrà, ad esempio, dopo 8 battute staccare la coppia o entrare in una serie di figure di tipo diverso, cambiare direzione, ecc. come per sottolineare e quindi meglio interpretare il cambio appunto del periodo musicale.

Posizioni e prese

LE PRESE E LE POSIZIONI

La posizione originaria è chiusa a contatto e nello stile milonguero deve essere sempre mantenuta. Nel Tango Salon, quando le tecniche utilizzate più evolute lo richiedono, la Posizione Chiusa può non essere a contatto, ma i migliori ballerini riescono comunque a fare in modo quasi sempre che le dita della mano destra dell'Uomo si mantengano oltre la linea della colonna vertebrale della Donna. Nel Tango Escenario, o Tango Show (solo nello Spettacolo e, ove permesso, nelle competizioni) le prese e le posizioni che vengono utilizzate sono invece davvero molteplici e prendono spunto anche da altre danze, comprese prese aeree (lifts) e posizioni staccate. Ma il ritorno all'abbraccio tipico del Tango (detto anche abbraccio "orillero") a contatto rimane sempre la posizione principale e più utilizzata. L'altezza della mano sinistra dell'Uomo (destra della Donna) può variare a seconda dei casi per questioni di gusto personale, stilistiche o di proporzioni fisiche della coppia:

h1: altezza sopra la testa (alcuni la usano in Pos. a Contatto prevalentemente nella Milonga e talvolta nel Conyengue e nello stile milonguero)

h2: altezza degli occhi (è la più utilizzata nei tre balli in Pos. sia a Chiusa sia Chiusa, anche se leggermente più bassa)

h3: altezza del cuore (si usa nei passaggi della Dama verso il lato aperto, ovvero in azioni a specchio o promenade o americana)

h4: altezza dell'ombelico (si usa per variare a proprio gusto in Pos. Chiusa, Semichiusa o in Pos. Aperta con la sola presa della mano nelle Saltodas del Tango Escenario)

h5: altezza del bacino dell'Uomo (si usa per variare a proprio gusto in Pos. Chiusa nel Conyengue)

LA POSIZIONE CHIUSA E SEMICHIUSA E L'ABBRACCIO

La Posizione Chiusa prevede che i due ballerini siano uno di fronte all'altro con il cav. leggermente spostato sulla propria sx rispetto alla dama.

I partners possono essere a contatto Pos. Chiusa o leggermente distaccati Pos. Semichiusa. Il cav. tiene con la sua sx la dx della dama.

In Pos Semichiusa e l'abbraccia appoggiando il palmo della dx sulla parte alta della schiena all'altezza delle scapole della dama, braccio e avambraccio dx a contatto del fianco sx e schiena della Donna. Il braccio sx

della dama è appoggiato sul dx del cav., mentre la mano può posizionarsi appena sotto il deltoide.

In posizione chiusa il braccio destro dell'Uomo circonda il busto della Donna in un naturale abbraccio e il braccio sinistro della Donna fa lo stesso passando all'incirca all'altezza del deltoide destro dell'Uomo e finendo con la mano sx sulla parte alta della schiena o dietro al collo del cav.

La mano sinistra dell'Uomo è posta verticalmente, come naturale prosecuzione dell'avambraccio, anch'esso verticale, e racchiude tra il pollice e le altre dita il palmo della mano destra della Donna. La Donna pone il proprio palmo della mano destra un pò di taglio contro quello della mano sinistra dell'Uomo. Nell'Abbraccio la posizione delle braccia deve essere tenuta piuttosto ferma, ma senza stringere. In Posizione Chiusa il braccio sx del Cavaliere viene tenuto più indietro della linea di mezzo della coppia. In Posizione Semichiusa e in Posizione di Promenade (o a specchio) il braccio sx del Cavaliere viene portato leggermente più avanti, circa sulla linea di mezzo della coppia, e più in basso.

In base ai vari stili, alle figure eseguite ed alla interpretazione personale la presa e le posizioni delle mani, l'altezza e l'apertura delle braccia possono essere leggermente differenti ma è importante considerare come originarie e basilari la conoscenza della posizione chiusa e semichiusa e dell'abbraccio come sopra descritte.

ALTRE POSIZIONI

La Posizione Promenade o a specchio o americana (PP)

Dama e cavaliere assumono una posizione, chiusa o semichiusa, a "V" con la dama a dx del cavaliere.

La Posizione Contro-Promenade (CPP)

Dama e cavaliere assumono una posizione, chiusa o semichiusa, a "V" con la dama a sx del cavaliere.

ALCUNE POSIZIONI DI POSSIBILE UTILIZZO NEL TANGO ESCENARIO

La Posizione Ombra (o Vesre, termine in Lunfardo di "reves", a rovescio) Cavaliere e Dama sono l'uno dietro l'altra o viceversa, leggermente sfalsati, girati nella stessa direzione con la dama che può essere più a dx (Posizione Ombra Destra) o più a sx (Posizione Ombra Sinistra) rispetto al cavaliere o viceversa.

La Posizione Laterale

Dama e cavaliere sono fianco a fianco, anche distanti, girati nello stesso verso con la dama che può essere a dx (Posizione Laterale Destra) o sinistra (Posizione Laterale Sinistra) rispetto al cavaliere.

La Posizione Schiena a Schiena

Dama e cavaliere sono uno dietro l'altro e guardano in direzioni opposte.

La Posizione Trenino Uomo

Dama e cavaliere sono l'una dietro l'altro e guardano nella stessa direzione

La Posizione Trenino Dama

Cavaliere e dama sono l'uno dietro l'altra e guardano nella stessa direzione

Spazzolata

Si intende il passaggio di un piede vicino all'altro durante il movimento dello stesso, prima dell'appoggio al passo successivo. Deve essere sempre utilizzata negli esercizi di cambi di asse.

Tecniche specifiche del Tango

Le tecniche riguardano il modo in cui si eseguono determinati tipici movimenti, indipendentemente dalla figura o amalgamazione in cui essi compaiono.

È fondamentale conoscere con precisione come devono essere eseguite dal punto di vista geometrico, ritmico e tecnico dall'Uomo e dalla Donna (talvolta differiscono a seconda delle circostanze), attraverso un efficace programma di studio ed una costante e ripetuta pratica.

Il livello di riferimento è quello corrispondente alle figure che contengono tali tecniche.

1. **Paso allado:** spostamento del peso sulla gamba preventivamente preparata con movimento laterale a ricevere il peso del corpo. Durante l'azione deve essere mantenuto il contatto con il pavimento con l'interno della pianta del piede e l'altra gamba deve subito raggiungere quella che ha compiuto l'azione, unendosi ad essa leggermente più indietro.
2. **Caminada adelante:** spostamento del peso sulla gamba spostata in avanti, che riceve il peso del corpo precedentemente sbilanciato in avanti. Durante l'azione deve essere mantenuto il contatto con il pavimento contatto il piede e l'altra gamba deve eseguire un'azione di spinta e subito raggiungere quella che ha compiuto l'azione, unendosi ad essa leggermente più indietro.
3. **Caminada atras:** spostamento del peso sulla gamba con movimento indietro, conseguente alla spinta del peso del corpo del partner, atto a ricevere il peso del corpo. Durante l'azione deve essere mantenuto il contatto con il pavimento con la mezza pianta del piede e l'altra gamba deve eseguire un'azione di spinta e subito raggiungere quella che ha compiuto l'azione, con contatto del tacco, unendosi ad essa leggermente più indietro.
4. **Caminada Fuori Partner a sx:** come Caminada Adelante con la gamba dx all'esterno della gamba dx del partner.
5. **Caminada Fuori Partner a dx:** come Caminada Adelante con la gamba sx all'esterno della gamba sx del partner.
6. **Cunita (piccola culla) o Cadencia o Balancéo:** azione di andata e ritorno, avanti e indietro che serve principalmente per cambiare direzione verso sx. Può essere ripetuta.

7. **Arrepentida:** gruppo di passi che servono per togliersi da un punto di intenso traffico in pista.
8. **Desplazamiento:** sinonimo di Caminada, o anche leggera Sacada o Barrida.
9. **Simetria o Espejo:** uno o più passi eseguiti da entrambi in modo simmetrico, speculare.
10. **Paso Cruzado o Cruzada o Cruze (passo 5 della Salida Basica, come descritta da Rodolfo Dinzel):** il sx della Dama che incrocia davanti al dx con le punte allineate o con il sx più indietro. Il tallone del dx NON DEVE ESSERE SOLLEVATO, la gamba dx distesa, la gamba sx piegata fino al cambio del peso.
11. **Trabada:** come il Cruze ma eseguito in levare, solitamente a causa dell'esecuzione di una Salida Cruzada da parte dell'Uomo, la quale conduce più velocemente la Dama all'incrocio e quindi al passo successivo.
12. **Resolución o Cierre:** risoluzione o chiusura, corrispondente al mezzo Cuadrado (*v. descrizione figura*).
13. **Baldosa:** come il Cuadrado (*v. descrizione figura*).
14. **El ocho adelante :** azione di Camminata in avanti con l'aggiunta della rotazione in senso corrispondente alla gamba con il peso, a ginocchia unite e piegate, nella tecnica basica, seguita dall'immediata preparazione in avanti della gamba senza peso.
15. **El ocho atras:** azione di Camminata indietro con l'aggiunta della rotazione in senso opposto alla gamba con il peso, a ginocchia unite e piegate, nella tecnica basica.
16. **Parada:** interruzione dinamica del movimento, indicata dall'Uomo, generalmente abbinata all'appoggio di un suo piede a fianco, o avanti o dietro di un piede della Dama. È per quest'ultimo particolare che normalmente si distingue dal Corte.
17. **Mordida o Sandwich o Sanguchito:** interruzione dinamica del movimento, indicata dall'Uomo, abbinata all'appoggio di entrambi i piedi affianco di un piede della Dama.
18. **Mordida Alto:** come Mordida ma eseguita più verso l'altezza del

ginocchio.

19. **Mordida Vesre:** come Mordida ma con i piedi chi la esegue al contrario per direzione o posizione.
20. **Media Luna o Medio Giro:** azione di tre passi di Molinete o Contro-Molinete eseguiti della Dama attorno all'Uomo
21. **Giro:** azione Molinete o Contro-Molinete eseguiti della Dama attorno all'Uomo per quattro o più passi.
22. **Molinete:** giro eseguito più spesso dalla Donna attorno all'Uomo in senso antiorario; l'ordine d'esecuzione: indietro/a lato/avanti/a lato, pur potendo partire da qualsiasi di questi quattro. I tempi "normali" **sono QQSS** dove il primo (indietro) è il più ruotato se già preceduto da almeno un passo di "Mulino" ed il secondo passo a lato, dopo il passo avanti, è più ampio del primo. La Donna deve rispettare i tempi suddetti a meno che l'Uomo, ruotando più velocemente, non ne richieda l'esecuzione con tutti passi Quick (*NB: Q= Quick= passo che dura un battito, S= Slow= passo che dura due battiti*).
23. **Contro Molinete:** giro eseguito più spesso dalla Donna attorno all'Uomo in senso orario; l'ordine d'esecuzione: indietro/a lato/avanti/a lato, pur potendo partire da qualsiasi di questi quattro. I tempi "normali" **sono QQSS** dove il primo (indietro) è il più ruotato se già preceduto da almeno un passo di "Mulino" ed il secondo passo a lato, dopo il passo avanti, è più ampio del primo. La Donna deve rispettare i tempi suddetti a meno che l'Uomo, ruotando più velocemente, non ne richieda l'esecuzione con tutti passi Quick.
24. **Boleo o Voleo Adelante:** è un'azione più spesso eseguita dalla Dama, quando l'Uomo interrompe repentinamente un'azione in atto della Dama di Ocho Adelante (v. Decalogo).
25. **Boleo o Voleo Atras:** è un'azione più spesso eseguita dalla Dama, quando l'Uomo interrompe repentinamente un'azione in atto della Dama di Ocho Atras (v. Decalogo).
26. **Corte:** classica posa eseguita solitamente con pausa in un momento di forte accento o pausa della musica. Essa rappresenta in origine l'imprevedibile ed l'irrefrenabile gesto dell'Uomo atto ad attrarre la Donna a sé. Al di fuori della classica posizione di questa figura, ma con lo stesso intento/significato, questo tipo di passaggio viene detto anche Posa o Cuarta o Detención o Freno.

27. **Abanico:** posa speculare più aperta verso il lato aperto della presa, con le rispettive gambe esterne senza peso, a forma di ventaglio rovesciato.
28. **Rulo:** è un semicerchio che viene disegnato di piede Dx in senso orario o di piede Sx in senso antiorario sul pavimento attorno all'altro piede, con movimento di tutta la gamba, con o senza rotazione nello stesso senso o in senso opposto sul piede che sostiene il peso. Può essere anche ripetuto. Spesso precede una Parada o una Sacada.
29. **Planeo:** è un cerchio che viene disegnato dal piede sul pavimento a gamba distesa lateralmente, diagonalmente indietro o indietro, attorno al piede che ha il peso e che fa perno. La gamba d'appoggio può anche essere piegata finanche completamente.
30. **Gancho:** è un'azione compiuta sollevando una gamba di uno ballerini tra le gambe del partner (v. *Decalogo*).
31. **Sacada in linea Adelante:** passo compiuto in avanti tra le gambe del partner che sta arretrando. Può essere eseguita verso l'interno o verso l'esterno della gamba o della coscia.
32. **Sacada in rotazione o opposizione Adelante o Atras:** passo compiuto in avanti o indietro tra le gambe del partner che sta avanzando o ruotando attorno. Può essere eseguita mentre il partner ha le gambe aperte o incrociate.
33. **Sacada Adelante:** passo compiuto in avanti tra le gambe del partner, che prevede di norma il contatto con la relativa stessa gamba senza peso (v. *Decalogo*).
34. **Sacada Adelante Cruzada:** passo compiuto in avanti tra le gambe del partner, che prevede di norma il contatto con la relativa opposta gamba senza peso.
35. **Sacada Atras:** passo compiuto indietro tra le gambe del partner, che prevede di norma il contatto con la relativa stessa gamba senza peso.
36. **Sacada Atras Cruzada:** passo compiuto indietro tra le gambe del partner, che prevede di norma il contatto con la relativa opposta gamba senza peso.
37. **Entrada:** invasione dello spazio aereo tra le gambe altrui senza compiere Sacadas, Barridas o Empujadas, cioè senza contatto.

38. **Montesino:** serie di sacadas dell'Uomo ad ogni passo della Donna che gli gira intorno, camminando, di norma, solo all'indietro o in avanti.
39. **Empujada:** simile alla Sacada ma con contatto delle cosce.
40. **Barrida o Arrastre:** termini utilizzati in situazioni di poco differenti, che hanno comunque in comune un'azione che prevede il trascinamento di una gamba senza peso da parte del partner, attraverso un contatto tra i due colli del piede
41. **Caída:** letteralmente "caduta". Passo solitamente incrociato dietro in modo speculare ed in abbassamento, piegando le gambe
42. **Calecita o Carousel:** serie di passi eseguiti dall'Uomo all'indietro più spesso in senso antiorario, attorno alla Dama, la quale si trova con il peso su un piede fermo, di solito il dx, al centro del cerchio descritto dall'Uomo, in Posizione Apilada più o meno accentuata
43. **Bicicleta:** movimento di pedalata o mezza pedalata (tipo pendolo) in avanti o all'indietro con i colli dei piedi agganciati
44. **Enrosque:** tecnica dell'Uomo che esegue un Pivot (perno) sul posto, su un piede, mentre quello senza peso viene tenuto incrociato davanti o dietro
45. **Arroje:** azione di spinta longitudinale dell'Uomo, atta ad allontanare (lanciare) momentaneamente la Donna lontana da sé. La gamba senza peso della Donna esegue solitamente un'azione di Voleo Adelante o Atras, senza rotazione
46. **Puente o Carpa:** guida dell'Uomo che porta a sé la Donna in Posizione Apilada
47. **Bolcada o Volcada:** azione circolare della gamba senza peso della Donna, che descrive un disegno, solitamente con contatto del piede sul pavimento, a causa di una guida circolare dell'Uomo imposta da una Posizione Apilada
48. **Colgada:** diversi tipi di azione compiute con l'asse dei corpi dei ballerini sbilanciati all'esterno
49. **Rebote:** in generale un rimbalzo, cioè un'azione di ritorno da una direzione in quella opposta. Si usa questo termine solitamente nel Tango Nuevo, quando si invita la Dama ad effettuare un passo in avanti o indietro anziché laterale, mentre sta eseguendo il "Mulino",

trasformando il giro in un giro progressivo

50. **Enganche:** avvolgimento di tutto l'arto inferiore, piede compreso, di un partner su quello dell'altro (più spesso della Donna sull'Uomo anche a scopo di sollevamento) simile ad un Gancho nell'azione iniziale. Si può eseguire anche su di sé come Adorno
51. **Cadena:** serie di 3 o 4 passi ripetute in modo concatenato ed in circolo
52. **Corrida:** serie veloce di piccoli passi in senso rettilineo
53. **Corrida Garavito:** serie di spassi eseguiti a specchio incrociando avanti e indietro, in senso rettilineo
54. **Rabona:** incrocio veloce dei piedi, spesso ripetuto, da uno o entrambi i ballerini
55. **Quebrada o Casquet o Casché:** azione proposta dall'Uomo come rappresentazione dell'atto conclusivo del corteggiamento, con la Donna a sé sottomessa
56. **Sentada:** azione di "seduta" della Donna a gambe accavallate sulla coscia dx o sx dell'Uomo, con o senza sollevamento
57. **Tijera o Chilena:** saltello durante il quale uno dei partner esegue un doppio calcetto in avanti a gambe tese, tra le gambe del partner senza contatto
58. **Golpe:** colpo, battuta di uno o due piedi in modo deciso e contemporaneo come nel Flamenco
59. **Salto, Llevada:** lift, sollevamento della Donna da parte dell'Uomo, di qualunque tipo
60. **Soltada:** distaccamento della coppia con apertura della posizione almeno da un lato, a scopo coreografico
61. **Alteraciones:** alterazioni di tecniche classiche conosciute. Ad esempio una figura, tecnica o passaggio eseguita al contrario o dalla parte opposta o una tecnica di giro sul posto eseguita in progressione. Presenti nel Tango Nuevo

L'ADORNO, O FLOREO, O FIRULETE

Sono abbellimenti che vengono eseguiti in gran parte con le gambe ed i piedi più spesso dalla Donna e talvolta dall'Uomo. Nel caso del Firulete accade più spesso il contrario, trattandosi spesso di veloci virtuosismi. Essi contribuiscono alla migliore riuscita di quella comunicazione non verbale così presente nel Tango ed all'espressività della coppia.

