

DESPRE NOTAREA DANSULUI POPULAR ROMÂNESC*

VERA PROCA

CAPITOLUL V

SEMNE PENTRU NOTAREA RAPIDĂ A DANSULUI DURATA

Literele s și d reprezintă piciorul stîng și drept. Literele S și D mari de tipar, marchează pași pe durată de o pătrime. Literele *s* și *d* mici cursive, marchează pași pe durată de o optime (fig. 1).

Literele mici *s* și *d* (cursive) tăiate cu o liniuță oblică marchează pași pe valoare de șaisprezecime (fig. 2).

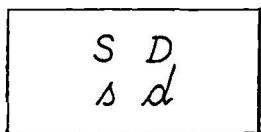


Fig. 1

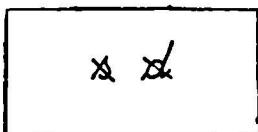


Fig. 2

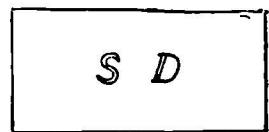


Fig. 3

Literele mari de tipar dublate, marchează pași pe durată de doimi (fig. 3). Punctul aplicat lîngă o literă, lungește durata pasului cu jumătate din valoarea duratei marcate prin literă (fig. 4).

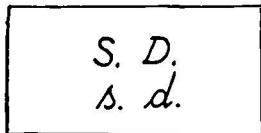


Fig. 4

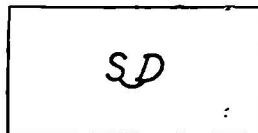


Fig. 5

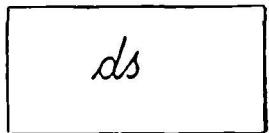


Fig. 6

Cînd o mișcare se execută cu ambele picioare deodată, pe același timp muzical, cele două litere se leagă cu un arc (fig. 5).

Dacă mișcarea simultană este pe durată de optime se suprimă arcul și literele se scriu legate (fig. 6).

* Continuare din numărul 1-2, 1956 al revistei

PAUZELE

Cînd în decursul combinațiilor de mișcări se ivesc pauze, ele se notează cu semnele din notația muzicală.

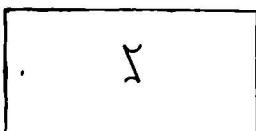


Fig. 7

Pauză de pătrime (fig. 7).

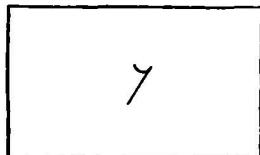


Fig. 8

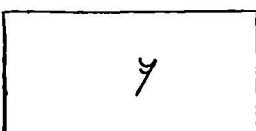


Fig. 9

Pauză de șaisprezecime (fig. 9).

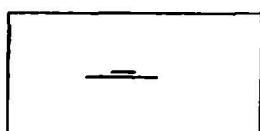


Fig. 10

Pauză de doime (fig. 10)

SEMNELE DE DIRECȚIE ALE PAȘILOR ȘI ORIENTAREA CORPULUI ÎN SPAȚIU

Schema direcțiilor în spațiu numerotate de la 1–8 am adoptat-o din notațiile baletului clasic și ne ajută la definirea precisă a direcției pașilor și a orientării corpului în spațiu (fig. 11).

Această schemă este valabilă și atunci cînd dansul se desfășoară în cerc și o plasăm în orice loc. Litera O reprezintă punctul în care se găsește dansatorul, avînd centrul cercului ca punctul 1 (fig. 12).

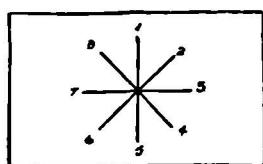


Fig. 11

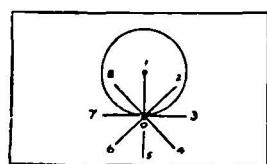


Fig. 12

Direcția pașilor

Direcția pașilor se notează cu săgeți indicatoare. Săgețile au la coada lor o liniuță care indică orientarea corpului în spațiu, deoarece la dansul popular, ea nu este întotdeauna identică cu direcția pașilor. Un semn de direcție este valabil pînă cînd intervene un alt semn.

