

Neuro Latino on suunnitellut Luustoliitolle oman tanssin! Luustoa vahvistavaksi tanssiksi on valittu Luustojive.

Tanssin askeleet löydät tästä. Opastusvideon seisten tai istuen tehtävään koreografiaan löydät Luustoliiton Youtube-kanavalta:
<https://youtu.be/p4r8fQ5eg4c>

4 x sivu yhteen alkaen oikealle (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

1 x twistaus (alas 1, 2, 3, 4 ja ylös 5, 6, 7, 8)

Toistetaan sivu yhteen ja twistaus

Eteenpäin täp askeleella oikea, vasen, oikea, vasen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

2 x askel kääntyy askel alkaen oikealla (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

Helpompi versio: oikea eteen, vasen taakse, oika yhteen ja vasen taakse, oikea eteen ja vasen yhteen.

Peruuta; täp oikea, vasen, oikea, vasen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

Askel käännös / eteen taakse yhteen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

4 x sivu yhteen sivu yhteen alkaen oikalla ja kädet yläviistoon. (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

Ristiin täp, sivu täp, ristiin täp, jalat auki joko 4 x hidas tai 2 x hidas ja 4 x nopea.

(4 x 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)

2 x 8 iskua twistaten kaartaa ympäri. kädet nousee ylös 8 iskua ja laskee alas 8

iskua (2 x 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)