



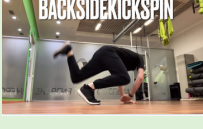




7 упражнений

Этап 1. Начинающий, предварительный этап

1		Kickout step (Storm toprock kickout)
2		Kickturn footwork (Inner CC's)
3		Monkey swing
4		Kickspin (zuluspin с прямой машущей ногой)
5		Backsidekickspin (kickspin но внутрь, вокруг другой ноги)
6		Backkick (CC, ногой вперёд замахнуть и лягнуть назад)
7		Jumpover + Jumpback