1. **Amague:** anche Flick o Frappè è un abbellimento talvolta scherzoso, prima di qualcosa
2. **Dibujo:** è un disegno che viene eseguito con il piede sul pavimento.
3. **Castigo o Castigada:** solitamente eseguito dalla Donna al termine di un Ocho Adelante. Il ginocchio della gamba senza peso viene sollevato e la gamba, incrociando davanti, viene fatta ridiscendere in posizione del "Cruze" o "5". Tipicamente utilizzato nell'Ocho Milonguero, ma non solo.
4. **Azione di Boleo o Voleo Adelante o Atras:** può essere considerato "adorno" se eseguito dall'Uomo o dalla Donna ma in modo autonomo, non guidato da un cambio di rotazione o da un'Empujada ad esempio.
5. **Latigazo:** azione della gamba in cerchio, costituito dall'alternanza di Badeos ed Atras in modo autonomo
6. **Saludo o Frustata:** è il sollevamento a gamba tesa, seguito dalla discesa della stessa gamba flessa
7. **Pique, Picada o Picaditas:** uno o più piccoli tocchi eseguiti di punta più spesso dall'Uomo con il piede senza peso.
8. **Chiches:** come piques ma ripetuti intorno all'altro proprio piede
9. **Golpecitos, Picados, Punteo:** colpetti decisi di un piede sul pavimento
10. **Lustrada:** è un movimento dove appare che la tomaia della scarpa della Donna venga "lucidata" sul pantalone dell'Uomo. Può anche essere eseguita dall'Uomo su se stesso.

11. **Carraca o Caricia:** come Lustrada, ma l'azione viene compiuta su qualunque altra parte del partner in maniera più o meno ardita
12. **Lapiz o Rulo:** è il disegno che la punta del piede esegue sul pavimento durante un Rulo o un Planeo
13. **Patada o Intrusione:** è un calcio che viene eseguito tra le gambe del partner, senza alcun contatto con esso né con il pavimento
14. **Enganche:** avvolgimento di una gamba con l'altra eseguito su di sé come Adorno, più spesso eseguito dall'Uomo
15. **Bicicleta:** movimento di pedalata con una gamba libera o con tutte due le gambe della Donna durante un sollevamento, oppure con una gamba dell'uomo in modo autonomo

Esistono certamente alcuni altri termini equivalenti o riguardanti situazioni particolari, che potranno essere sentiti da taluni. Riteniamo in ogni caso che l'elenco sopra descritto sia ampiamente rappresentativo dei termini più universalmente utilizzati ad oggi.

PICCOLO DIZIONARIO DI ALTRI TERMINI UTILIZZATI IN AMBIENTE TANGUERO

ABIERTO: aperto

ADELANTE: avanti

ATRAS: indietro

BAILONGO: milonga (il luogo)

BRAZO: braccio

CABEZA: testa

CERRADO: chiuso

CÒDIGOS: codice d'invito, vedi Cabecéo e Vistazo in "Stasera Tango!"

COMPAS: tempo (in battere)

DERECHA: destra

EJE: asse

ELEVADA: da non confondere con Llevada, è l'azione del sollevare i piedi tra un passo e l'altro come si faceva nel Tango Orillero/Canyengue prima di iniziare a ballare su pavimenti lisci

IZQUIERDA: sinistra

JUNTO: insieme

MARCA: guida

MIRAR: guardare

OCHO: otto

PESO: peso

PECHO: petto

PIE: piede

PIERNA: gamba

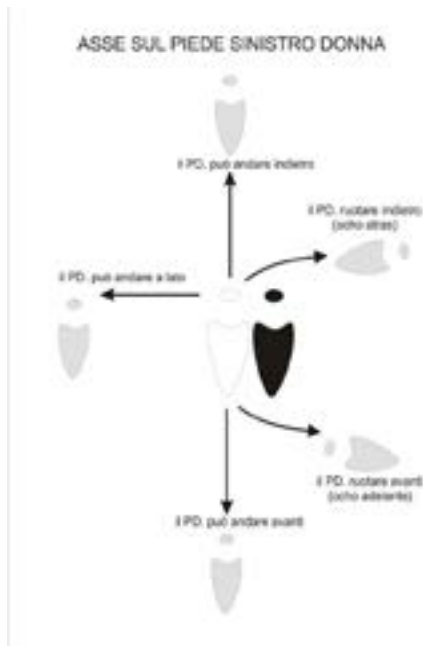
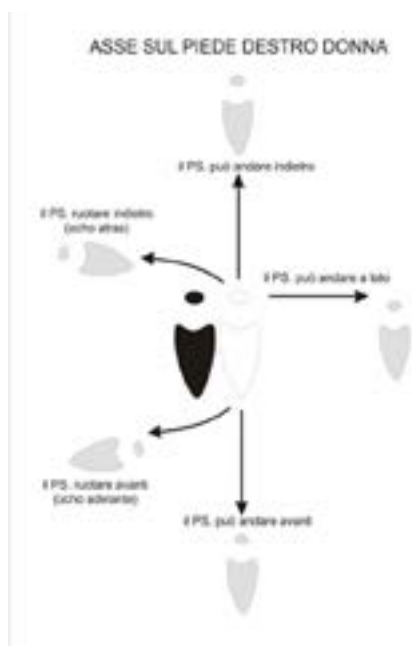
PISO: pavimento

PREGUNTA, PREGUNTAR: domanda, chiedere

Consigli Pratici

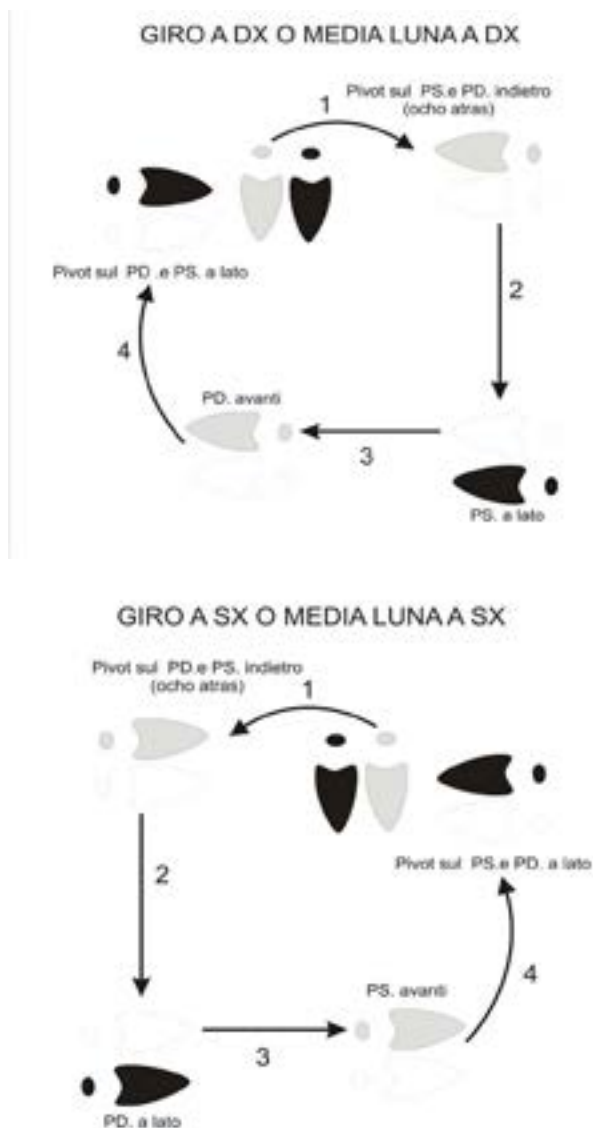
TECNICA DELLA DAMA QUANDO IN ASSE

Molto importante per la donna è l'asse. Questo avviene ogni qualvolta si esegue un passo ed ad ogni passo è molto importante che i piedi e le gambe siano sempre a contatto. Es: se si eseguirà un passo indietro di PS. il PD. chiude al PS senza peso in attesa di altro passo o altro movimento che verrà marcato dall'uomo. La medesima cosa sul passo opposto. L'uomo potrà a questo punto, in asse della donna, marcare azioni diverse come nello schema.



TECNICA DI ESECUZIONE GIRO

Importante tra le svariate tecniche o azioni oltre all'asse è il Giro o Mezza Luna. E' una delle problematiche che spesso la donna ha, creando a volte lo sbilanciamento dell'uomo. Nel giro sarà molto importante il mantenere entrambi il busto frontale e per la donna una buona esecuzione dei passi. Sotto troviamo un esempio dei passi che si eseguono durante la rotazione sia a dx che a sx. Ricordando che si può iniziare da ognuno di essi ma sarà importante mantenere la sequenza salvo marca dell'uomo.



SISTEMA PARALLELO

Quando l'Uomo usa il PD e la Donna il PS o viceversa (Uomo PS e Donna PD)

SISTEMA CRUSADO

Quando L'Uomo usa il PD e la Donna il PD o viceversa (Uomo PS e Donna PS)

COME PORTARE LA DONNA AL PASSO 5 o CRUSE

Spesso nel Tango si notano donne che eseguono da sole il passo incrociato, detto Cruse(per intenderci il passo che la donna esegue in Salida Basica al 5). Oppure marce del medesimo passo dell'Uomo, molto forti per far eseguire alla Donna tale azione. E' determinante capire che il Cruse è una marca ben chiara se usata con una buona tecnica.

Primaria sarà l'esecuzione di un passo con spalla a seguire, ovvero, la gamba o il piede che muove(PS o PD) muoverà con la medesima spalla di riferimento in avanti legg. in diagonale. In questo modo la Donna si troverà inevitabilmente in posizione diagonale indietro, rispetto alla ronda. Per una regola di dinamica del movimento, il passo che seguirà, sia per l'Uomo(se desidera) e la Donna sarà incrociato. Molto importante durante l'esecuzione del Cruse, una leggera marca dell'Uomo alla Donna, di sollevamento attraverso il diaframma e un conseguente rilassamento alla fine del passo. Ricordando che il Cruse lo si può effettuare in qualsiasi momento e su qualsiasi passo, non necessariamente solo ed esclusivamente con Salida Basica.

GLOSSARIO

SPALLA CHE CONDUCE: Spalla che segue la direzione del piede

M.C.C.: Movimento Contrario del Corpo

P.M.C.C.: Posizione di Movimento del Corpo

DX: Destra

SX: Sinistra

FP: Fuori Patner

PS: Piede Sinistro

PD: Piede Destro

INDICE ALLE TABELLE

TANGO (Bronzo)

1.	<u>Cambio di peso</u>	<u>pag.33</u>
2.	<u>Cambi di asse</u>	<u>pag.34</u>
3.	<u>Camminata parallela</u>	<u>pag.35</u>
4.	<u>Camminata esterna a dx</u>	<u>pag.36</u>
5.	<u>Camminata esterna a sx</u>	<u>pag.37</u>
6.	<u>Corte o Punteo</u>	<u>pag.38</u>
7.	<u>Cunita di PS</u>	<u>pag.39</u>
8.	<u>Cunita di PD</u>	<u>pag.40</u>
9.	<u>Giro a dx</u>	<u>pag.41</u>
10.	<u>Salida Simple o Cortada</u>	<u>pag.42</u>
11.	<u>Salida Basica</u>	<u>pag.43</u>
12.	<u>Doppio Cambio di Fronte a sx</u>	<u>pag.45</u>
13.	<u>Ocho Adelante Base</u>	<u>pag.46</u>
14.	<u>Mezza Luna Base</u>	<u>pag.47</u>
15.	<u>Salida Crusada</u>	<u>pag.48</u>
16.	<u>Ocho Atras(Otto Indietro)</u>	<u>pag.50</u>
17.	<u>Ocho Adelante(Otto Avanti)</u>	<u>pag.52</u>
18.	<u>Parada</u>	<u>pag.53</u>
19.	<u>Mordida o Sandwich</u>	<u>pag.54</u>
20.	<u>Cambio di Fronte a dx</u>	<u>pag.55</u>
21.	<u>Doppio Cambio di Fronte a dx</u>	<u>pag.56</u>
22.	<u>Ocho Cortado</u>	<u>pag.57</u>
23.	<u>Medio giro a sx con parada</u>	<u>pag.58</u>
24.	<u>Medio giro a dx con parada</u>	<u>pag.59</u>

MILONGA (Bronzo)

1.	Cadenza(cambio di peso)	pag.61
2.	Camminata parallela	pag.62
3.	Camminata esterna a dx	pag.63
4.	Camminata esterna a sx	pag.64
5.	Corte o Punteo	pag.65
6.	Cunita di PD	pag.66
7.	Cunita di PS	pag.67
8.	Giro a DX	pag.68
9.	Medio Cuadrado	pag.69
10.	Salida Simple(Baldosa)	pag.70
11.	Doppio cambio di Fronte a sx	pag.71
12.	Ocho Milonguero	pag.72
13.	Ocho Cortado	pag.73
14.	Camminata esterna indietro	pag.74
15.	Chasse a dx	pag.75
16.	Chasse a sx	pag.76
17.	Sube y Baja	pag.77
18.	Columpia	pag.78
19.	Zig Zag	pag.79
20.	Giro a sx Milonguero	pag.80

TANGO VALS (Bronzo)

1.	Camminata crusada a sx	pag. 82
2.	Camminata crusada a dx	pag.83
3.	Cunita Crusada di PS	pag.84
4.	Cunita Crusada di PD	pag.85
5.	Salida Crusada	pag.86
6.	Ocho Atras	pag.88

7.	Ocho Adelante	pag.90
8.	Medio giro a dx	pag.91
9.	Giro a sx Crusado	pag.92
10.	Vas y Vienes	pag.93

TANGO E TANGO VALS (Argento)

1.	Arrastre	pag.95
2.	Ocho adelante al 5	pag.96
3.	Ocho adelante con sacada	pag.97
4.	Giro a sx con sacada e rulo	pag.98
5.	Giro a dx con sacada e rulo	pag.99
6.	Arroje	pag.100
7.	Empujada	pag.101
8.	Cadena	pag.102
9.	Voleo di Gamba dx	pag.103
10.	Voleo di Gamba sx	pag.104
11.	Caminada Crusada con Sacada	pag.105
12.	Medio Giro con Rulo , Sacada e Frustada	pag.106
13.	Giro a sx con Enrosque	pag.107

MILONGA (Argento)

1.	Cruse con Contratiempo	pag.109
2.	Salida Simple con traspiè	pag.110
3.	Ocho Atras Milonguero	pag.111
4.	Balanceo	pag.112
5.	Americana	pag.113
6.	Promenade con Contratiempo	pag.114
7.	Empujadita Milonguera	pag.115

TANGO E TANGO VALS(Oro)

1.	Parada con Gancho della Donna	pag.117
2.	Giro a dx con Sacada	pag.118
3.	Sacadas combinate dell'Uomo	pag.119
4.	Gancho con Rebotes	pag.120
5.	Parada con Colgada a sx e a dx	pag.121
6.	Arrastre con Colgada	pag.122
7.	Parada con Galesita	pag.123
8.	Sacadas combinate della Donna e dell'Uomo	pag.124
9.	Voleos combinati della donna	pag.125

MILONGA (Oro)

1.	Giro a dx con Sacada e Traspìè	pag.127
2.	Ocho Cortado in Traspìè	pag.128
3.	Corte in Traspìe	pag.129
4.	Giro a dx con Voleo	pag.130
5.	Columpia con Cruse	pag.131

Introduzione alle tabelle

Gli elementi fondamentali per il buon apprendimento del Tango sono certamente passione, costante dedizione, studio della cultura e ascolto della musica, studio con Maestri di provata esperienza, partecipazione ad eventi, confronti e tanta, tanta pratica a scuola e in milonga.