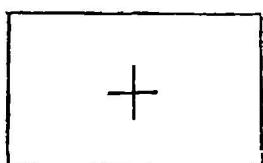


Fig. 13

Semnul plus arată că pașii se execută pe loc (fig. 13).



Fig. 14

Corpul și pașii sunt orientați înainte (spre punctul 1) (fig. 14).

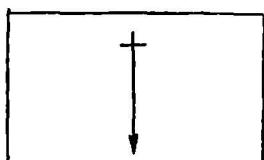


Fig. 15

Corpul orientat înainte (spre punctul 1), iar pașii se execută înapoi (spre punctul 5) (fig. 15).



Fig. 16

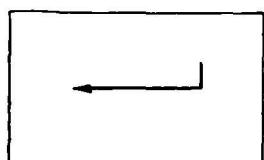


Fig. 17

Idem la stânga (spre punctul 1 și 7) (fig. 17).

Corpul orientat jumătate la dreapta spre punctul 2, iar pașii se execută spre dreapta (spre punctul 3) (fig. 18).

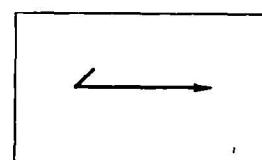


Fig. 18

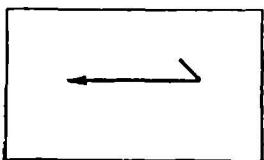


Fig. 19

Idem la stânga, (corpul, punctul 8, pașii punctul 7) (fig. 19).

Corpul și pașii orientați în aceeași direcție se deplasează spre dreapta (spre punctul 3) (fig. 20).

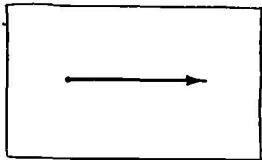


Fig. 20

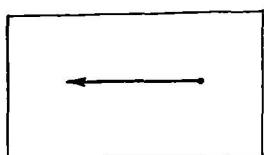


Fig. 21

Idem spre stânga (spre punctul 7) (fig. 21).

Corpul orientat jumătate la stânga (spre punctul 8) și pașii se execută spre punctul 3. (cu spatele) (fig. 22).

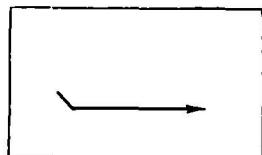


Fig. 22

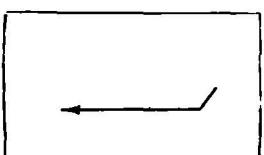


Fig. 23

Idem invers (spre punctul 2 și 7) (fig. 23).

Corpul orientat jumătate la dreapta (spre punctul 2), iar pașii se execută lateral pe diagonală (spre punctul 4) (fig. 24).

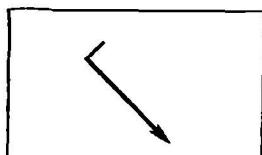


Fig. 24

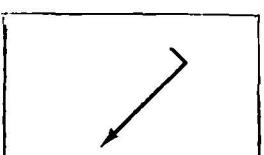


Fig. 25

Idem invers (corpul spre punctul 8, iar pașii spre punctul 6). (fig. 25).

Corpul orientat înainte (spre punctul 1), iar pașii se execută jumătate la dreapta (spre punctul 2) (fig. 26).

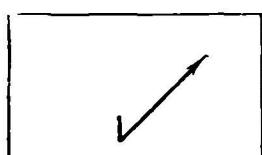


Fig. 26

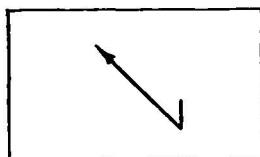


Fig. 27

Idem invers (corpul spre punctul 1, iar pașii jumătate la stînga spre punctul 8) (fig. 27).

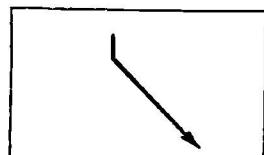


Fig. 28

Corpul orientat înainte (spre punctul 1) și pașii se execută oblic înapoi dreapta spre punctul 4) (fig. 28).

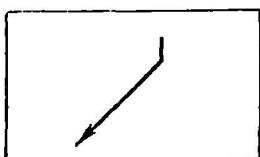


Fig. 29

Idem invers (corpul spre punctul 1), iar pașii oblic înapoi stînga (spre punctul 6) (fig. 29).

