

SAPLETISSIA**Russia**

Provenienza :	Russia
Musica:	VAW - Verlag - Sternenberg (Yuseso)
Coreografia:	elementi tradizionali
Disposizione :	cerchio aperto, braccia a V
Struttura della danza:	diverse figure
Adatto per :	SI - SE - SM

Descrizione delle possibili figure:

- 1- Condurre in una spirale e ritorno.
- 2- I due primi formano un arco e risalgono la fila.
- 3- In cerchio, tutti verso il centro alzando le braccia, mezzo giro sulla spalla sinistra, il braccio destro incrocia sul sinistro, il primo dà l'impulso al secondo di sciogliersi e così di seguito.
- 4- Treccia russa: il primo passa sotto l'arco formato dai due ultimi, che si mettono di fronte, poi, al prossimo turno passa sotto l'arco dei due penultimi e così via, fino a che tutta la colonna ha formato la "via". Il primo disfa la treccia passando all'interno della "via" seguito dagli altri.
- 5- Il primo lascia il suo compagno, si gira e indietreggia. Presenta la mano destra palmo verso l'alto. Il secondo posa la sua mano sinistra su quella mano destra tesa e si gira su sé stesso, braccio destro sopra, il terzo fa come il secondo, ecc...
La catena continua ad indietreggiare.
Quando tutti sono arrotolati, il primo raggiunge l'ultimo e ci si srotola.