Nessun libro, né supporto audiovisivo, da soli insegnano a ballare, senza l'aiuto degli altri.

Il Tango NON È un insieme di figure.

Tuttavia un buon testo può essere un buon supporto, se contiene tutte quelle informazioni di vario tipo che aiutano ad approfondire l'argomento, ma pure quelle tecniche fondamentali ed un gruppo di variazioni esemplificative suggerite, che aiutano a far crescere il bagaglio pratico in quantità e qualità e quindi anche in difficoltà.

Abbiamo diviso in tre livelli in ordine crescente di difficoltà, dal Bronzo al Oro.

NOTE PER LA CONSULTAZIONE

- **In generale è consigliabile imparare all'inizio eseguendo la maggioranza dei passi longitudinali (avanti o indietro) in S. I passi laterali che preparano all'uscita FP e i passi chiusi o a piedi incrociati eseguiti da entrambi i partner sono di norma S o più di uno S.**
- L'unione di un piede all'altro per Dama e Cav, con o senza peso, si verifica sempre poco più indietro del piede fermo.
- **Una novità importante** contenuta in questo testo consiste nel fatto che, pur dopo avere indicato la durata di ogni passo o movimento, come solitamente avviene, abbiamo deciso di eliminare tali indicazioni dalle tabelle. Il Tango NON HA UNA BASE. Ragione per la quale non può avere tempi di esecuzione fissi ad essa riferita. Ciò dà molte più possibilità d'interpretazione ritmica, musicale in genere con la possibilità di un risultato anche espressivo davvero infinito! Non solo. Il modo in cui si legano tecniche, variazioni e figure ne influenzano le dinamiche e perciò, inevitabilmente, i tempi d'esecuzione. L'indicazione fissa di tali tempi avrebbe indotto a pensare, come è già avvenuto, che una differente esecuzione sarebbe stata sbagliata. Invece avrebbe potuto essere sbagliata l'indicazione, a seconda della situazione dinamica e musicale nella quale fosse stata eseguita una certa figura. Abbiamo perciò deciso che un corretto studio sarà sufficiente a fugare ogni dubbio **sull'interpretazione ritmica**, ma che

quest'ultima **non sarà indicata nemmeno come suggerita in tabella**. Troverete eventualmente qualche nota, ove serve, a tale proposito.

- Ove indicati i tempi Quick si riferiscono alla durata del passo per 1/2 battuta da 2/4 o 3/4 e i tempi Slow si riferiscono alla durata del passo per 1 battuta da 2/4 o 3/4. La definizione di un passo Q o S, non si riferisce alla velocità d'esecuzione, bensì a quanti tempi dura (1 o 2 o 3) il trasferimento di peso sul relativo piede di quel determinato passo, prima che si verifichi il trasferimento del peso al relativo passo successivo.

IL VALS

Questo ritmo, altro non è che un Tango suonato in 3/4 (anziché in 2/4 o 4/4). Esso viene interpretato ballando i passi lenti sull'accento principale, cioè sull'1. Oppure veloci sull'1, se seguiti da passi cosiddetti "in contrattempo", o meglio in "Levare" sul 2, tra il 2 e il 3 o sul 3. La nascita del Vals, detto anche Vals Criollo o Tango Vals, è dovuta all'influenza della diffusione del Walzer, di origine austriaca, ma, come sappiamo, diffusosi in tutta Europa ed anche oltre oceano. La compatibilità tecnica dell'esecuzione di figure di Tango anche nel Vals è pressoché totale. Perciò si è deciso di accorparli in tabelle unificate. D'altra parte non vanno sottovalutati due fattori importanti. La musica del Vals ha solitamente un andamento più costante ed una melodia più legata rispetto al Tango, che non permettono quasi mai esitazioni. Poi, essendo meno staccata e cadenzata, permette raramente evidenti interruzioni dinamiche del movimento.

LA MILONGA

Questo ritmo, altro non è che un Tango più veloce, suonato praticamente sempre in 2/4. Tipicamente cadenzato, esso viene interpretato ballando i passi lenti della durata di una battuta, ovvero veloci della durata di un solo tempo (in battere e levare) e, più raramente, anche della durata di 1/2 tempo 1/8. Tecnicamente prima e dopo un passo laterale i piedi non vengono uniti, come quasi sempre accade nel tango, a causa della maggiore velocità di esecuzione. A differenza del Tango che sviluppò successivamente testi e melodie talvolta tristi, malinconici o tragici, la Milonga è quasi sempre allegra, ironica, scherzosa. La musica della Milonga ha solitamente un andamento più costante, veloce ed un ritmo più cadenzato rispetto al Tango, soprattutto il più moderno, che non permette quasi mai esitazioni. Inoltre la Milonga ha passi e figure tipici suoi. Perciò abbiamo deciso di separare le tabelle da quelle di Tango e Vals.



TANGO

MILONGA

VALS

PROFESSIONALITA'

PASSIONE

STUDIO

ARTE



TANGO
(bronzò)

**Le figure descritte
possono essere usate
anche in Milonga e Vals**

Azioni Fondamentali degli 8 PASSI nella SALIDA

DESCRIZIONE

Questa è la descrizione delle azioni principali nel tango con numerazione abbinata e non realtiva alla quantità di passi usati. Pertanto ogni volta che si esegue tale azione il numero di riferimento verrà mantenuto. Es: se si eseguirà una partenza con PD avanti in FP, l'azione sarà il n.3

Uomo

- *n.0 Entrambi i piedi Uniti(in modalità cambio di peso)*
- *n.1 PD indietro*
- *n.2 PS a Lato sx*
- *n.3 PD avanti in FP (P.M.C.C.)*
- *n.4 PS avanti con spalla che conduce*
- *n.5 PD Chiude al PS(posizione 0)*
- *n.6 PS Ruota a sx tra i piedi della Dama(opzione diag. a dx)*
- *n.7 PD a Lato dx*
- *n.8 PS indietro, la Dama PD avanti in FP oppure PS chiude al PD*

Donna

- *n.0 Entrambi i piedi Uniti(in modalità cambio di peso)*
- *n.1 PS Avanti*
- *n.2 PD a Lato dx*
- *n.3 PS indietro (P.M.C.C.)*
- *n.4 PD indietro con spalla che conduce*
- *n.5 PS incrocia davanti al PD*
- *n.6 PD Indietro ruotando a sx (opzione diag. a sx)*
- *n.7 PS a Lato sx*
- *n.8 PD avanti in FP oppure PD chiude al PS*

Molto importante da ricordare, è l'azione del passo con la relativa numerazione descritta.

In qualsiasi passo si può creare la posizione 0 oppure andare in Asse.

Da ogni passo, tranne al 5 quando la donna è incrociata, si può iniziare.

Cambi di Peso

DESCRIZIONE FIGURA

Movimento iniziale e fondamentale ([Azione n.0](#)). Questo è il movimento principale che mette in relazione la coppia, creando sintonia ed affinità. Usando un piccolo spostamento di peso, passando dalla gamba sx alla dx o viceversa flettendo leggermente le ginocchia. In modo da permettere all'uomo di capire su quale gamba la donna può iniziare a muovere.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Portare peso sul PS	
2	Portare peso sul PD	

Donna: Piedi uniti.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Portare peso sul PD	
2	Portare peso sul PS	

NOTE:

1. Mantenere le gambe chiuse, utilizzando una leggera flessione
2. Talloni chiusi per entrambi.
3. Si può iniziare con entrambi i piedi

Cambi di asse

DESCRIZIONE FIGURA

A differenza della figura precedente, il cambio di asse, avviene quando si effettua uno spostamento a lato o in linea. Durante tale spostamento, l'uomo marcherà alla donna un leggero sollevamento, attraverso il suo diaframma, mantenendola in una posizione di standby sul piede d'appoggio, mentre l'atro piede (della donna) si unirà e rimarrà sollevato da terra con gamba tesa. L'uomo, mantenendo la donna in tale posizione, potrà scegliere il piede con cui iniziare la prossima azione usando il Cambio di peso..

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(PD chiude senza peso)	
2	PD a lato(PS chiude senza peso)	
3	PS avanti(PD chiude senza peso)	
4	PD indietro(PS chiude senza peso)	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato (PS chiude senza peso)	
2	PS a lato (PD chiude senza peso)	
3	PD indietro (PS chiude senza peso)	
4	PS avanti (PD chiude senza peso)	

NOTE:

1. I passi 1 e 2 possono essere leggermene ruotati a dx e sx.
2. I 4 passi possono essere eseguiti separatamente (solo passo 1 o solo passo 2 etc.) o iniziare da ognuno di essi.
3. I passi avanti e indietro possono essere invertiti.

Camminata Parallela

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette di muoversi lungo la linea di ballo(Ronda) in modo naturale ad una velocità che può variare a seconda della musica e delle condizioni della sala. Mentre l'uomo, farà attenzione a camminare in avanti assicurandosi che ad ogni passo i piedi si sfiorino l'un l'altro. La donna dovrà dividere l'azione di camminata indietro in due movimenti:

1. Spostamento del piede libero indietro con la gamba completamente tesa mentre la gamba d'appoggio risulterà leggermente flessa.
2. Trasferimento del peso sul piede indietro solo al momento in cui l'uomo inizia a muoversi in avanti andando il più velocemente possibile ad unire la gamba senza peso.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	
2	PD avanti	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	
2	PS indietro	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermente ruotati a dx e sx.
2. I passi possono essere eseguiti separatamente (solo passo 1 o solo passo 2 etc.) o iniziare da ognuno di essi.
3. I passi possono essere ripetuti.

Camminata Esterna a DX

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura che permette, muovendosi in avanti lungo la Ronda, di camminare in FP(fuori partner), alla dx della donna senza perderne la frontalità e attraverso un leggera dissociazione del corpo (MCC-Movimento Contrario del Corpo). A livello principianti si consiglia una esecuzione molto lenta, mentre a livello avanzato la velocità potrà variare a seconda della musica, delle condizioni della sala e della esperienza dei ballerini.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti leg. diag. a sx	Legg. rotazione del corpo a dx con spalla che conduce
2	PD avanti in FP(azione n.3)	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PS avanti leg. diag a dx(azione n.6)	Legg. rotazione del corpo a sx (M.C.C.)
4	PD avanti	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a dx con spalla che conduce
2	PS indietro(azione n.3)	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PD indietro leg. diag. a sx(azione n.6)	Legg. rotazione del corpo a sx (M.C.C.)
4	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Camminata Esterna a SX

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura si differenzia dalla Camminata Esterna a dx, perchè l'uomo cammina fuori partner (FP) a sx della Donna, mantenendo una buona dissociazione (MCC=Movimento contrario del Corpo).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	Legg. rotazione del corpo a sx con spalla che conduce
2	PD avanti legg. diag. a dx	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PS avanti in FP (Donna sul lato sx)	Legg. rotazione del corpo a dx (M.C.C.)
4	PD avanti legg. diag. a sx (Torn. in linea)	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a sx con spalla che conduce
2	PS indietro	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a dx (M.C.C.)
4	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Corte o Punteo

DESCRIZIONE FIGURA

Corte deriva da “cortado” che tradotto letteralmente significa tagliato. Questa figura permette alla coppia di acquisire dimestichezza nel completare o meno un passo, muovendosi lungo la linea di ballo (Ronda).

SCHEMA

Uomo:Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti	
2	PS avanti senza peso	
3	PS avanti con peso	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermente ruotati a dx e sx.
2. La figura può essere eseguita partendo dal PS ed in quel caso, il corte/punteo verrà eseguito di PD
3. I passi possono essere eseguiti separatamente o iniziare da ognuno di essi.
4. I passi possono essere ripetuti.

Donna:Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	
2	PD indietro senza peso	
3	PD indietro con peso	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermente ruotati a dx e sx.
2. La figura può essere eseguita partendo dal PD ed in quel caso, il corte/punteo verrà eseguito di PS
3. I passi possono essere eseguiti separatamente o iniziare da ognuno di essi.
4. I passi possono essere ripetuti

Cunita di PS

DESCRIZIONE FIGURA

La parola Cunita significa “piccola culla” ed è una azione determinata dal cambio di peso dall’avanti all’indietro per l’uomo e contrario per la donna.

Questa figura ha due scopi fondamentali:

1. Mantenere la coppia sul posto, lungo la Ronda in caso di sala affollata.
2. Cambiare direzione a sx o a dx.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a sx
2	PD indietro	Continua con leg. rotazione a sx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a sx o a dx.
2. La figura può terminare indietro a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.2), Indietro(Azione n.8), Proseguire avanti in camminata.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a sx
2	PS avanti	Continua con leg. rotazione a sx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a sx o a dx.
2. La figura può terminare in avanti a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.2), Avanti(Azione n.8), Proseguire indietro in camminata.

Cunita di PD

DESCRIZIONE FIGURA

La figura, simile alla Cunita di PS, si differenzia perchè l'uomo usa il PS invece del PD all'inizio della medesima favorendo una rotazione opposta ed eseguendo il passo iniziale come l'[Azione n.3](#) della Salida Basica.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti in FP(con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a dx (P.M.C:C:)
2	PS indietro	Continua con leg. rotazione a dx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a dx o a sx.
2. La figura può terminare indietro a piedi uniti(Azione n.0), A lato([Azione n.7](#)), Indietro(azione n.1), Proseguire avanti in camminata

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a dx (P.M.C:C:)
2	PD avanti in FP	Continua con leg. rotazione a dx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a dx o a sx.
2. La figura può terminare avanti a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.7), Avanti(Azione n.1), Proseguire indietro in camminata.

Giro a dx

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura viene usata dalla coppia per ruotare a dx muovendosi lungo la Ronda. Durante L'esecuzione della figura sarà necessario mantenere una buona dissociazione del corpo da entrambi i partner.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti(tra le gambe delle Donna)	1/4 di giro a dx
2	PS a lato	1/8 di giro a dx
3	PD indietro	1/8 di giro a dx
4	PS chiude al PD(Pivot)	1/4 di giro a dx
5	PD avanti	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. La figura potrà essere ripetuta ruotando maggiormente il busto a dx nel passo 5 come il passo 1

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	1/4 di giro a dx
2	PD a lato	1/8 di giro a dx
3	PS avanti	1/8 di giro a dx
4	PD avanti(Pivot)	1/4 di giro a dx
5	PS indietro	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. La figura potrà essere ripetuta ruotando maggiormente il busto a dx nel passo 5, nel rispetto della guida dell'uomo, come nel passo 1.

Salida Simple o Cortada

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura chiamata anche BALDOSA è una delle figure più frequentemente utilizzate nel tango, milonga e tango vals, con i passi 1-3 (Passi di Salida) e i passi 4-6 (Resolución)

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (Azione n.1)	
2	PS a lato leg. avanti (Azione n.2)	Leg. rotazione del corpo a dx
3	PD avanti in FP (Azione n.3)	P.M.C.C.
4	PS avanti leg. diag a dx (Azione n.6)	Leg. rotazione del corpo a sx
5	PD a lato (Azione n.7)	
6	PS chiude al PD. (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 6 può essere eseguito anche indietro di PS (Azione n.8)
2. I passi 1-3 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx
3. I passi 4-6 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS Avanti (Azione n.1)	
2	PD a lato leg. ind. (Azione n.2)	Leg. rotazione del corpo a dx
3	PS indietro (Azione n.3)	P.M.C.C.
4	PD indietro (Azione n.6)	Leg. rotazione del corpo a sx
5	PS a lato (Azione n.7)	
6	PD chiude il PS (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 6 può essere eseguito anche avanti in FP. di PD (azione n.8)
2. I passi 1-3 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx
3. I passi 4-6 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx

Salida Basica (Uomo)

DESCRIZIONE FIGURA

Salida significa letteralmente Uscita. Nell'esecuzione della Salida Basica sarà importante memorizzare bene le azioni relative al passo come descritto nelle tabella delle [8 Azioni fondamentali](#).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro(Azione n.1)	
2	PS a lato leg. avanti(Azione n.2)	Leg. rot.corpo a dx
3	PD avanti in FP(Azione n.3)	P.M.C.C.
4	PS avanti(Azione n.4)	Spalla che conduce
5	PD chiude al PS(Azione n.0)	
6	PS avanti(Azione n.6)	1/8 a sx
7	PD a lato(Azione n.7)	1/8 a sx
8	PS chiude al PD(Azione n.0)	

NOTE:

1. Si può partire da qualsiasi passo.
2. I passi 1-3 possono essere ruotati a sx da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. I passi 6-8 possono essere ruotati a sx da 1/8 a 1/2 giro a sx
4. Il passo 8 può terminare indietro, (donna avanti PD in FP) ponendo attenzione alla ronda(Azione n.8)
5. Nel passo 5 e nel passo 7, mantenendo la donna in asse, si può riprendere la figura iniziando con il passo 2

Salida Basica (Donna)

DESCRIZIONE FIGURA

Salida significa letteralmente Uscita. Nell'esecuzione della Salida Basica sarà importante memorizzare bene le azioni relative al passo come descritto nelle tabella delle [8 Azioni fondamentali](#).