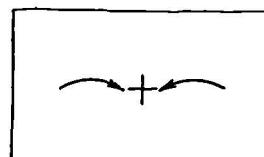


Fig. 30

Mici deplasări laterale cu răscuirea corpului la dreapta și la stînga. Mișcările picioarelor se execută pe un spațiu foarte mic

și cu revenire pe același loc, de aceea poartă semnul plus (fig. 30).

Dacă pașii execută un cerc închis se va indica direcția și locul plecării prin liniuță mică în coada săgeții (fig. 31).

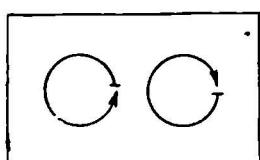


Fig. 31

Dacă un grup de pași execută un semicerc se va pune deasupra lor o săgeată în arc, descriind exact desenul pașilor. Liniuță mică arată punctul de plecare (fig. 32).

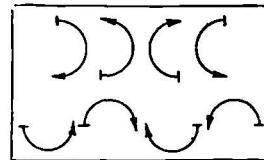


Fig. 32

SEMNE PENTRU FORMAȚII

Semnul \wedge reprezintă băiatul (unghiul marchează față și deschiderea, spatele).

Semnul \cap reprezintă fata (linia convexă marchează față și concava, spatele). (fig. 33).

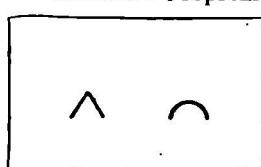


Fig. 33

Formație de cerc mixt. Litera «M» arată componența mixtă și cifra 8 arată numărul jucătorilor * (fig. 34).

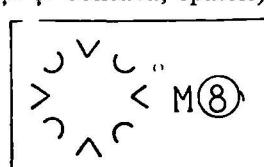


Fig. 34

Formație de cerc de bărbați. Litera «B» indică bărbații. (fig. 35)

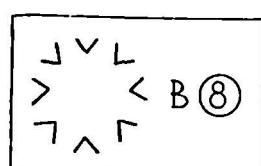


Fig. 35

Formație de cerc de femei. Litera «F» indică femei (fig. 36).

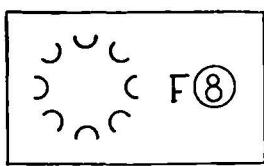


Fig. 36

* La formații se ilustrează atît formula cea mai simplă întrebuinată pe teren cît și forma cu semne pentru publicații.

UVUVUVUV

M ————— 8

Fig. 37

Coloană mixtă de opt jucători în linie. Cifra arată numărul jucătorilor (fig. 37).

VVVVVVVV

B ————— 8

Fig. 38

Coloană de opt bărbați în linie (fig. 38).

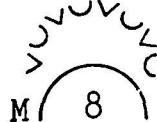


Fig. 39

Coloană mixtă de opt jucători în semicerc (fig. 39).

Coloană de bărbați în semicerc (fig. 40).



Fig. 40

U U U U U U U U

^ ^ ^ ^ ^ ^ ^ ^

$\{ F$ ————— 8

Fig. 41

Coloană de opt perechi în linie. Litera «F» și «B» arată pe care parte se găsesc fetele și băieții. Litera «f» arată că partenerii se găsesc față-n față (fig. 41).

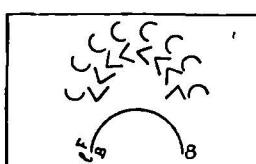


Fig. 42

Coloană de opt perechi în semicerc. Litera «1» arată că partenerii stau lateral unul lîngă altul (fig. 42).

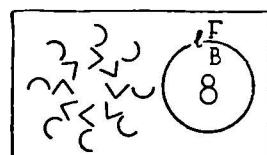


Fig. 43

Formație de opt perechi în cerc (fig. 43).

Sase perechi repartizate liber în spațiul jocului. Cifra 2 arată joc de doi. Litera «f» arată partenerii față-n față. «6 liber» în seamnă sase perechi repartizate liber (fig. 44).

