

DISCO-FOX

Music	-Disco-Fox 4/4 (or 2/4)
Tempo	-28 T/M (or 56 T/M)
Pattern	-Set
Hold	-Kilian
Duration	- The time to skate 4 sequences is: 1 min. 42,85 sec.
Inventor	-Y.A.Dötsch- van Geel
First Performance	-Aachen ,Aachener Eissporthalle Sept. 2000 - By: Feike Neef and Yolande Dötsch-v.Geel

Deze dans is ontwikkeld om het ijsdansen op moderne muziek mogelijk te maken. De bedoeling is meer jonge mensen voor het ijsdansen te motiveren.

De muziek kan ook uit de actuele hitparade gezocht worden, mits het tempo op de juiste aantal BPM wordt geregeld.

Voor de dame en de heer zijn de passen gelijk.

Gereden wordt in kilian-houding.

Belangrijk is dat pas 1, LFO, goed richting lange bording wordt ingezet, dus paralel aan de korte bording. Extra aandacht heeft pas 4 a+b nodig. Hier is de telling belangrijk. De open 3 wordt 2+2 gereden. Na de draai van de 3 moet men dus 2 tellen blijven staan en het vrije been goed ver achter strekken. De arm-houding is optional, in kilian-houding of open en gestrekt. Pas 5 weer in kilian-houding. Pas 6 achter goed kruisen. Pas 14, RFI, vrije been goed achter strekken. Pas 20 en 21, de open-mohawk moet richting korte bording worden gereden. Hier moet ook extra aandacht worden gegeven aan de houding. Heer en dame laten los en maken deze o-mohawk naast elkaar. In pas 22 even in kilian-houding vast nemen en dan loslaten om vooruit te stappen en in pas 23 weer in kilian-houding verder. De re-start weer goed richting lange bording.

Positions	Step no:	Man's and Lady's steps	Number of beats of music
Kilian	1	LFO	2
	2	RFI-pr	2
	3	LFO-sw	4
optional arms	4a	RFO-3	2
	4b	RBI	2
Kilian	5	LBO-sw	4
	6	XB-RBO	2
	7	LFO	1
	8	RFI-pr	1
	9	LFO	1
	10	RFI-ch	1
	11	LFI-sw	4
	12	RFI	1
	13	LFO-ch	1
	14	RFI	2
	15	LFO-slCh	2
	16	XF-RFI	2
	17	LFO-sw	4
	18	RFO	2
	19	LFI-pr	2
	20	RFI	1
	21	LBI-oMo	1
22	RBO	2	
23	LFO	1	
24	RFI-ch	1	