SCHEMA

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti(Azione n.1)	
2	PD a lato(Azione n.2)	Leg. rot.corpo a dx
3	PS indietro(Azione n.3)	P.M.C.C.
4	PD indietro(Azione n.4)	Spalla che conduce
5	PS incrociato davanti al PD.	
6	PD indietro(Azione n.6)	1/8 a sx
7	PS a lato(Azione n.7)	1/8 a sx
8	PD chiude al PS.(Azione n.0)	

NOTE:

1. Si può partire da qualsiasi passo.
2. I passi 1-3 possono essere ruotati a sx da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. I passi 6-8 possono essere ruotati a sx da 1/8 a 1/2 giro a sx
4. Il passo 8 può terminare avanti, (donna avanti PD in FP) ponendo attenzione alla ronda
5. Nel passo 5 e nel passo 7, mantenendo la donna in asse, si può riprendere la figura iniziando con il passo 2

Doppio cambio di Fronte a Sx

DESCRIZIONE FIGURA

Figura usata dalla coppia per ruotare a sx muovendo lungo la Ronda, eseguendo i passi 4-6 e i passi 1-3 di Salida Simple o 6-8 e 1-3 di Salida Basica.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti(Azione n.6)	1/4 di giro a sx
2	PD a lato(Azione n.7)	1/8 di giro a sx
3	PS indietro(Azione n.8)	1/8 di giro a sx
4	PD indietro(Azione n.1)	1/8 di giro a sx
5	PS a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx
6	PD avanti in FP(Azione n.3)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 1-3 o 4-6 possono essere usati anche separati.
2. La figura può essere ripetuta

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro(Azione n.6)	1/4 di giro a sx
2	PS a lato(Azione n.7)	1/8 di giro a sx
3	PD avanti in FP(Azione n.8)	1/8 di giro a sx
4	PS avanti(Azione n.1)	1/8 di giro a sx
5	PD a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx
6	PS indietro(Azione n.3)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 1-3 o 4-6 possono essere usati anche separati.
2. La figura può essere ripetuta

Ocho Adelante Base

DESCRIZIONE FIGURA

L'ocho adelante rientra tra le azioni importanti della dama e tra le figure basilari. Anche in questo caso, molte sono le varianti di esecuzioni. E' stata scelta una tra le più semplici. L'uomo muoverà il PD chiedendo alla Dama di eseguire un piccolo pivot sul PS e partire con PD.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro leg. a lato(PS chiude senza peso)	1/8 di giro a dx
2	Riportare peso sul PS	1/8 di giro a sx
3	PD chiude al PS	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 2-3 si possono ripetere
2. La guida avviene tramite il busto, invitando la dama senza spinta

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti	
2	Pivot sul PD (PS chiude al PD senza peso)	1/8 giro a dx
3	PS avanti Pivot sul PS(PD chiude senza peso)	3/8 di giro a dx

NOTE:

1. I passi 2-3 si possono ripetere
2. Nella rotazione mantenere sempre il busto il più possibile fronte a quello dell'uomo.
3. Talloni e piedi non devono essere divaricati.
4. Non continuare da sole l'azione di ocho ma attendere sempre la guida dell'uomo
5. Si suggerisce di terminare la figura in cruce alla posizione di 5 della salida basica

Mezza Luna Base

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura la Donna esegue nel modo più semplice l'azione della [Mezza Luna](#) senza l'uso del pivot iniziale e mantenendo la frontalità di entrambi durante la rotazione.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti in FP(Azione n.3)	
2	Mantenere la posizione	inizia a ruotare a sx
3	Portare peso sul PS(Azione n.8)	1/4 di giro a sx
4	PD chiude al PS.(Azione n.0)	

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro(azione n.3)	
2	PD a lato(Azione n.2)	
3	PS avanti(Azione n.1)	
4	PS(pivot a sx)PD chiude al PS s.p.	1/4 di giro a sx

NOTE:

1. La figura, dal passo 1 va normalmente eseguita in contrattempo
esempio: Q.Q.S(veloce, veloce, lento), salvo guida dell'Uomo.

Salida Cruzada (Uomo)

DESCRIZIONE FIGURA

Denominata anche base Cruzada o [Sistema Cruzado](#). E' l'alternativa alla base parallela "Salida Basica". Questa base permette di muovere tra uomo e donna la medesima gamba (PD uomo, PD donna o viceversa). Nello schema la donna esegue la medesima azione della Salida Basica, con una lieve differenza di tempo nell'eseguire i passi 4 e 5 che saranno veloci. In questa figura l'uomo crea l'azione crusada cambiando il piede al 2 e omettendolo al 5. La figura può essere eseguita anche con tutti i tempi lenti

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (Azione n.1)	
2	PS a lato (Azione n.2)	
3	PD chiude al PS	
4	PS avanti	
5	PD avanti	
6	PS avanti (Azione n.6)	
7	PD a lato (Azione n.7)	
8	PS chiude al PD (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 8 può terminare indietro (Azione n.8)
2. I passi 6-8 possono ruotare da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. al passo 5 sarà possibile ripartire col passo 2 (Azione n.2)
4. al passo 5 l'uomo può chiudere o incrociare il PS dietro al PD
5. I passi 2 -3 si possono eseguire in due tempi, veloci oppure lenti

Salida Cruzada (Donna)

DESCRIZIONE FIGURA

Denominata anche base Cruzada o [Sistema Cruzado](#). E' l'alternativa alla base parallela "Salida Basica". Questa base permette di muovere tra uomo e donna la medesima gamba (PD uomo, PD donna o viceversa). Nello schema la donna esegue la medesima azione della Salida Basica, con una lieve differenza di tempo nell'eseguire i passi 4 e 5 che saranno veloci. In questa figura l'uomo crea l'azione crusada cambiando il piede al 2 e omettendolo al 5. La figura può essere eseguita anche con tutti i tempi lenti.

SCHEMA

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti(Azione n.1)	
2	PD a lato(Azione n. 2)	
3	PS indietro(Azione n.3)	
4	PD indietro leg. diag.(Azione n.4)	
5	PS incrocia davanti al PD (Cruze)	
6	PD indietro(Azione n.6)	
7	PS a lato(Azione n.7)	
8	PD chiude al PS(Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 8 può terminare avanti(Azione n.8)
2. I passi 6-8 possono ruotare da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. al passo 5 sarà possibile ripartire col passo 2(Azione n.2)

Ocho Atras (Uomo)

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura abbiamo un'altra delle azioni fondamentali del tango. Premesso che l'azione che andremo a descrivere (ocho) può essere sviluppata in qualsiasi momento e situazione. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse, utilizzando il [Sistema Cruzado](#).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(Azione n.2)	
2	PD chiude al PS(Azione n.0)	
3	PS a lato diag. avanti, PD chiude s.p.(Az. n.2)	1/8 a dx
4	PD a lato diag. avanti, PS chiude s.p.(Az. n.7)	1/8 a sx
5	PS chiude al PD(Azione n.0)	1/8 a dx

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. I passi 3-4 possono avanzare e retrocedere
3. La guida avviene tramite busto
4. Sarà possibile continuare con PD avanti in FP.(Azione n.3), avanti col PS, in tal caso il passo 5 non chiude o indietro con il passo 1(Azione n.1) della Salida Basica

Ocho Atras (Donna)

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura abbiamo un'altra delle azioni fondamentali del tango. Premesso che l'azione che andremo a descrivere (ocho) può essere sviluppata in qualsiasi momento e situazione. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse. La caratteristica principale di tale azione è data dal fatto che la donna disegna di fronte all'uomo un otto mantenendo la parte superiore del corpo rivolta sempre verso il partner, mentre il bacino ruota in modo accentuato. La tecnica di esecuzione di un ocho da parte della donna si differenzia da un semplice passo (avanti o indietro) per il fatto che nel momento precedente al trasferimento del peso da un piede all'altro vi è una rotazione dei fianchi. **Quindi è buona cosa ricordarsi che l'azione di Ocho è composta da una rotazione dei fianchi, un'estensione della gamba senza peso, con successivo appoggio del peso.**

SCHEMA

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato, PS chiude s.p.(Azione n.2)	
2	Pivot all' indietro del PD	1/8 di giro a sx
3	PS indietro, PD chiude s.p. (poi pivot del PS a dx)	1/4 di giro a dx
4	PD indietro, PS chiude s.p. (poi pivot del PD a sx)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti.
2. i passi 3-4 possono arretrare o avanzare(donna esegue un'azione di atras molto accentuata)
3. La rotazione dei Pivot può essere aumentata o diminuita in accordo con la guida dell'Uomo
4. Nella rotazione mantenere sempre il busto il più possibile fronte uomo.
5. Non continuare da sole l'azione di otto ma attendere sempre la guida dell'uomo
6. la larghezza dei passi 3-4 corrisponde allo spostamento laterale d'asse dell'uomo (possibilmente largo da spalla a spalla)
7. Sarà possibile continuare con PS indietro(Azione n.3) o in avanti con passo 1(Azione n.1) della Salida Basica

..

Ocho Adelante (Otto Avanti)

DESCRIZIONE FIGURA

Come l'Ocho Atras anche questa figura è tra le azioni fondamentali del tango. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse, per l'uomo utilizzando il Sistema Cruzado e adifferenza dell'Ocho Atras l'uomo procederà anziché in avanti ma all'indietro rispettando la Ronda. La caratteristica principale di tale azione è data dal fatto che la donna disegna di fronte all'uomo un otto mantenendo la parte superiore del corpo rivolta sempre verso il partner, mentre il bacino ruota in modo accentuato. La tecnica di esecuzione di un ocho da parte della donna si differenzia da un semplice passo (avanti o indietro) per il fatto che nel momento precedente al trasferimento del peso da un piede all'altro vi è una rotazione dei fianchi. **Quindi è buona cosa ricordarsi che l'azione di Ocho è composta da una rotazione dei fianchi, un'estensione della gamba senza peso, con successivo appoggio del peso.**

SCHEMA

Uomo: iniziare in posizione frontale chiusa.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(Azione n.2)	
2	PD chiude al PS(Azione n.0)	
3	PS a lato legg. ind., PD chiude s.p.(Az. n.2)	1/8 di giro a sx
4	PD a lato legg. ind., PS chiude s.p.(Az.n.7)	1/8 di giro a dx
5	PS chiude al PD(Azione n.0)	1/8 di giro a sx

Donna: iniziare in posizione frontale chiusa.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato , PS chiude s.p. (Azione n.2)	
2	Pivot in avanti del PD	1/4 di giro a dx
3	PS avanti, PD chiude s.p. (poi pivot del PS a sx)	1/2 di giro a sx
4	PD avanti, PS chiude s.p. (poi pivot del PD a dx)	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. Nelle azioni di ocho la donna eseguirà le rotazioni solo ed esclusivamente con la pianta del piede.
2. Le rotazioni (pivot) possono essere aumentate o diminuite in accordo con la guida dell'Uomo.
3. I passi 3-4 possono essere ripetuti e possono arretrare o avanzare eseguendo una azione di pivot molto accentuata.

Parada

DESCRIZIONE FIGURA

Tradotto letteralmente Parada significa Fermata. Varie sono le tipologie di parada sia sul sistema parallelo che crusado. Qui viene descritta un'agevole esecuzione tramite l'ocho atras. E' consigliabile effettuarla sia a dx che a sx. In quest'azione si permette il passare dall'Ocho Atras all'Ocho Adelante. Sarà successivamente importante anche applicarla sull'Ocho Adelante.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Atras	1-3 di Ocho Atras
4	PD avanti s.p. (parada al PS donna)	1/8 di giro a dx
5-7	3-5 di Ocho Adelante	3-5 di Ocho Adelante
Si suggerisce di terminare con la resoluçion della salida		

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 di Ocho Atras	1-3 di Ocho Atras
3	PD indietro s.p.(Parada al PS dell'uomo)	
4-5	3-4 di Ocho Adelante	3-4 di Ocho Adelante
Si suggerisce di terminare con la resoluçion della salida		

NOTE:

1. Durante la parada la Donna mantiene il peso sul PS

Mordida o Sandwich

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura, conosciuta come Sandwich- Sangucho o Sanguchito, in cui un piede dei componenti della coppia, verrà chiuso e “morso ” fra i piedi dell'altro componente. L'azione di Mordida può essere eseguita sia dall' uomo che dalla donna.

SCHEMA

Uomo: Partenza dal passo 4 di Parada. Peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Portare il peso sul PD	1/8 di giro a dx
2	PS chiude, unendo i talloni, al PD (mordida)	
3	PD indietro	1/8 di giro a dx
4	Portare peso sul PS	1/8 di giro a dx
5	PD chiude al PS	3/8 di giro a sx

NOTE:

1. Al passo 2, unendo i talloni, l'Uomo chiuderà tra i bordi interni dei suoi avampiedi, l'avampiede Sinistro della Donna
2. Per una buona esecuzione di mordida mantenere le ginocchia leggermente flesse
3. Al passo 6 la donna è riportata in cruze

Donna: Partenza dal passo 3 di Parada. Peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Portare il peso sul PD	
2	Mantenere la posizione	
3	Riportare il peso sul PS	
4	PS pivot, PD chiudere, unendo i talloni, al PS (mordida)	1/8 di giro a sx
5-6	Come 2-3 di ocho adelante	Come 2-3 di ocho adelante

NOTE:

1. Al passo 1 sarà l'uomo a far trasferire il peso della donna.
2. Al passo 5 il PD oltrepassa il PS dell'Uomo, con un leggero contatto.
3. Al passo 6 la donna ritorna in cruze

Cambio di Fronte a DX

DESCRIZIONE FIGURA

La caratteristica di questa figura è appunto il cambio di direzione della coppia ruotando a dx in sala durante la Ronda.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	
2	Riportare il peso sul PD incro. leg. dietro al PS	Iniziare a girare a dx
3	PS chiude al PD(Azione n.0)	1/4 di giro a dx tra i passi 2-3

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	
2	Riportare peso sul PS	Iniziare a girare a dx
3	PD legg. avanti in FP(pivot sul PD alla fine del passo)	1/4 di giro a dx alla fine passo 3

NOTE:

1. La figura può essere ripetuta dopo aver eseguito un passo di PD avanti per l'Uomo e un passo indietro di PS della Donna

Doppio Cambio di Fronte a DX

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura il cambio di direzione a dx, sarà doppio, per permettere alla coppia di ritornare in direzione della Ronda

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Cambio di Fronte a DX	1-3 Come Cambio di fronte a DX
4	PD avanti con pivot (sacada)	1/2 giro a dx
5	PS avanti	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Cambio di Fronte a DX	1-3 Come Cambio di fronte a DX
4	PS a lato	1/4 di giro a dx
5	PS(pivot) mentre il PD chiuso al PS senza peso	1/4 di giro a dx
6	PD indietro	

Ocho Cortado

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura ha l'esecuzione simile al Cambio di Direzione a dx e di ritornare in Ronda con la seconda parte ed è utilizzata per una migliore interpretazione nelle musiche più cadenzate. Ocho Cortado significa OTTO TAGLIATO.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come i passi 1-3 di Cambio di Fronte a dx	Come 1-3 di Cambio di Fronte a dx
4	PD diagonalmente avanti con parte del peso tra le gambe della Donna	1/8 di giro a dx
5	Riportare il peso sul PS	Iniziare a girare a sx
6	PD chiude al PS(Azione n.0)	1/4 di giro a sx tra i passi 5-6

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PAS-SO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come i passi 1-3 di Cambio di Fronte a dx	Come 1-3 di Cambio di Fronte a dx
4	PS a lato	1/4 di giro a dx
5	Riportare il peso sul PD	Iniziare a girare a sx
6	PS incrocia davanti al PD (ruotando sul PD)	3/8 di giro a sx tra i passi 5-6

NOTE:

1. Nei passi 5-6 la Dama può cambiare il finale in base alla guida e alla marca dell'Uomo

Medio giro a Sx con Parada

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura descrive un'altra delle azioni caratteristiche del tango in quanto da la possibilità alla donna di iniziare a girare attorno all'uomo ([Mezza luna](#)), senza che questo ultimo necessariamente debba far corrispondere i propri passi con i suoi (tecnica di Molinete).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato e pivot a sx alla fine del passo	inizia a ruotare a sx
2	PD avanti in FP(Azione n.3)	continua a girare a sx
3	Mantenere peso sul PD	continua a girare a sx
4	Parada di PS dietro tallone del PS Donna	continua a girare a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato e pivot a sx alla fine del passo	inizia a ruotare a sx
2	PS indietro	continua a girare a sx
3	PD a lato	continua a girare a sx
4	PS avanti terminato con Pivot a sx e il PD contro PS dell'Uomo(Paradita)	1/8 di giro a sx

Medio giro a Dx con Parada

DESCRIZIONE FIGURA

Alterazione della precedente più utilizzata nel Tango Nuovo (Tecnica di Contro-Molinetè). L'Uomo per ottenere la rotazione della donna dovrà ruotare sul proprio asse senza muovere i piedi, mentre la donna dovrà girare attorno all'uomo mantenendo la stessa distanza, normalmente in Posizione Semichiusa.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato e pivot a dx alla fine del passo	iniziare a girare a dx
2	PS avanti diag. a dx in FP	continua a girare a dx
3	Mantenere peso sul PS	continua a girare a dx
4	Parada di PD dietro tallone del PD Donna)	continua a girare a dx

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato e pivot a dx alla fine del passo	Inizia a ruotare a dx
2	PD indietro	continua a girare a dx
3	PS a lato	continua a girare a dx
4	PD avanti terminato con Pivot a dx e il PS contro PD dell'Uomo(Paradita)	3/8 di giro a dx

Milonga (bronzo)

**Le figure descritte
possono essere usate
anche in Tango e Vals**

Cadenza (Cambio di peso)

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura fondamentale, che permette ai partner di entrare in perfetta sintonia, mediante piccoli spostamenti sull'asse. Inoltre, permette al ballerino di scegliere il piede d'appoggio di entrambi i partner, per poter iniziare il ballo in qualsiasi direzione e con qualsiasi figura.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Peso sul PS	
2	Peso sul PD	

NOTE:

1. I passi 1 e 2 possono essere ripetuti o leggermene ruotati a dx e sx.
2. Si può eseguire anche un solo passo.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	Peso sul PD	
2	Peso sul PS	

NOTE:

1. I passi 1 e 2 possono essere leggermene ruotati a dx e sx.
2. Si può eseguire anche un solo passo.

Camminata Parallela

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette di muoversi lungo la Ronda in modo naturale ad una velocità che può variare a seconda della musica e delle condizioni della sala, mentre l'uomo farà attenzione a camminare in avanti assicurandosi che ad ogni passo i piedi si sfiorino l'un l'altro, la donna dovrà dividere l'azione di camminata indietro in due movimenti:

1. Spostamento del piede libero indietro con la gamba completamente stesa mentre la gamba d'appoggio risulterà leggermente flessa.
2. Trasferimento del peso sull'altro piede solo al momento in cui l'uomo inizia a muoversi in avanti andando il più velocemente possibile ad unire la gamba senza peso nel passo successivo.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	
2	PD avanti	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermene ruotati a dx e sx.
2. I passi possono essere eseguiti separatamente (solo passo 1 o solo passo 2 etc.) o iniziare da ognuno di essi.
3. I passi possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	
2	PS indietro	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermene ruotati a dx e sx.
2. I passi possono essere eseguiti separatamente (solo passo 1 o solo passo 2 etc.) o iniziare da ognuno di essi.
3. I passi possono essere ripetuti.

