

- & LV□gewicht terug op LV
- 2 RV□stap/sluit naast LV (gewicht RV)
- 3 LV□stap naar achter
- & RV□stap/sluit naast LV
- 4 LV□stap naar voor
- 5 RV□stap met $\frac{1}{4}$ draai linksom opzij (6)
- & LV□stap/sluit naast RV
- 6 RV□stap met $\frac{1}{4}$ draai linksom achter (3)
- 7 LV□stap met $\frac{1}{4}$ draai linksom opzij (12)
- & RV□stap/sluit naast LV
- 8 LV□stap naar links opzij *Restart in 7de muur*

STEP, $\frac{1}{2}$ PIVOT L;

- 1 RV□stap naar voor
- 2 LV+RV□maak een $\frac{1}{2}$ draai linksom (6)

- 1 RV□begin opnieuw (tik met hak voor)

Restart in de 7de muur, na tel 8 van 4de blok!!!