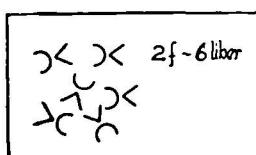


Fig. 44

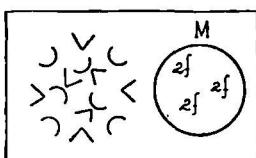


Fig. 45

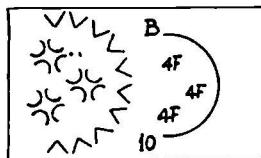


Fig. 46

Combinație între formație de cerc mixt și perechi în cerc (fig. 45).

Combinație între formație de semicerc și cercuri mici. În cercurile mici litera «F» arată componența din fete și cifra «4» că cercurile sunt formate din patru jucătoare. Cifra 10 arată că sunt zece băieți în semicerc (fig. 46).

Formație de ceată pe șiruri de cîte 4 băieți (fig. 47).

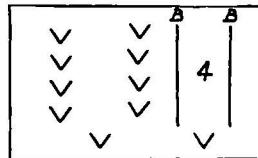
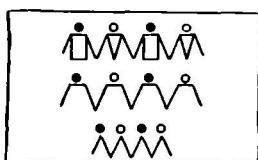
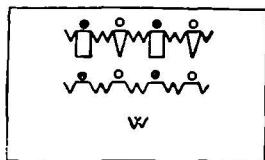


Fig. 47

SEMNE DE ȚINUTĂ LA JOCURILE DE GRUP



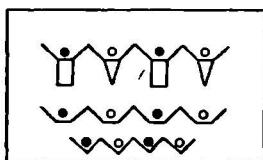
Lanț de brațe jos (fig. 48).



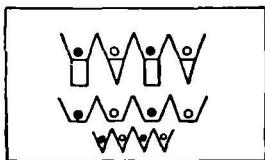
Lanț de brațe îndoite (fig. 49).

Fig. 48

Fig. 49



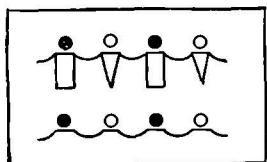
Lanț de brațe oblic sus (fig. 50).



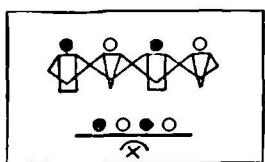
Lanț de brațe sus (fig. 51).

Fig. 50

Fig. 51



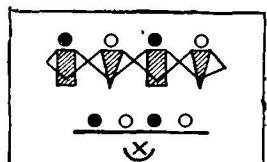
Lanț de brațe lateral (fig. 52).



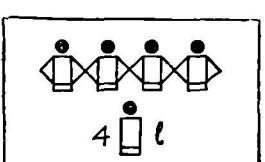
Lanț de brațe încrucișate în față (fig. 53).

Fig. 52

Fig. 53



Lanț de brațe încrucișate în spate (fig. 54).



Ținuta «de brîu» lateral (fig. 55).

Fig. 54

Fig. 55

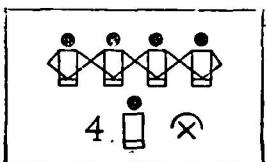


Fig. 56

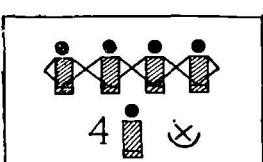


Fig. 57

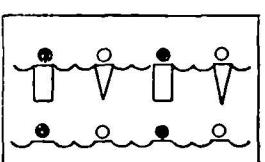
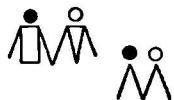


Fig. 58

Ținuta «de brîu» în față (fig. 56). Ținuta «de brîu» în spate (fig. 57) Ținuta pe umeri (fig. 58).

ȚINUTA JOCURILOR DE PERECHI



Lateral de mînă jos (fig. 59).

Fig. 59



Față-n față de mîni jos (fig. 60).

Fig. 60



Lateral de mînă cu brațele îndoite (fig. 61).

Fig. 61

Față-n față de mîni cu brațele îndoite (fig. 62).

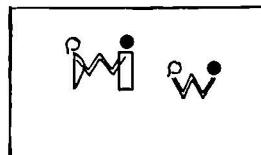


Fig. 62



Lateral de mînă oblic sus (fig. 63).