Camminata Esterna a DX

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura che permette, muovendosi in avanti lungo la Ronda, di camminare in FP(fuori partner), alla dx della donna senza perderne la frontalità e attraverso un leggera dissociazione del corpo (MCC-Movimento Contrario del Corpo). A livello principianti si consiglia una esecuzione molto lenta, mentre a livello avanzato la velocità potrà variare a seconda della musica, delle condizioni della sala e della esperienza dei ballerini.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti leg. diag. a sx	Legg. rotazione del corpo a dx con spalla che conduce
2	PD avanti in FP(Azione n.3)	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PS avanti leg. diag a dx(Torn. in linea)	Legg. rotazione del corpo a sx (M.C.C.)
4	PD avanti	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a dx con spalla che conduce
2	PS indietro(Azione n.3)	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a sx (M.C.C.)
4	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Camminata Esterna a SX

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura si differenzia dalla Camminata Esterna a dx, perchè l'uomo cammina fuori partner(FP) a sx della Donna, mantenendo una buona dissociazione (MCC=Movimento contrario del Corpo).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	Legg. rotazione del corpo a sx con spalla che conduce
2	PD avanti legg. diag. a dx	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PS avanti in FP (Donna sul lato sx)	Legg. rotazione del corpo a dx (M.C.C.)
4	PD avanti legg. diag. a sx(Torn. in linea)	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a sx con spalla che conduce
2	PS indietro	Mantenere la posizione (P:M.C.C.)
3	PD indietro	Legg. rotazione del corpo a dx (M.C.C.)
4	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 2-3 possono essere ripetuti.

Corte o Punteo

DESCRIZIONE FIGURA

Corte deriva da “cortado” che tradotto letteralmente significa tagliato. Questa figura permette alla coppia di acquisire dimestichezza nel completare o meno un passo, muovendosi lungo la linea di ballo (Ronda).

SCHEMA

Uomo:Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti	
2	PS avanti senza peso	
3	PS avanti con peso	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermente ruotati a dx e sx.
2. La figura può essere eseguita partendo dal PS ed in quel caso, il corte/punteo verrà eseguito di PD
3. I passi possono essere eseguiti separatamente o iniziare da ognuno di essi.
4. I passi possono essere ripetuti.

Donna:Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	
2	PD indietro senza peso	
3	PD indietro con peso	

NOTE:

1. I passi possono essere leggermente ruotati a dx e sx.
2. La figura può essere eseguita partendo dal PD ed in quel caso, il corte/punteo verrà eseguito di PS
3. I passi possono essere eseguiti separatamente o iniziare da ognuno di essi.
4. I passi possono essere ripetuti

Cunita di PS

DESCRIZIONE FIGURA

La parola Cunita significa “piccola culla” ed è una azione determinata dal cambio di peso dall’avanti all’indietro per l’uomo e contrario per la donna.

Questa figura ha due scopi fondamentali:

1. Mantenere la coppia lungo la Ronda in caso di sala affollata.
2. Cambiare direzione a sx o a dx.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a sx
2	PD indietro	Continua con leg. rotazione a sx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a sx o a dx.
2. La figura può terminare indietro a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.2), Indietro(Azione n.8), Proseguire avanti in camminata.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a sx
2	PS avanti	Continua con leg. rotazione a sx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a sx o a dx.
2. La figura può terminare in avanti a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.2), Avanti(Azione n.8), Proseguire indietro in camminata.

Cunita di PD

DESCRIZIONE FIGURA

La figura, simile alla Cunita di PS, si differenzia perchè l'uomo usa il PS invece del PD all'inizio della medesima favorendo una rotazione opposta ed eseguendo il passo iniziale come l'Azione n.3 della Salida Basica.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti in FP(con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a dx
2	PS indietro	Continua con leg. rotazione a dx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a dx o a sx.
2. La figura può terminare indietro a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.7), Indietro(azione n.1), Proseguire avanti in camminata

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro (con parte del peso)	Leg. rotazione del corpo a dx
2	PD avanti in FP	Continua con leg. rotazione a dx

NOTE:

1. I passi 1-2 possono essere ripetuti ruotando a dx o a sx.
2. La figura può terminare avanti a piedi uniti(Azione n.0), A lato(Azione n.7), Avanti(Azione n.1), Proseguire indietro in camminata.

Giro a dx

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura viene usata dalla coppia per ruotare a dx muovendosi lungo la Ronda. Durante l'esecuzione della figura sarà necessario mantenere una buona dissociazione del corpo da entrambi i partner.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti(tra le gambe delle Donna)	1/4 di giro a dx
2	PS a lato	1/8 di giro a dx
3	PD indietro	1/8 di giro a dx
4	PS chiude al PD(Pivot)	1/4 di giro a dx
5	PD avanti	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. La figura potrà essere ripetuta ruotando maggiormente il busto a dx nel passo 5 come il passo 1

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	1/4 di giro a dx
2	PD a lato	1/8 di giro a dx
3	PS avanti	1/8 di giro a dx
4	PD avanti(Pivot)	1/4 di giro a dx
5	PS indietro	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. La figura potrà essere ripetuta ruotando maggiormente il busto a dx nel passo 5, nel rispetto della guida dell'uomo, come nel passo 1.

Medio Cuadrado

DESCRIZIONE FIGURA

Metodo utilizzato in Milonga per traslare lungo la Ronda. Questa figura è chiamata anche Baldosa.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti in FP(Azione n.3)	
2	PS avanti diag. verso dx	
3	PD a lato(Azione n.7)	
4	PS chiude al PD(Azione n.0)	

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro(Azione n.3)	leggera rotazione a dx
2	PD indietro	
3	PS a lato(Azione n.7)	
4	PD chiude al PS(Azione n.0)	leggera rotazione a sx

NOTE:

1. La figura può essere ripetuta

Salida Simple (Baldosa)

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura che possiamo considerare come una delle basi più frequentemente utilizzate nel tango, milonga e tango vals, usando i passi 1-3 (Passi di Salida) e i passi 4-6 (Resolución)

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (Azione n.1)	
2	PS a lato leg. avanti (Azione n.2)	Leg. rotazione del corpo a dx
3	PD avanti in FP (Azione n.3)	(P.M.C.C.)
4	PS avanti leg. diag a dx (Azione n.6)	Leg. rotazione del corpo a sx
5	PD a lato (Azione n.7)	
6	PS chiude al PD. (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 6 può essere eseguito anche indietro di PS (Azione n.8)
2. I passi 1-3 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx
3. I passi 4-6 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS Avanti (Azione n.1)	
2	PD a lato leg. ind. (Azione n.2)	Leg. rotazione del corpo a dx
3	PS indietro (Azione n.3)	(P.M.C.C.)
4	PD indietro (Azione n.6)	Leg. rotazione del corpo a sx
5	PS a lato (Azione n.7)	
6	PD chiude il PS (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 6 può essere eseguito anche avanti in FP. di PD (azione n.8)
2. I passi 1-3 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx
3. I passi 4-6 possono ruotare fino a 1/2 giro a sx

Doppio cambio di Fronte a Sx

DESCRIZIONE FIGURA

Figura usata dalla coppia per ruotare a sx muovendo lungo la Ronda, eseguendo i passi 4-6 e i passi 1-3 di Salida Simple o 6-8 e 1-3 di Salida Basica.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti(Azione n.6)	1/4 di giro a sx
2	PD a lato(Azione n.7)	1/8 di giro a sx
3	PS indietro(Azione n.8)	1/8 di giro a sx
4	PD indietro(Azione n.1)	1/8 di giro a sx
5	PS a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx
6	PD avanti in FP(Azione n.3)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 1-3 o 4-6 possono essere usati anche separati.
2. La figura può essere ripetuta

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro(Azione n.6)	1/4 di giro a sx
2	PS a lato(Azione n.7)	1/8 di giro a sx
3	PD avanti in FP(Azione n.8)	1/8 di giro a sx
4	PS avanti(Azione n.1)	1/8 di giro a sx
5	PD a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx
6	PS indietro(Azione n.3)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 1-3 o 4-6 possono essere usati anche separati.
2. La figura può essere ripetuta

Ocho Milonguero

DESCRIZIONE FIGURA

Svariate sono le forme utilizzate per l'esecuzione di questa figura usata spesso nella Milonga sul sistema parallelo. Nel caso sotto riportato, la Donna compie una azione d'uscita in fuori partner per poi rientrare frontalmente all'uomo. I milongueros amano utilizzarne il collegamento con una cunita che permette loro agevolmente di crear spazio alla donna, indi aggiungere un ocho per favorire il rientro femminile in un cruze.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 di Cunita a sx	Come 1-2 di Cunita a sx
3	PS indietro (Donna in FP)	1/8 di giro a dx
4	PD unisce al PS(Azione n.0)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. i passi 1-2 possono essere ripetuti e ruotati
2. la figura può essere ripetuta e ruotata maggiormente
3. per un azione agevole della donna, la chiusura andrà considerata con anticipo

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 di Cunita	1/8 di giro a sx
3	PD avanti in FP alla fine azione Ocho Adelante	A fine passo girare di 3/8 a dx
4	PS avanti alla fine del passo pivot a sx	3/8 sx alla fine del passo

NOTE:

1. i passi 1-2 possono essere ripetuti e ruotati
2. la figura può essere ripetuta e ruotata maggiormente
3. nel passo 3 l'azione di ocho dev'essere eseguita senza uscire dalla guida dell'uomo
4. L'azione di rotazione riguarda i fianchi, mantenendo sempre il busto il più frontale possibile a quello maschile.
5. Non continuare da sole l'azione di ocho ma attendere la guida dell'uomo

Ocho Cortado

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura ha la caratteristica di essere utilizzata per una migliore interpretazione nelle musiche più cadenzate. Ocho Cortado significa interruzione dell'azione di Ocho (otto tagliato).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come i passi 1-3 di Cambio di Fronte a dx	Come 1-3 di Cambio di Fronte a dx
4	PD diagonalmente avanti con parte del peso tra le gambe della Donna	1/8 di giro a dx
5	Riportare il peso sul PS	Iniziare a girare a sx
6	PD chiude al PS(Azione n.0)	1/4 di giro a sx tra i passi 5-6

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come i passi 1-3 di Cambio di Fronte a dx	Come 1-3 di Cambio di Fronte a dx
4	PS a lato	1/4 di giro a dx
5	Riportare il peso sul PD	Iniziare a girare a sx
6	PS incrocia davanti al PD (ruotando sul PD)	3/8 di giro a sx tra i passi 5-6

Camminata Esterna all'indietro

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette alla donna di muoversi in avanti lungo la Ronda, camminando all'esterno dell'Uomo senza perderne la frontalità.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Passi 1-3 di Doppio Cambio di Fronte a sx	1/2 giro a sx tra 1-3
4	PD indietro	
5	PS indietro	(P.M.C.C.)
6	PD indietro	

NOTE:

1. I passi 5-6 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Passi 1-3 di Doppio Cambio di Fronte a sx	1/2 giro a sx tra 1-3
4	PS avanti	
5	PD avanti in FP	(P.M.C.C.)
6	PS avanti	

NOTE:

1. I passi 5-6 possono essere ripetuti.

Chasse a dx

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette ad entrambi di eseguire uno spostamento laterale o di rotazione a dx.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	
2	PS chiude al PD	
3	PD a lato	
4	PS chiude al PD	

NOTE:

1. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a dx

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	PD chiude al PS	
3	PS a lato	
4	PD chiude al PS	

NOTE:

2. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a dx

Chasse a sx

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette ad entrambi di eseguire uno spostamento laterale o di rotazione a sx

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	PD chiude al PS	
3	PS a lato	
4	PD chiude al PS	

NOTE:

1. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a sx.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	
2	PS chiude al PD	
3	PD a lato	
4	PS chiude al PD	

NOTE:

1. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a sx.

Sube y Baja

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura la coppia si muove lateralmente lungo la Ronda creando una azione a salire e scendere spostandosi verso sinistra.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida	Come 1-2 di Salida
3	PD avanti in FP	1/4 di giro a dx
4	PS chiude al PD	
5	PD indietro	
6	PS chiude al PD	1/8 di giro a sx
7	PD avanti in FP	

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida	Come 1-2 di Salida
3	PS indietro	1/4 di giro a dx
4	PD chiude al PS	
5	PS avanti	
6	PD chiude al PS	1/8 di giro a sx
7	PS indietro	

NOTE:

1. La figura può iniziare dal passo 2 o 3
2. I passi 3-6 possono essere ripetuti.

Columbia

DESCRIZIONE FIGURA

Come columpia s'intende il movimento dell' "altalena". Questa figura andrà eseguita con uno spostamento in avanti e indietro, avendo cura di seguire comunque la Ronda. La figura potrà essere eseguita ruotando sia a sx che a dx avendo cura di non forzare la donna ma accompagnandola al passo. Durante l'esecuzione il corpo avrà una inclinazione indietro e avanti per l'uomo e contrario per la donna.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONT. DEL GIRO
1	PS avanti	
2	PD chiude al PS	
3	PS piccolo passo indietro	
4	PD chiude al PS	

NOTE:

1. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a dx o a sx.
2. E' importante mantenere un buon abbraccio senza "lasciare" la donna
3. Per un agevole esecuzione si suggerisce di non effettuare i passi 1-3 con lunghezza maggiore a quella corrispondente alla larghezza del busto.
4. Si può iniziare anche di PD e in questo caso anche in FP

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONT. DEL GIRO
1	PD indietro	
2	PS chiude al PD	
3	PD piccolo passo avanti	
4	PS chiude al PD	

NOTE:

1. I passi possono essere eseguiti anche con una leggera rotazione a dx o a sx.
2. Per un agevole esecuzione si suggerisce di non effettuare i passi 1-3 con lunghezza maggiore a quella corrispondente alla larghezza del busto.

