

Ura acha <https://ideaswaldorf.com/tag/danza/>

MATINAL <https://ideaswaldorf.com/tag/periodos/>
Clase 3 <https://ideaswaldorf.com/tag/flauta/>

Danza de tiempos del rey David

DANZA:

A En círculo, mirando al centro.

Compás:

- 1-2 3 pasos al medio (empieza el pie derecho). Salto en el sitio (pie derecho)
Los brazos a la altura de los hombros.
- 3-4 3 pasos atrás (empieza el pie izquierdo). Salto en el sitio (pie izquierdo)
Los brazos sueltos.
- 5 Paso-cruce de piernas (derecha detrás de izquierda)
Hacia la izquierda.
- 6 Paso-cruce de piernas (izda. detrás de dcha.)
Hacia la izquierda.
- 7 Paso-cruce de piernas (dcha. detrás de izda.)
Hacia la izquierda.
- 8 Paso-cruce de piernas (izda. detrás de dcha.)
Hacia la izquierda.
- 9-16 Repetición del compás 1-8
Al final se giran todos hacia la izda. y elevan los brazos a la altura de los hombros.

B

Compás:

- 17 Dos pasos izda. (pie dcho. empieza). En el segundo paso, pequeño salto.
- 18 Dos pasos hacia atrás (pie dcho. empieza). En el segundo paso, pequeño salto.
- 19-24 3 veces la repetición de los compases 17-18. Al final quietos, mirando al centro.

C En el sitio, golpean los pies al suelo y palmean

Compás:

- | | |
|-------------------------|--------------|
| 25 Golpeo pie derecho | 29 Palmas 1x |
| 26 Pausa | 30 Pausa |
| 27 Golpeo pie izquierdo | 31 Palmas 2x |
| 28 Pausa | 32 Palmas 1x |

Vuelven a empezar, en círculo.