Fig. 63

Față-n față de mîni oblic sus. (fig. 64)

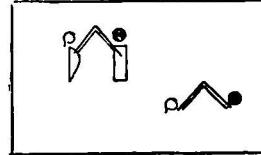
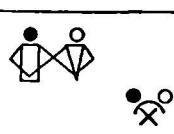


Fig. 64



Lateral încruțișat în față (fig. 65).

Fig. 65

Lateral încruțișat în spate (fig. 66).

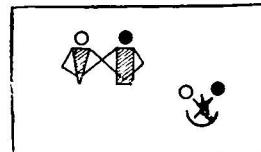
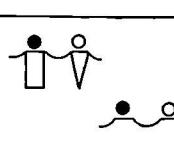


Fig. 66



Lateral pe umeri (fig. 67).

Fig. 67

Față-n față pe umeri (fig. 68).

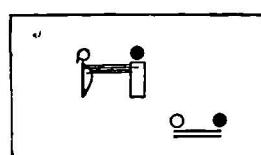
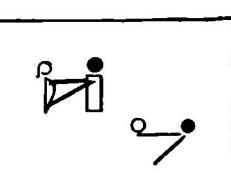


Fig. 68



Față-n față, fata pe umeri, băiatul de talie (fig. 69).

Fig. 69

Față-n față, fata de talie, băiatul pe umeri (fig. 70).

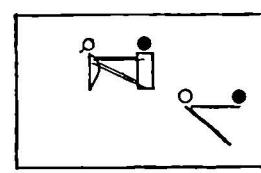


Fig. 70

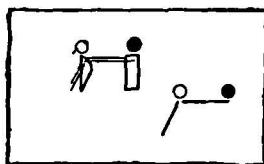


Fig. 71

Față-n față, fata cu brațele lîngă corp, băiatul pe umeri. (fig. 71).

Lateral — băiatul puțin înapoia fetei, prinși pe după gîțul fetei cu mîinile drepte — mîinile stîngi în dreptul taliei (fig. 72).

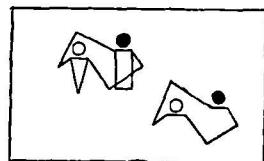


Fig. 72

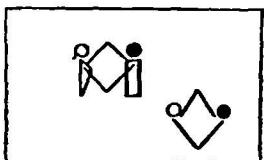


Fig. 73

Față-n față ca la dansurile moderne (fig. 73).

Băiatul în spatele fetei prinși oblic sus (fig. 74).

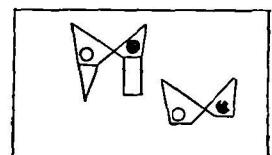


Fig. 74

NOTAREA PAȘILOR

Orice semn pus deasupra sau lîngă litere are valabilitate pînă la terminarea unui grup de mișcări, dacă nu apare un nou semn care să-l anihileze.

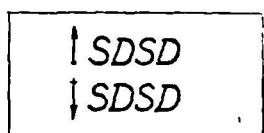


Fig. 75

Pașii normali înainte și înapoi nu poartă nici un semn suplimentar (fig. 75).

Liniuța mică sub litere arată că pașii sunt mai mici decît normalul (fig. 76).

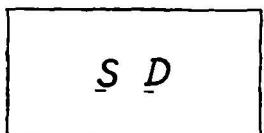


Fig. 76



Fig. 77

Dacă liniuța este la cap de rînd, aceasta însemnează că toți pașii vor fi mici pînă la terminarea figurii sau intervenția unui alt semn (fig. 77).

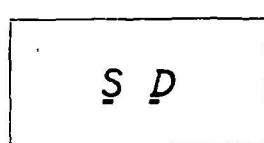


Fig. 78

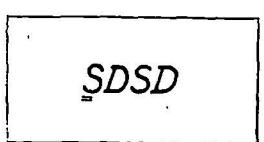


Fig. 79

Două liniuțe sub litere arată că pașii sunt mai mari decît obișnuiați (fig. 78).

Dacă cele două liniuțe se înscriu la cap de rînd, aceasta înseamnă că toți pașii care urmează sunt mari pînă la terminarea figurii (fig. 79).

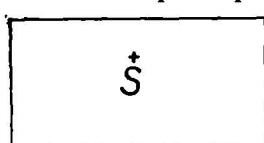


Fig. 80

Pași pe loc

Semnul plus aplicat deasupra unei litere, arată că pasul se execută pe loc.