Zig Zag

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura, molto simile al Sube y Baja va eseguita senza chiudere i piedi, salendo e scendendo diagonalmente lungo la Ronda.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Sube y Baja	Come 1-3 di Sube y Baja
4	PS a lato	
5	PD indietro diag.	1/8 di giro a dx
6	PS a lato	

NOTE:

1. I passi 3-6 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Sube y Baja	Come 1-3 di Sube y Baja
4	PD a lato	
5	PS avanti in FP	1/8 di giro a dx
6	PD a lato	

NOTE:

1. I passi 3-6 possono essere ripetuti.

Giro sx Milonguero (Vas y Vienes)

DESCRIZIONE FIGURA

Figura che permette una rotazione a sx rimanendo sul posto usando due tecniche di azione. La Cunita x L'uomo e la Mezza Luna x la donna.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Cunita	Iniziare a girare a sx
3	PS a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx tra i passi 1-3
4	PD avanti in FP(Azione n.3)	1/8 di giro a dx
5	Riportare peso sul PS incro. dietro al PD	1/8 di giro a sx
6	PD chiude al PS(Azione n.0)	

NOTE:

1. Nei passi 1-3 Cunita di PS terminata a lato
2. Nei passi 4-6 Cunita di PD terminata chiusa

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Cunita	iniziare a girare a sx
3	PD a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx tra i passi 1-3
4	PS indietro(Azione n.3)	1/8 di giro a sx
5	PD a lato(Azione n.2)	1/8 di giro a sx
6	PS avanti(nel finale Pivot(Azione n.1)	

NOTE:

1. Nei passi 1-3 Cunita di PS terminata a lato
2. Nei passi 4-6 Mezza Luna

Tango Vals (BRONZO)

**Le figure descritte
possono essere usate
anche in Tango e Milonga**

Camminata Cruzada di PS

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura descrive un sistema di camminata in cui l'uomo e la donna muovono lo stesso piede (Sistema Cruzado) a differenza delle camminate precedentemente descritte, dove l'uomo usa il PD e la Donna il PS e viceversa (sistema Parallelo).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	
2	PD chiude al PS(Azione n.0)	
3	PS diagonalmente avanti	
4	PD avanti	

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. Nei passi 3-4 l'uomo può iniziare una azione di Ocho Atras(Otto indietro)

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	
2	PS chiude al PD s.p. (in asse)	
3	PS indietro	
4	PD indietro	

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. Nei passi 3-4 la Donna può eseguire degli Ocho Atras(Otto indietro)

Camminata Cruzada di PD

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura descrive un sistema di camminata in cui l'uomo e la donna muovono lo stesso piede (sistema Cruzado) a differenza delle camminate precedentemente descritte, dove l'uomo usa il PD e la Donna il PS e viceversa (sistema Parallelo).

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti	
2	PS chiude al PD(Azione n.0)	
3	PD diagonalmente avanti	
4	PS avanti	

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. Nei passi 3-4 l'uomo può iniziare una azione di Ocho Atras(Otto indietro)

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	
2	PD chiude al PS s.p.(in asse)	
3	PS indietro	
4	PD indietro	

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. Nei passi 3-4 la Donna può eseguire degli Ocho Atras(Otto indietro)

Cunita Crusada di PS

DESCRIZIONE FIGURA

Altro modo di eseguire una Cunita di PS, usando il sistema crusado

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Caminada Crusada di PS	
4	Riporate peso sul PD	

NOTE:

1. Possibile ripetere e ruotare a sx i passi 3 e 4

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-4 di Caminada Crusada di PS	
4	Riportare peso sul PS	

NOTE:

1. Possibile ripetere e ruotare a sx i passi 3 e 4

Cunita Crusada di PD

DESCRIZIONE FIGURA

Alterazione della Cunita Crusada di PS usando il PD.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Caminada Crusada di PD	
4	Riportare il peso sul PS	

NOTE:

1. Possibile ripetere e ruotare a dx durante i passi 3 e 4

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Caminada Crusada di PD	
4	Riportare peso sul PD	

NOTE:

1. Possibile ripetere e ruotare a dx durante i passi 3 e 4

Salida Cruzada (Uomo)

DESCRIZIONE FIGURA

Denominata anche base Cruzada o sistema Cruzado. E' l'alternativa alla base parallela "Salida Basica". Questa base permette di muovere tra uomo e donna la medesima gamba (PD uomo, PD donna o viceversa). Nello schema la donna esegue la medesima azione della Salida Basica, con una lieve differenza di tempo nell'eseguire i passi 4 e 5 che saranno veloci. In questa figura l'uomo crea l'azione crusada cambiando il piede al 2 e omettendolo al 5. La figura può essere eseguita con tutti i tempi lenti

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro (Azione n.1)	
2	PS a lato (Azione n.2)	
3	PD chiude al PS	
4	PS avanti	
5	PD avanti mantenendo la posizione mentre la donna Cruza	
6	PS avanti (Azione n.6)	
7	PD a lato (Azione n.7)	
8	PS chiude al PD (Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 8 può terminare indietro (Azione n.8)
2. I passi 6-8 possono ruotare da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. al passo 5 sarà possibile ripartire col passo 2 (Azione n.2)
4. al passo 5 l'uomo può chiudere o incrociare il PS dietro al PD
5. I passi 2 -3 si possono eseguire in due tempi, veloci oppure lenti

Salida Cruzada (Donna)

DESCRIZIONE FIGURA

Denominata anche base Cruzada o sistema Cruzado. E' l'alternativa alla base parallela "Salida Basica". Questa base permette di muovere tra uomo e donna la medesima gamba (PD uomo, PD donna o viceversa). Nello schema la donna esegue la medesima azione della Salida Basica, con una lieve differenza di tempo nell'eseguire i passi 4 e 5 che saranno veloci. In questa figura l'uomo crea l'azione crusada cambiando il piede al 2 e omettendolo al 5. La figura può essere eseguita con tutti i tempi lenti.

SCHEMA

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti(Azione n.1)	
2	PD a lato(Azione n. 2)	
3	PS indietro(Azione n.3)	
4	PD indietro leg. diag.(Azione n.4)	
5	PS incrocia davanti al PD (Cruze)	
6	PD indietro(Azione n.6)	
7	PS a lato(Azione n.7)	
8	PD chiude al PS(Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 8 può terminare avanti(Azione n.8)
2. I passi 6-8 possono ruotare da 1/8 a 1/2 giro a sx
3. al passo 5 sarà possibile ripartire col passo 2(Azione n.2)

Ocho Atras (Uomo)

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura abbiamo un'altra delle azioni fondamentali del tango. Premesso che l'azione che andremo a descrivere (ocho) può essere sviluppata in qualsiasi momento e situazione. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse, utilizzando il sistema Cruzado.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(Azione n.2)	
2	PD chiude al PS(Azione n.0)	
3	PS a lato diag. avanti, PD chiude s.p.(Az. n.2)	1/8 a dx
4	PD a lato diag. avanti, PS chiude s.p.(Az. n.7)	1/8 a sx
5	PS chiude al PD(Azione n.0)	1/8 a dx

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti
2. I passi 3-4 possono avanzare e retrocedere
3. La guida avviene tramite busto
4. Sarà possibile continuare con PD avanti in FP.(Azione n.3), avanti col PS, in tal caso il passo 5 non chiude o indietro con il passo 1(Azione n.1) della Salida Basica

Ocho Atras (Donna)

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura abbiamo un'altra delle azioni fondamentali del tango. Premesso che l'azione che andremo a descrivere (ocho) può essere sviluppata in qualsiasi momento e situazione. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse. La caratteristica principale di tale azione è data dal fatto che la donna disegna di fronte all'uomo un otto mantenendo la parte superiore del corpo rivolta sempre verso il partner, mentre il bacino ruota in modo accentuato. La tecnica di esecuzione di un ocho da parte della donna si differenzia da un semplice passo (avanti o indietro) per il fatto che nel momento precedente al trasferimento del peso da un piede all'altro vi è una rotazione dei fianchi. **Quindi è buona cosa ricordarsi che l'azione di Ocho è composta da una rotazione dei fianchi, un'estensione della gamba senza peso, con successivo appoggio del peso.**

SCHEMA

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato, PS chiude s.p.(Azione n.2)	
2	Pivot all'indietro del PD	1/8 di giro a sx
3	PS indietro, PD chiude s.p. (poi pivot del PS a dx)	1/4 di giro a dx
4	PD indietro, PS chiude s.p. (poi pivot del PD a sx)	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti.
2. i passi 3-4 possono arretrare o avanzare(donna esegue un'azione di atras molto accentuata)
3. La rotazione dei Pivot può essere aumentata o diminuita in accordo con la guida dell'Uomo
4. Nella rotazione mantenere sempre il busto il più possibile fronte uomo.
5. Non continuare da sole l'azione di otto ma attendere sempre la guida dell'uomo
6. la larghezza dei passi 3-4 corrisponde allo spostamento laterale d'asse dell'uomo (possibilmente largo da spalla a spalla)
7. Sarà possibile continuare con PS indietro(Azione n.3) o in avanti con passo 1(Azione n.1) della Salida Basica

..

Ocho Adelante (Otto Avanti)

DESCRIZIONE FIGURA

Come l'Ocho Atras anche questa figura è tra le azioni fondamentali del tango. È preferibile a livello principianti iniziare da un cambio di asse, per l'uomo utilizzando il sistema Cruzado e adifferenza dell'Ocho Atras l'uomo procederà anziché avanti all'indietro rispettando la Ronda. La caratteristica principale di tale azione è data dal fatto che la donna disegna di fronte all'uomo un otto mantenendo la parte superiore del corpo rivolta sempre verso il partner, mentre il bacino ruota in modo accentuato. La tecnica di esecuzione di un ocho da parte della donna si differenzia da un semplice passo (avanti o indietro) per il fatto che nel momento precedente al trasferimento del peso da un piede all'altro vi è una rotazione dei fianchi. **Quindi è buona cosa ricordarsi che l'azione di Ocho è composta da una rotazione dei fianchi, un'estensione della gamba senza peso, con successivo appoggio del peso.**

SCHEMA

Uomo: Iniziare in posizione frontale chiusa.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(Azione n.2)	
2	PD chiude al PS(Azione n.0)	
3	PS a lato legg. ind., PD chiude s.p.(Az. n.2)	1/8 di giro a sx
4	PD a lato legg. ind., PS chiude s.p.(Az.n.7)	1/8 di giro a dx
5	PS chiude al PD(Azione n.0)	1/8 di giro a sx

Donna: iniziare in posizione frontale chiusa.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato , PS chiude s.p. (Azione n.2)	
2	Pivot in avanti del PD	1/4 di giro a dx
3	PS avanti, PD chiude s.p. (poi pivot del PS a sx)	1/2 di giro a sx
4	PD avanti, PS chiude s.p. (poi pivot del PD a dx)	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. Nelle azioni di ocho la donna eseguirà le rotazioni solo ed esclusivamente con la pianta del piede.
2. Le rotazioni (pivot) possono essere aumentate o diminuite in accordo con la guida dell'Uomo.
3. I passi 3-4 possono essere ripetuti e possono arretrare o avanzare eseguendo una azione di pivot molto accentuata.

Medio Giro a dx

DESCRIZIONE FIGURA

Figura tipica del tango, dove l'uomo, dopo aver eseguito uno o più ocho atras, con una azione di rotazione a dx attorno alla donna, portandola ad eseguire una Mezza Luna.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Atras	
4	PD avanti	1/4 di giro a dx
5	PS a lato	1/4 di giro a dx
6	PD chiude al PS(Azione n.0)	

NOTE:

1. Il passo 4 deve essere eseguito oltre al PS della Donna.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 1-4 di Ocho Atras	Come 1-3 di Ocho Atras
5	PS a lato	
6	PD avanti alla fine pivot	1/8 a sx alla fine sul pivot 1/4 a dx

NOTE:

1. Nei passi 4-6 eseguire una Mezza Luna

Giro a sx Crusado

DESCRIZIONE FIGURA

È una figura usata per girare a sx muovendo lungo la Ronda, passando dal sistema parallelo al sistema crusado.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	1/4 di giro a sx
2	PD a lato	1/8 di giro a sx
3	PS indietro	1/8 di giro a sx
4	PD indietro	1/8 di giro a sx
5	PS a lato(Pivot)	1/4 di giro a sx
6	Riportare peso sul PD	1/8 di giro a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	1/4 di giro a sx
2	PS a lato	1/8 di giro a sx
3	PD avanti in FP	1/8 di giro a sx
4	PS avanti	1/8 di giro a sx
5	PD a lato(PS chiude al PD senza peso, Pivot)	1/4 di giro a sx
6	PS indietro	1/8 di giro a sx

Vas y Vienes

DESCRIZIONE FIGURA

Figura che permette una rotazione a sx rimanendo sul posto usando due tecniche di azione. La Cunita x L'uomo e la Mezza Luna x la donna.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Cunita	Iniziare a girare a sx
3	PS a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx tra i passi 1-3
4	PD avanti in FP(Azione n.3)	1/8 di giro a dx
5	Riportare peso sul PS incro. dietro al PD	1/8 di giro a sx
6	PD chiude al PS(Azione n.0)	

NOTE:

1. Nei passi 1-3 Cunita di PS terminata a lato
2. Nei passi 4-6 Cunita di PD terminata chiusa

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Cunita	iniziare a girare a sx
3	PD a lato(Azione n.2)	1/4 di giro a sx tra i passi 1-3
4	PS indietro(Azione n.3)	1/8 di giro a sx
5	PD a lato(Azione n.2)	1/8 di giro a sx
6	PS avanti(nel finale Pivot(Azione n.1)	

NOTE:

1. Nei passi 1-3 Cunita di PS terminata a lato
2. Nei passi 4-6 Mezza Luna

Tango - Tango Vals (Argento)

**Le figure descritte
possono essere usate
anche in Milonga**

Arrastre

DESCRIZIONE FIGURA

Figura che determina una azione di Arrastre (spazzolata), durante la rotazione della donna. Molteplici sono le forme di Arrastre, in scheda una delle più usate.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato e pivot a sx alla fine del passo	1/2 giro a sx
2	PD avanti trascinando in caviglia il PD della Donna	

NOTE:

1. Molto importante la marca del cavaliere nella rotazione.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato e pivot a sx alla fine del passo	1/2 giro a sx
2	PS indietro	
3	PD a lato(Arastre del Uomo)	

NOTE:

1. Nei passi 1-2 la Donna esegue azione di Mezza Luna.

Ocho Adelante al 5

DESCRIZIONE FIGURA

Altro metodo per indicare alla donna di eseguire un ocho Adelante senza l'obbligatorietà del cambio di passo del uomo come descritto in Ocho Adelante.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 2-4 di Salida Basica	
4	Portare peso sul PD(PS chiude senza peso)	Il corpo 3/8 a dx
5	Riportare peso sul PS	
6	PD chiude al PS	Il corpo 1/8 a sx

NOTE:

1. I passi 5-6 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 2-5 di Salida Basica	
5	PD avanti e pivot a dx alla fine del passo(PS unisce senza peso)	3/8 di giro a sx
6	PS avanti e pivot a sx alla fine del passo(PD unisce senza peso)	3/8 giro a dx e 3/8 a sx

NOTE:

1. I passi 5-6 possono essere ripetuti.

Ocho Adelante con sacadas

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura permette al ballerino di interagire in un insieme di Ochos Adelante della ballerina, con Sacada di PS e PD senza farle perdere la continuità dell'azione.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 2- 4 di Salida Basica	
4	PD incrocia dietro al PS	
5	PS avanti tra le gambe della Donna (Sacada)	1/4 di giro a dx
6-7	Come 4-5 di cambio di Fronte	Come 4-5 di Cambio di fronte

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 2-5 di Salida Basica	
5	PD avanti e pivot a dx ala fine del passo	1/8 di giro a sx all'inizio del passo
6-7	Come 4-5 di Cambio di Fronte	Come 4-5 di cambio di fronte

Giro a sx con Sacada e rulo

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura in cui l'uomo interagisce durante l'azione di giro della ballerina con dei movimenti di Sacada e Rulo il tutto senza farle perdere la continuità del movimento.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Medio Giro a sx con Parada	
3	PS avanti tra le gambe della Donna(Sacada)	1/2 giro a sx
4	PD avanti tra le gambe della Donna(Sacada)	1/2 giro a sx
5	Rulo di PS	
6	PS avanti senza peso(parada)	1/4 di giro a sx

NOTE:

- È fondamentale che l'azione rulo dell'uomo di PS, sia eseguito in contemporanea con la mezza luna della Donna

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 1-4 di Medio Giro a dx con Parada	
5	PD a lato	1/2 giro a sx
6	PS indietro	1/2 giro a sx
7	PD a lato	
8	PS avanti e pivot alla fine del passo(PD chiude s.p.)	1/2 di giro a sx

NOTE:

- La Donna in questa figura eseguirà 2 mezze lune

Giro a dx con Sacada e rulo

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura in cui l'uomo interagisce durante l'azione di giro della ballerina con dei movimenti di sacadas e rulo il tutto senza farle perdere la continuità del movimento.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Medio Giro a dx con Parada	
3	PD avanti tra le gambe della Donna(Sacada)	1/2 giro a dx
4	PS avanti tra le gambe della Donna(Sacada)	1/2 giro a dx
5	Rulo di PD	
6	PD avanti senza peso (parada)	1/4 di giro a dx

NOTE:

- È fondamentale che l'azione rulo dell'uomo di PD, sia eseguito in contemporanea con la mezza luna della Donna

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 1-4 di Medio Giro a dx con Parada	
5	PS a lato	1/2 giro a dx
6	PD indietro	1/2 giro a dx
7	PS a lato	
8	PD avanti e pivot alla fine del passo(PS chiude s.p.)	1/2 di giro a dx

NOTE:

- La Donna in questa figura eseguirà 2 mezze lune

Arroje

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive un'azione in cui l'uomo, al passo 2 con un leggero spostamento del corpo in avanti, provoca uno slancio indietro della gamba dx della Donna..

