



Frase	Tempi	Descrizione
		Versione per tutti: Piccoli cerchi sparsi nella sala; per mano. 16 passi di corsa in direzione oraria. 16 passi di corsa in direzione antioraria.
A		
1-2	1-16	
3-4	1-16	
B		I cerchi si smembrano, ciascun bambino cammina liberamente nella sala, a tempo, per tutta la durata del motivo B, secondo lo schema: 2 passi. 2 passi e nel contempo 3 battute di mano + una pausa. ripetere 1-4 altre 7 volte. Alla ripresa del motivo A si riformeranno dei cerchi casuali.
1	1-2	
	3-4	
2-4	5-32	
		Versione originale (Rivka Sturman): In coppia sul cerchio, uomo schiena al centro e donna vis a vis. Uomo e donna eseguono gli stessi passi. Scambio di posto, passando di spalla dx, con pdx e salto girandosi di 180° in direz oraria e ricadendo sul sx. Le braccia salgono accompagnando il salto. P dx indietro, appoggio sul sx avanti mentre le braccia scendono. 3-4 Pdx avanti verso il pt e le mani destre si toccano, appoggio sul sx dietro 5-8 e le mani si allontanano; pdx indietro, peso sul sx avanti. Passo avanti dx che incrocia avanti al sx, sx raggiunge restando posteriore. Ripetere. Passo avanti dx e peso con braccia che accompagnano, peso sul Psx dietro; con Pdx ci si gira verso il pt in dir antioraria, psx chiude accanto. Ripetere A1-2 altre 3 volte; si termina in posizione di partenza.
A		
1	1-2	
	3-4	
	5-8	
2	1-4	
	5-8	
3-8	1-48	
B		Coppia aperta che procede sul cerchio in direz. antioraria; donna e uomo a specchio, presi con mano interna alla coppia. Passo ciascuno col piede esterno in dir antioraria, passo col piede interno girandosi di 180° all'interno della coppia e alzando le braccia prese (come per guardare dentro una finestra). 3-4 Restando in questa posizione e sul posto 4 appoggi veloci (per la donna sull'avampiede pdx dietro, pianta del sx avanti, sull'avampiede pdx dietro, pianta del sx avanti ; per uomo invertire). 5-6 Come 1-2 7-8 Come 1-2 2-4 Donna apre con passo dx e sx incrocia dietro; per uomo invertire. Ripetere 1-8 altre 3 volte.
1	1-2	
	3-4	
	5-6	
	7-8	
2-4	1-24	
		NOTE