

## 1 Taso

ALOITA			
8x	Marssi ja polvi lattialla	o,v	K
8x	Perus ja polvi penkille	o,v	K
OPETA A-B-OSIO			
3x	Perus askel	o	K
3x	Mambo	o	K
2x	Perus	o	K
4x	Perus	o	K
4x	Perus ja polvi	o	K
3x	Perus ja polvi	o	K
5x	Mambo	v	KY
RULLAA			
OPETA + MUUNNA			
(4x yhd.)	1x perus + 1x mambo	o	(K)
3x yhd	1x perus + 1x mambo	o	K
2x	Perus	o	K
4x	Penkin yli (4.ellä ylityksellä)	o	U,K,U,K
4x	Perus ja polvi	o,v	K
3x	Perus ja polvi	o,	K
5x	Mambo	v	K
RULLAA			
LYHENNÄ			
3x yhd	1x perus + 1x mambo	o	K
2x	Penkin yli (2.ellä ylityksellä)	o	U,K,U,K
5x	Perus ja polvi	o,v	K
3x	Mambo	v	K
RULLAA			

## 2 Taso

Lisää			
A	3x yhd	1x perus + 1x mambo	o U,K,U
	2x	Penkin yli (2.ellä ylityksellä)	o K,U
B	5x	Perus ja polvi	o PK/K,U,K
	3x	Mambo, näytä käänös = 1mambo 1 kääntäen.	v KY/K
	2x	Mambo pidä	v KY
	1x	Mambo käännä kylki käy = 2 mamboa	v KY/K
	2x	Mambo pidä	v KY/K
1x	Mambo käännä kylki käy = 2 mamboa	v KY/K	
RULLAA			

## 3 Taso osa A ja B

MUUNNA Katso ja jatka			
A	3x yhd	Kierrä penkin pääty + mambo **2 Katso ja jatka	o U,K,U
	2x	Penkin yli (2.ellä ylityksellä) Katso ja jatka	o K,U
B	5x	Perus ja polvi **3 → päädyssä (pidä suunta) Katso ja jatka	o PK/K,U,K
	1x	Mambo pidä	v KY/K
	1x	Mambo käännä kylki käy =2 mamboa	v KY/K
	2x yhd.	2x Mambo + 1x Mambo käännä kylki käy = 2x	v KY/k
RULLAA			

OPETA penkin kierto ½-tempoon, jos tarpeen.

LYHENNÄ				
A	3x yhd.	1x Kierrä penkin pääty (sipaisemalla KY) + Mambo KY	o	U, K,U
	2x	Penkin yli	o	K, U
B	5x	Perus polvi penkin yli (pidä suunta)	o	KY /K,U
	1x	Mambo	v	KY
	1x	Mambo käännä kylki käy =2 mamboa	v	KY
RULLAA				

## OPETA C-osa

ALOITA			
2x	4:illä mambo tsatsaa	o,v	KY
4x	2:illa mambo tsatsaa	o,v	KY
8x	1:illä mambo tsatsaa	o,v	KY
8x	Liikkuva polvi = Polvi rullaa	o,v	KK

## 3 Taso osat A, B ja C

ALOITA			
5x	1:llä mambo tsa tsa	o,v	KY/K
58/14	marssi lattia	v	K
1x	Liikkuva polvi	v	KK
5x	Liikkuva polvi	o,v,o	KK
3x	Mambo	v	KY
RULLAA			
MUUNNA			
5x	<b>Mambo cha chee liikkuen taakse eteen</b>	o,v	Liikkuen
58/14	pivot takana + marssi kulma 12 taakse 34	v	K
1x	Liikkuva polvi	v	KK
5x	Liikkuva polvi	o,v,o	KK
3x	Mambo	v	KY
RULLAA			
LYHENNÄ			
3x	<b>Mambo cha chee</b>	o,v	KY
58/14	pivot + marssi kulma 12 taakse 34	v	K
2x	<b>Liikkuva polvi</b>	v	KK
1x	<b>Mambo</b>	v	KY
RULLAA			

YHDISTÄ + A+ B+ C-osat+ muunna c-osa				
A	3x yhd.	1x Kierrä penkin pääty (sipaisemalla KY) + Mambo KY	o	U, K,U
	2x	Penkin yli	o	K, U
B	5x	Perus polvi penkin yli (pidä suunta)	o	KY /K,U
	1x	Mambo	v	KY
	1x	Mambo käännä kylki käy = 2 mamboa	v	KY
C	3x	Mambo cha chee	v	
	58/14	Pivot + mambo kulma 12 ja taakse 34	o	
	3x	<b>Askelpolvi rullaa (Liikkuva polvi) !!!</b>	o,v,o	
RULLAA				