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	PD avanti in FP	
3	Riportare peso sul PS	

NOTE:

1. L' Uomo al passo 2, interrompe l'azione di passo all'indietro della dama con una azione di compressione delle ginocchia(Uomo) con successivo impulso a salire.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	
2	PS indietro mentre la gamba dx si solleva indietro	
3	PD avanti	

NOTE:

1. La Donna, dopo aver terminato il passo 2, riceve un impulso dall'uomo che le permette di sollevare all'indietro la gamba sx creando azione di Arroje.

Empujada

DESCRIZIONE FIGURA

L'Empujada(Spinta) può essere eseguita sia di Gamba Dx che di Gamba SX, sia internamente che esternamente. In questa figura è descritta una delle molteplici modalità in cui l'Uomo crea l'azione spinta, attraverso la quale, sposta o solleva la gamba della Donna.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Atras	
4	PD avanti (Empujada)	1/4 di giro a dx
5	PS a lato	
6	PD chiude al PS con peso	

NOTE:

- Al passo 4 l'Uomo dovrà aver cura di sostenere la Donna sulla gamba d'appoggio seguita all'empujada.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 di Ocho Atras	Come 1-2 di Ocho Atras
3	PS indietro (Empujada) e la gamba dx si solleva	3/8 di giro a dx
4	PD avanti	5/8 a dx tra i passi 3 e 4
5	PS chiude al PD senza peso	1/4 a sx

NOTE:

- Al passo 3 la Donna solleva la gamba sx a seguito dell'empujada e dovrà aver cura di mantenere la punta del piede rivolta verso il basso.

Cadena

DESCRIZIONE FIGURA

Cadena significa "Catena", quando la figura viene ripetuta continuamente con i medesimi passi senza perdere la posizione e in questo caso in forma crusada.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Atras	Come 1-3 di Ocho Atras
4	Pivot sul PS e PD a lato	1/4 di giro a sx
5	Pivot sul PD e PS indietro	1/4 di giro a sx
6	PD a lato incrociato davanti al PS	1/8 di giro a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Atras	Come 1-3 di Ocho Atras
4	PD a lato incrociato davanti al PS	1/4 di giro a sx
5	PS avanti(Empucada della Donna)	1/4 di giro a sx
6	Pivot sul PS e PD a lato	1/8 di giro a sx

NOTE:

1. Durante l'esecuzione della figura nel passo 3 per la Donna e nel passo 5 per l'uomo si può eseguire una azione di Gancho o di Boleo.

Voleo di Gamba dx

DESCRIZIONE FIGURA

Questo è un movimento caratteristico del Tango in cui l'Uomo interrompendo l'azione di ocho atras alla dama, provoca un repentino cambio di direzione in ocho adelante. Il Voleo è un movimento che viene eseguito con la gamba senza peso piegata a 90° rispetto alla gamba d'appoggio e con la caviglia stesa, mantenendo le cosce unite fino alle ginocchia e con il busto frontale a quello dell'Uomo; esso può essere eseguito verso avanti o verso dietro, con una o l'altra gamba, sia dall'Uomo che dalla Donna. Nel caso descritto nello schema si tratta di un Voleo indietro che la gamba dx della Donna esegue verso sx, cioè dietro la gamba d'appoggio. Il Voleo va eseguito con una rotazione del piede d'appoggio e del bacino, in questo caso verso dx, tenendo le ginocchia unite e con l'articolazione del ginocchio sx leggermente flessa.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato(PS chiude al PD s.p.)	
2	PS a lato(PD chiude al PS s.p.)	1/4 di giro a dx
3	Riportare peso sul PD	1/4 di giro a sx

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(PD chiude al PS s.p.)	
2	PD indietro s.p. mantenendo peso sul PS	Legg. rotazione a dx (circa 1/4)
3	Pivot sul PS(Gamba dx crea azione Voleo)	Legg. rotazione a sx (circa 1/4)
4	PD avanti s.p.	

Voleo di Gamba sx

DESCRIZIONE FIGURA

Questo è un movimento caratteristico del Tango in cui l'Uomo interrompendo l'azione di ocho atras alla dama, provoca un repentino cambio di direzione in ocho adelante. Il Voleo è un movimento che viene eseguito con la gamba senza peso piegata a 90° rispetto alla gamba d'appoggio e con la caviglia stesa, mantenendo le cosce unite fino alle ginocchia e con il busto frontale a quello dell'Uomo; esso può essere eseguito verso avanti o verso dietro, con una o l'altra gamba, sia dall'Uomo che dalla Donna. Nel caso descritto nello schema si tratta di un Voleo indietro che la gamba sx della Donna esegue verso dx, cioè dietro la gamba d'appoggio. Il Voleo va eseguito con una rotazione del piede d'appoggio e del bacino, in questo caso verso sx, tenendo le ginocchia unite e con l'articolazione del ginocchio dx leggermente flessa.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato(PD chiude al PS s.p.)	
2	PD a lato(PS chiude al PD s.p.)	1/4 di giro a sx
3	Riportare peso sul PS	1/4 di giro a dx

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato(PS chiude al PD s.p.)	
2	PS indietro s.p. mantenendo peso sul PD	Legg. rotazione a sx (circa 1/4)
3	Pivot sul PD(Gamba sx crea azione Voleo)	Legg. rotazione a dx (circa 1/4)
4	PS avanti s.p.	

Camminada Crusada con Sacadas

DESCRIZIONE FIGURA

Figura che permette all'Uomo durante la camminata di poter eseguire delle sacadas in linea..

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 2-4 di Salida Crusada	
4	PD avanti(piccola sacada nella gamba sx Donna)	
5	PS avanti	
6	PD avanti(piccola sacada nella gamba sx Donna)	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 2-3 di Salida Crusada	
3	PD indietro(sacade dell'Uomo)	
4	PS indietro	
5	PD indietro(sacada dell'Uomo)	

Medio Giro con Rulo, Sacada e Frustada

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura la Donna esegue un movimento veloce chiamato Frustada. Va eseguito dal basso verso l'alto con un movimento circolare e termina richiamando la gamba in asse con il proprio corpo.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 1-4 di Salida Basica	Come 1-4 di Salida Basica
5	Rulo di PD	
6	PD avanti (sacada)	1/4 di giro a dx
7	PS avanti (sacada)	1/2 giro a dx
8	PD avanti (parada)	1/4 di giro a dx
9-12	Come 6-9 di Mordida	Come 6-9 di Modida
13-15	Come 6-8 della Salida Basica	Come 6-8 di Salida Basica

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-5	Come 1-5 di Salida Basica	Come 1-5 di Salida Basica
6	PD avanti	1/8 a sx i corpo gira meno
7	PS a lato	5/8 a dx il corpo gira meno
8	PD indietro	1/2 giro a dx il corpo gira meno
9	Mantenere la posizione	
10	Riportare il peso sul PS	
11	PD avanti	1/2 giro a dx alla fine del passo
12	Fustada di gamba sx	
13	PS avanti	1/4 a sx alla fine del passo
14-16	Come 6-8 di Salida Basica	Come 6-8 di Salida Basica

NOTE:

1. Al passo 13 la Donna riassume la posizione 5.

Giro a sx con Enrosque

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Salida Basica	Come 1-3 di salida Basica
4	PS avanti (sacada)	Iniziare a girare a sx
5	Rotazione sul PS e contemp. Enrosque	Continuare a girare a sx
6	Trasferire il peso sul PD e rulo con PS	Continuare a girare a sx
7	PS puntato avanti senza peso	Completare un giro a sx tra i passi 4-7
8	Trasferire il peso sul PS	1/4 di giro a dx
9	PD chiude al PS	
10-12	Come 6-8 di Salida Basica	Come 6-8 di Salida Basica

NOTE:

1. Azione Enrosque è una rotazione (qui descritta a sx) sul PS tenendo il PD incrociato dietro senza peso.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Salida Basica	Come 1-3 di Salida Basica
4	PD a lato	iniziare a girare a dx
5	PS avanti	1/8 a dx tra 4 e 5
6	PD a lato	5/8 di giro a sx
7	PS indietro	3/8 di giro a sx
8	PD a lato	
9	PS avanti	
10	Rotazione sul PS	1/2 a sx alla fine passo 9
11	PD avanti	5/8 a dx alla fine del passo
12	PS avanti	1/4 a sx alla fine del passo
13-15	Come 6-8 di Salida Basica	Come 6-8 di Salida Basica

NOTE:

1. La quantità del giro a sx può aumentare in accordo con la guida dell'Uomo. In ogni caso i passi della Donna saranno eseguiti sempre con il corpo che gira meno, per mantenere la posizione frontale del busto rispetto all'Uomo. In questo tipo di giro la Donna viene guidata ad eseguire tutti i passi con il tempo Quick per consentire una maggiore dinamicità e velocità all'azione di Enrosque.

Milonga (Argento)

**Le figure descritte
possono essere eseguite
anche in Tango e Vals**

Cruse Atras con Contratiempo

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura in cui si può usare il contratiempo con l'uso incrociato dei piedi e la capacità dell'uomo di marcare alla donna l'incrocio delle gambe.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Salida Basica	Come 1-3 di Salida Basica
4	PS avanti	
5	PD indietro legg. diag.	1/8 di giro a dx
6	PS indietro incrociato davanti al PD	
7	PD avanti in FP	

NOTE:

1. Il passi 4-6 si possono ripetere.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Salida Basica	Come 1-3 di Salida Basica
4	PD indietro	
5	PS avanti legg. diag.	1/8 di giro a dx
6	PD incrocia dietro al PS	
7	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 4-6 si possono ripetere.

Salida Simple con Traspìè

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive l'utilizzo dei contrattempo (traspìè) per linee orizzontali e verticali.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti, peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro con parte del peso	
2	Trasferire tutto il peso sul PD	
3	PS a lato con parte del peso	
4	Trasferire tutto il peso sul PS	
5	PD avanti in FP con parte del peso	
6	Trasferire tutto il peso sul PD	
7	PS avanti con parte del peso	
8	Trasferire tutto il peso sul PS	
9	PD a lato con parte del peso	
10	Trasferire tutto il peso sul PD	
11	PS chiude al PD	

Donna: Piedi uniti, peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti con parte del peso	
2	Trasferire tutto il peso sul PS	
3	PD alato con parte del peso	
4	Trasferire tutto il peso sul PD	
5	PS indietro con parte del peso	
6	Trasferire tutto il peso sul PS	
7	PD indietro con parte del peso	
8	Trasferire tutto il peso sul PD	
9	PS a lato con parte del peso	
10	Trasferire tutto il peso sul PS	
11	PD chiude al PS	

Ocho Atras (Milonguero)

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura vediamo l'uso dell'ocho Atras nella milonga, dopo il passo 3 di Salida Basica. Molto importante il buon uso della marca dell'Uomo per la Donna

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 Come Salida Basica	Come 1-2 di Salida Basica
3	PD avanti in diag a sx in FP	1/8 di giro a sx
4	PS chiude al PD	
5	PD a lato	
6	PS chiude al PD	
7	PD avanti in Fdiag. a sx in FP	

NOTE:

1. I passi 4-7 possono essere ripetuti.
2. Guidare la Donna a rimanere alla propria dx per tutta la durata degli ocho atras.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	1-2 Come Salida Basica	Come 1-2 di Salida Basica
3	PS indietro in diag. a sx	1/8 di giro a sx
4	PD indietro(ocho atras)	1/4 a dx il corpo gira meno
5	PS indietro(ocho atras)	1/4 a sx il corpo gira meno
6	PD indietro(ocho atras)	1/4 a dx il corpo gira meno
7	PS. indietro	

NOTE:

1. I passi 4-7 si possono ripetere in accordo con la guida dell'Uomo.
2. Quando la figura è eseguita in progressione i passi 4-6 saranno eseguiti girando meno.

Balanceo

DESCRIZIONE FIGURA

Figura tipica della milonga dove l'esecuzione di questi passi e lo spostamento rapido a dx e sx crea un dondolamento chiamato Balanceo

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 della Salida Basica	Come 1-2 della Salida Basica
3	PD avanti in FP	1/8 di giro a sx
4	PS chiude al PD	1/8 di giro a dx
5	PD a lato	
6	PS chiude al PD	
7	PD avanti in FP	

NOTE:

1. I passi 3-6 possono essere ripetuti o eseguiti una sola volta.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 della Salida Basica	Come 1-2 della Salida Basica
3	PS indietro	1/8 di giro a sx
4	PD chiude al PS	1/8 di giro a dx
5	PS a lato	
6	PD chiude al PS	
7	PS Indietro	

NOTE:

1. I passi 3-6 possono essere ripetuti o eseguiti una sola volta in accordo con la guida dell'Uomo.

Americana

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura vediamo uno dei tanti modi per ottenere la posizione di Americana.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Milonguero	Come 1-3 di Ocho Milonguero
4	PD a lato	1/4 di giro a dx tra i passi 3-4
5	Riportare peso sul PS	1/8 di giro a sx
6	PD avanti senza peso	1/8 di giro a sx busto gira meno

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Milonguero	Come 1-3 di Ocho Milonguero
4	PS a lato	1/4 di giro a dx tra i passi 3-4
5	Riportare peso sul PD	1/8 di giro a dx
6	PS avanti senza peso	1/8 di giro a dx busto gira meno

Promenade con Contratiempo

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura dove i contratiempos o traspìe vengono eseguiti usando la posizione di promenade o Americana.

SCHEMA:

Uomo: Posizione di Americana peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti in PP	
2	PS a lato (piccolo passo)	1/4 di giro a dx
3	PD avanti in PP	1/4 di giro a sx
4	PS a lato (piccolo passo)	1/4 di giro a dx
5	PD avanti in PP	1/4 di giro a sx

NOTE:

1. Tutti i passi si possono ripetere ed eseguire con il conteggio Slow
2. Le rotazioni devono essere eseguite maggiormente con il bacino mentre il corpo mantiene la frontalità.

Donna: Posizione di Americana peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti in PP	
2	PD a lato (piccolo passo)	1/4 di giro a sx
3	PS avanti in PP	1/4 di giro a dx
4	PD a lato (piccolo passo)	1/4 di giro a sx
5	PS avanti in PP	1/4 di giro a dx

NOTE:

1. Tutti i passi si possono ripetere ed eseguire con il conteggio Slow

Empujadita Milonguera

DESCRIZIONE FIGURA

Empujadita(Spinta) simile alla figura descritta nelle tabelle precedenti non usando la forma crusada ma in forma parallela.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida Basica	Come 1-2 di Salida Basica
3	PD avanti in FP (Empujada)	1/4 di giro a sx
4	PS incrociato dietro al PD	1/8 di giro a sx
5	PD avanti	
6	PS chiude al PD	3/8 di giro a dx tra 5-6

NOTE:

1. I passi 3-4 possono essere ripetuti.
2. Il passo 3 viene eseguito con una piccola Empujada con l'esterno della gamba dx dell'Uomo a contatto con l'esterno della gamba dx della Donna.
3. Ai passi 3-5 leggera inclinazione della parte superiore del corpo a sx.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida Basica	Come 1-2 di Salida Basica
3	PS indietro	1/4 di giro a sx
4	PD incrociato davanti al PS	1/8 di giro a sx
5	PS indietro	
6	PD chiude al PS	3/8 di giro a dx tra 5-6

NOTE:

4. I passi 3-4 possono essere ripetuti.
5. Al passo 3 la Donna subisce una leggera Empujada all'esterno della gamba dx che provoca l'incrocio dei piedi al passo 4 e la rotazione di 1/8 circa.
6. Ai passi 3-5 leggera inclinazione della parte superiore del corpo a dx.

Tango e Tango Vals (Oro)

**Le figure descritte
possono essere eseguite
anche in Milonga**

Parada con Gancho della Donna

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive un'altra delle azioni caratteristiche del tango argentino, dove in questo caso la Donna esegue un'azione in cui con la propria gamba entra nello spazio lasciato libero dall'uomo(Gancho).

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Adelante	Come 1-3 di Ocho Adelante
4	PD avanti(Parada)	
5	Mantenere PD avanti tra le gambe Donna	legg. rotazione busto a dx
6	Flettere la gamba dx(Gancho Donna)	legg. rotazione busto a sx
7	PD chiude al PS	

NOTE:

1. Ai passi 5-6 l'uomo dovrà riportare la donna sull'asse del passo precedente con un'azione di rotazione del busto, permettendole di eseguire l'azione di Gancio.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Adelante	Come 1-3 di Ocho Adelante
4	Pivot sul PS(Paradita)	1/2 giro a sx
5	PD avanti	
6	Riportare il peso su PS(Gancho di Gamba dx)	
7-10	Come Ocho Adelante Base	Come Ocho Adelante Base

NOTE:

1. Al passo 6, la gamba della Donna, che dovrà eseguire il gancio, si avvicinerà fino ad ottenere un contatto della coscia, sulla gamba dell'Uomo che esegue la parada.

Giro a dx con Sacada

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura in cui troviamo un'altra azione che caratterizza il tango (sacada significa entrata). L'uomo dopo aver eseguito una camminata in rotazione dovrà aver cura di crearsi lo spazio e il tempo sufficiente per eseguire l'entrata. La sacada dovrà essere sempre eseguita nel momento in cui la donna trasferisce il peso da un piede all'altro.

SCHEMA

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di giro a dx	Come 1-3 di giro a dx
4	PS indietro mentre il PD incrocia davanti al PS senza peso	1/4 di giro a dx
5	PD avanti (sacada)	1/8 di giro a dx
6	PS avanti	1/8 di giro a dx

NOTE:

- al passo 5 l'Uomo crea un contatto con il piede della dama ma a livello avanzato il contatto può essere anche con tutta la gamba.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di giro a dx	Come 1-3 di Giro a dx
4	PD avanti	1/4 di giro a dx
5	PS a lato (sacada Uomo)	1/8 di giro a dx
6	PD Indietro	1/8 di giro a dx

Sacadas Combinate dell' Uomo

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si combinano diversi tipi di sacadas, avanti, indietro.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Adelante	Come 1-3 di Ocho Adelante
4	PD avanti(sacada)	inizia a ruotare a sx
5	PS indietro (sacada atras)	3/8 di giro a sx
6	PD chiude al PS	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	1-3 di Ocho Adelante	Come 1-3 di Ocho Adelante
4	PD avanti(Pivot)	5/8 di giro a dx
5	PS avanti(Pivot)	1/2 giro a sx

Gancho con Rebotes

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive l'azione di gancio da parte dell'Uomo e azione rebotes (rimbalzo) della gamba della Donna

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS indietro	Leggera rotazione a sx
2	PD indietro (gancio)	
3	PD avanti	Leggera rotazione a dx
4	PS a lato legg. incrociato dietro al PD	
5	PD avanti	

NOTE:

- Al passo 1 l'Uomo guida la Donna in avanti senza permetterle di trasferire completamente il peso creando un contatto fra le anche dei partner al fine di crearsi lo spazio sufficiente all'esecuzione di un buon gancio.
- Al passo 2 prima di eseguire il gancio l'Uomo eseguirà una leggera rotazione dei fianchi verso sx con leggera flessione del ginocchio sx.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD avanti con parte del peso	Leggera rotazione a sx
2	Mantenere la posizione	
3	Riportare il peso sul PS	Leggera rotazione a dx
4	Gamba dx dietro alla Gamba sx peso sul PD	
5	Sganciare PS poi indietro	

Parada con Colgadas a sx e dx

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive un altro tipo di azione dove si eseguono dei movimenti usando la tecnica del fuori asse, ma in questo caso sbilanciandosi verso l'esterno e non all'interno della coppia.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	PD legg. avanti (parada)	
3	PS chiude al PD (azione sandwich)	
4	Sbilanciamento del corpo a dx (Colgada)	
5	Sbilanciamento del corpo indietro (Colgada)	
6	Sbilanciamento del corpo a sx (Colgada)	
7	Recuperare l'asse	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	Come 1-2 della Salida Basica
2	PS chiude al PD senza peso (parada)	1/8 di giro a sx
3	Mantenere la posizione	1/8 di giro a dx
4	Sbilanciamento del corpo a dx (Colgada)	
5	Sbilanciamento del corpo indietro (Colgada)	
6	Sbilanciamento del corpo a sx (Colgada)	Come i passi da 3 a 6
7	Recuperare l'asse	Come 3-8 della Salida Basica

Arrastre con Colgada

DESCRIZIONE FIGURA

L'Arrastre letteralmente tradotto significa "Trascinare". In questa figura sarà determinante nell'azione di giro, una posizione di Colgada da parte di entrambi i partner.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-4	Come 1-3 della Salida Crusada	
5	PD avanti senza peso(Arrastre)	
6	PD indietro senza peso(Arrastre Donna)	
7	PS chiude(mordida) al PD(pivot)	1/2 giro a dx
8	PD indietro	

NOTE:

- Al passo 5 la Donna subisce l'Arrastre da parte dell'Uomo il quale con il bordo interno dell'avampiede dx esegue uno spostamento del PD della Donna senza perdere il contatto con il pavimento. Al passo 6 è la Donna ad eseguire l'Arrastre.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di salida Crusada	
4	PD indietro senza peso(Arrastre Uomo)	
5	PD avanti senza peso(Arrastre)	
6	Pivot di PD e il PS unisce senza peso	1/2 giro a dx
7	PS avanti	

NOTE:

- Al passo 5 la Donna subisce l'Arrastre da parte dell'Uomo il quale con il bordo interno dell'avampiede dx esegue uno spostamento del PD della Donna senza perdere il contatto con il pavimento. Al passo 6 è la Donna ad eseguire l'Arrastre.

Parada con Calesita

DESCRIZIONE FIGURA

Il termine Calesita tradotto, significa Carrozzella. È una figura dove l'Uomo con la Donna inclinata in avanti in fuori asse, eseguono una rotazione in tale posizione.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD indietro	
2	PS a lato legg. indietro	
3	PD spazzola senza peso tra i piedi della Donna	
4	Mantenere la posizione	
5	PD indietro	Iniziare a girare a sx
6-9	PS-PD-PS-PD indietro	Continuare a girare a sx(1 giro tra 4-9)
10	PS incrocia davanti al PD	
11	PD avanti in FP	
12-16	Come 4-8 di Salida Basica	Come 4-8 di Salida Basica

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS avanti	
2	PD a lato	
3	PS spazzola senza peso fino a chiudere al PD dell'Uomo	
4	Mantenere la posizione	
5	PS senza peso incrocia dietro al PD	Iniziare a girare a sx
6	Rotazione sul PD	Completare 1 giro
7	PS indietro	
8-12	Come 4-8 di Salida Basica	Come 4-8 di Salida Basica

NOTE:

- Al passo 5 la Donna inizia a girare sulla pianta del PD incrociando la gamba sx senza peso dietro alla dx.
- Dal passo 3 al passo 6 la Donna è inclinata in avanti ed è quindi appoggiata all'Uomo fuori dal proprio asse.

Sacadas combinate della Donna e dell'Uomo

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si descrive l'esecuzione della sacada da parte della Donna e successivamente dell'Uomo.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Ocho Atras	
4	PD avanti(sacada dama)	il corpo gira 1/4 a dx
5	PS avanti(sacada) e PD pivot	5/8 giro a dx
6	PD avanti senza peso(Parada)	1/8 a dx

NOTE:

1. Nella sacada indietro Donna, l'Uomo dovrà assicurarsi di cambiare la presa per agevolare la sacada.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Ocho Atras	Come 1-2 di Ocho Atras
3	PS indietro(sacada indietro)(PD pivot)	5/8 di giro a dx
4	PS a lato	
5	PD indietro senza peso e PS(Pivot)	1/4 di giro a dx

Voleos Combinati della Donna

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura si combinano i voleos della Donna avanti e indietro sia di gamba dx che di gamba sx.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	Mantenere la posizione	
3	Trasferire il peso sul PD	
4	PS a lato	
5	Trasferire il peso sul PD	
6	Trasferire il peso sul PS	
7	PD a lato (PS chiude al PD senza peso)	

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	
2	Voleo indietro di gamba sx	
3	Voleo avanti di gamba sx	
4	PS indietro (Ocho Atras)	
5	Voleo indietro di gamba dx	
6	Voleo avanti di gamba dx	
7	PD indietro (Ocho Atras)	

NOTE:

1. La Donna eseguirà tutti i voleos solo ed esclusivamente se comandati dall'Uomo.

Milonga (Oro)

**Le figure descritte
possono essere eseguite
anche in Tango e Vals**

Giro a dx con Sacada e Traspìè

DESCRIZIONE FIGURA

Questa è una figura che permette di eseguire Sacadas e Traspìè girando a dx.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Cambio di direzione a dx	
4	PD avanti sacads	Inizia a girare a dx
5	PS a lato	Continuare a girare a dx
6	PD incrocia al PS	Continuare a girare a dx
7	PS a lato	Completare un giro tra 4 e 7
8	PD chiude al PS con peso	

NOTE:

1. I passi 4-7 possono essere ripetuti.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-3	Come 1-3 di Cambio di direzione a dx	
4	PS a lato e pivot	Inizia a girare a dx
5	PD indietro	Continua a girare a dx
6	PS a lato	Continua a girare a dx
7	PD avanti e pivot	Completare un giro a dx
8	PS avanti PD incrocia al PS senza peso	1/2 giro a dx

NOTE:

1. I passi 4-7 possono essere ripetuti.

Ocho Cortado in Traspiè

DESCRIZIONE FIGURA

L'uomo durante l'esecuzione di Ocho Cortado, esegue delle varianti con i piedi in contrattempo.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Ocho Cortado	Come 1-2 di Ocho Cortado
3	PS incrocia davanti al PD	1/4 di giro a dx tra i passi 1-3
4	PD a lato	
5	Riportare il peso sul PS	
6	PD incrocia dietro al PS	1/4 di giro a sx tra i passi 4-6

NOTE:

- È importante eseguire i passi 1-6 con il tempo veloce senza interferire con la guida dei passi Donna.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-6	Come 1-6 di Ocho Cortado	Come 1-6 di Ocho Cortado

Corte in Traspiè

DESCRIZIONE FIGURA

Figura con l'esecuzione del Punteo usando variante di contrattempo.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida	Come 1-2 di Salida
3	PD avanti in FP con parte del pe.(Corte)	
4	Riportare peso sul PS	
5	PD a lato con parte del peso(Corte)	
6	Riportare peso sul PS(Pivot)	1/8 di giro a dx
7	PD indietro con parte del peso(Corte)	
8	Riportare peso sul PS(Pivot)	1/8 di giro a sx
9	PD a lato con parte del peso(Corte)	
10	Riportare peso sul PS	

NOTE:

- È importante eseguire i passi 3-10 con il tempo veloce senza interferire con la guida dei passi Donna.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Salida	Come 1-2 di salida
3	PS indietro con parte del peso(Corte)	
4	Riportare peso sul PD	
5	PS a lato con parte del peso(Corte)	
6	Riportare peso sul PD(Pivot)	1/8 di giro a dx
7	PS avanti in FP con parte del pes.(Corte)	
8	Riportare peso sul PD(Pivot)	1/8 di giro a sx
9	PS a lato con parte del peso(Corte)	
10	Riportare peso sul PD	

Giro a dx con Voleo

DESCRIZIONE FIGURA

Questa figura è simile alla figura Ocho Atras descritta in Milonga con l'apporto del giro a dx e il voleo della Donna..

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Ocho Atras Milong.	Come 1-2 di Ocho Atras Milong.
3	PD avanti in FP, alla fine Pivot a dx	
4	PS a lato	1/4 di giro a dx tra i passi 3-4

NOTE:

1. I passi 3-4 si possono ripetere.

Donna: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1-2	Come 1-2 di Ocho Atras Milong.	Come 1-2 di Ocho Atras Milong.
3	PS indietro, alla fine Pivot a dx	
4	PD indietro(Voleo)	1/4 di Giro a dx tra i passi 3-4

NOTE:

1. I passi 3-4 si possono ripetere.

Columpia con Cruze

DESCRIZIONE FIGURA

In questa figura l'Uomo, oltre a segnalare alla donna di eseguire una azione di Columpia(Altalena), dovrà portarla velocemente in una posizione incrociata.

SCHEMA:

Uomo: Piedi uniti peso sul PD.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PS a lato	
2	PD avanti in FP(azione Columpia)	
3	PS chiude al PD	
4	PD indietro leg. diag.(Azione Columpia)	
5	PS indietro incr. davanti al PD	
6	PD avanti in FP	

NOTE:

1. I passi 2-6 si possono ripetere.

Donna: Piedi uniti peso sul PS.

PASSO	DESCRIZIONE	AMMONTARE DEL GIRO
1	PD a lato	
2	PS indietro(Azione Columpia)	
3	PD chiude al PS	
4	PS avanti leg. diag.(Azione Columpia)	
5	PD avanti incr. dietro al PS	
6	PS indietro	

NOTE:

1. I passi 2-6 si possono ripetere.

AUTORI

SERGIO CANICOSSA

ROSITA CAUZZI



Sergio Canicossa

Inizia a ballare nel 1972 frequentando la scuola del M° Bicelli, studiando poi con insegnanti inglesi come: Tom e Susanna Walker e altri. Nel 1974 vince la sua prima competizione nella categoria Danze Internazionali.

Nel 1980 studia nella scuola del M° Bevini a Modena e successivamente con il M° Mauro Vispi e Viviana Bevini, Danze Standard, Latino, Ballo da Sala e Liscio Unificato. Nel 1986 si diploma in Ballo da Sala e Liscio Unificato. Continuando la carriera da competitore anche da Professionista ottenendo ottimi risultati (3° posto dei Campionati Italiani del '90). Negli anni successivi continua lo studio con molti insegnanti Italiani e Stranieri come: M.° Barbieri, Panciroli, Campari, Camporesi, Monica Needham per le danze Standard, con il M° Peter Maxwell per le danze Latino Americane, la Maestra Cordoba di Roma per il Flamenco, il M° Torres per il Tip Tap,

con il M°Pino Due per il Boogie Woogie e Rock'n'Roll, con i Maestri Pablo Veron, Chicho Fromboli, Pablo Ojeda, Pablo Villarazza, Gustavo Naveira, Osvaldo Zotto, Sebastian Arce, Diego Escobar, Julio Balmaceda, Diego Riemer e tantissimi altri per il Tango Argentino.

Dal 1986 ad oggi si è diplomato nelle discipline di BS, LU, ST, LA, CB, DA, CY, CT, JZ. e Boogie in Formazione. Diventa Esaminatore di ST BS LU CB DA CT JZ e Boogie in Formazione.

Nel 2019 in coppia con Rosita Cauzzi vincono il Campionato Italiano Fids Danze Argentine categoria PD 55/60

Si classificano al 4° posto Campionato Italiano Fids Ballo da Sala categoria PD 55/60

Titolare del Marchio MDB Italia (Maestri di Ballo Italia)

Diplomato nelle seguenti discipline:

Danze Standard – Latino Americane – Ballo da Sala – Liscio Unificato

Danze Caraibiche – Danze Argentine – Canyengue

Danze Jazz – Choreographic Team

Boogie in Formazione – Swing Lindy Hop

PREPARATORE D'ESAME e COROEGRAFICO

ESAMINATORE Liscio Unificato e Ballo da Sala

ESAMINATORE Danze Jazz

ESAMINATORE Danze Argentine

ESAMINATORE Danze Caraibiche

ESAMINATORE Choreographic Team

ESAMINATORE Boogie in Formazione

ESAMINATORE Swing Lindy Hop

Autore del Testo di Danze Argentine "Il Tango Argentino che passione.."

Autore del Testo "Boogie in Formazione"

Autore del Testo " Swing Lindy Hop"

Rosita Cauzzi

Figlia di ex ballerini fai da te e amante del Ballo e della Musica! Inizia nel 1994 nella scuola “Sporting Dance” di Guidizzolo(MN) del M° Sergio Canicossa come allieva.

Nell’anno 2000 si diploma come professionista all’ANMB (Associazione Nazionale Maestri di Ballo) nelle discipline di: Ballo da Sala, Liscio Unificato, Danze Caraibiche e Danze Argentine . Studia con i migliori insegnanti delle varie discipline come: Alberto Valdez, Papito Jala, Roly Maden, Pablo Ojeda y Beatriz Romero – Felipe Martinez y Marika Landri – Walter Cardozo y Margarita Klurfan – Osvaldo Zotto y Lorena Ermocida – Gonzalo Juan y Cecilia Pasqual – Pablo Veron – Julio Balmaceda y Corina de la Rosa – Chicho Frumboli – Sebastian Arce y Marianna Montes – Julio Luque y Veronique Guide.. E tanti altri!

Nel 2003 inizia a frequentare il laboratorio di Canto nella città di Mantova. La passione delle musiche orientali la porta ad apprendere la Danza del Ventre. Partecipa come Preparatore a moltissimi stage di aggiornamento della Associazione ANMB. Collabora tutt’ora con il M° Canicossa nei vari Corsi e aggiornamenti.

Nel 2019 in coppia con Sergio Canicossa vincono il Campionato Italiano Fids Danze Argentine categoria PD 55/60

Si classificano al 4° posto Campionato Italiano Fids Ballo da Sala categoria PD 55/60

Diplomata nelle seguenti discipline:

Danze Standard – Ballo da Sala – Liscio Unificato

Danze Jazz – Danze Caraibiche – Danze Argentine – Canyengue
Choreographic Team – Boogie in Formazione – Swing Lindy Hop

Preparatrice di Esame

ESAMINATORE Liscio Unificato e Ballo da Sala

ESAMINATORE Danze Jazz

ESAMINATORE Danze Argentine

ESAMINATORE Swing Lindy Hop

Coautore del Testo di Danze Argentine “il Tango Argentino che passione...”

Coautore del Testo “Boogie in Formazione”

Coautore del Testo ” Swing Lindy Hop”

Website:

www.sportingdance.com/it

Facebook:

SportingDanceOfficial

MantovaTango1

CanyengueEvolution

SwingManiaSergioyRosita

E_mail:

info@sportingdance.com

Cell.335 7073912