La capul unui rînd, arată că tot grupul de mișcări următoare se execută pe loc (fig. 80).

Patru pași pe loc (fig. 81).

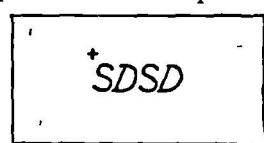


Fig. 81

Pași nedepășiți

O linie orizontală care taie o literă arată că piciorul oscilant nu depășește piciorul de bază.

Patru pași înainte și înapoi dintre care al doilea și al patrulea sunt «pași nedepășiți» (fig. 82).

Fig. 82



Fig. 83



Fig. 84



Pași glisați

O virgulă agățată dedesubtul literei arată că pasul se face glisat (alunecat, tîrșit). Dacă avem un grup mai mare de pași glisați, atunci se pune virgula la prima literă și se trage o linie punctată sub toți pașii glisați (fig. 83).

Pași laterali

Pași laterali la dreapta și la stînga. Literele nu poartă nici un semn suplimentar, întrucît săgeata de direcție a pașilor și liniuța de orientare a corpului arată că pașii nu se pot face decât prin depărtare și alăturare (fig. 84).

Pași încrucișați

Semnul X cu un arc deasupra marchează o mișcare încrucișată în față, iar cu arcul dedesubt o mișcare încrucișată la spate (fig. 85).

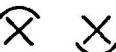


Fig. 85



Fig. 86

Pași laterali și încrucișați la dreapta, pasul al 2-lea și al 4-lea sunt execuții cu încrucișare în față (fig. 86).

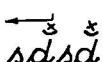


Fig. 87

Pași laterali la stînga. Pasul al doilea și al patrulea sunt execuții cu încrucișare în spate (fig. 87).

În cadrul unei figuri cu mișcări diferite se pune semn deasupra fiecărei litere. În exemplul

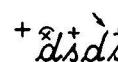


Fig. 88

de față avem patru pași pe loc dintre care primul este încrucișat în față (fig. 88).

Pași pe vîrfuri

Un cerculeț mic pus deasupra literei, arată că pașii se execută pe vîrful picioarelor.

Cind avem un grup de pași pe vîrf, atunci se pune cerculețul la cap de rînd și se trage o linie punctată cît tin pașii pe vîrfuri (fig. 89).

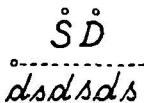


Fig. 89

Pași săriți și săltăți

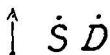


Fig. 90

Punctul deasupra literei arată o săritură pe piciorul care a făcut pasul (fig. 90).

Dacă în loc de săritură se face numai o mică săltare pe vîrf, atunci se aplică dedesubtul literei liniuță mică (fig. 91).

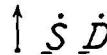


Fig. 91

Pas «vîrf-toc»

Ori de câte ori o mișcare dintr-o figură se face printr-o ridicare pe vîrf și lăsare pe toc ceea ce face ca această mișcare să fie neaccentuată și să transmită accentul, fie pe mișcarea următoare, fie pe o mișcare mai lungă ce urmează în grupul de pași, am denumit acest lucru «pas vîrf-toc». Se marchează cu o virgulă pusă lîngă prima literă. Dăm cîteva exemple:

«Pas vîrf-toc» pe stîngul pe optime. În continuare pași accentuați pe dreptul *pe contratimp* și pași neaccentuați pe piciorul stîng (fig. 92).

Pas «vîrf-toc» pe stîngul pe optime — pas neaccentuat cu dreptul pe optime și pas accentuat cu stîngul pe pătrime (fig. 93).

«Pas vîrf-toc» pe stîngul pe optime, apoi bătaie accentuată pe dreptul pe pătrime (sincopă) și trei bătaie cu stîngul * (fig. 94).



Fig. 92

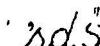


Fig. 93



Fig. 94

Flexiunile

Un unghi ascuțit așezat deasupra literei, arată că pasul se face cu o mică flexiune în articulația genunchiului (demi plié) (fig. 95).

Pentru flexiunile mari (lăsări pe vine) se pune același unghi prelungit. În exemplul de față se mare pe ambele picioare deodată (fig. 96).



Fig. 95



Fig. 96

arată o genuflexiune

Unghiul cu arc deasupra arată că flexiunea genunchiului se face prin ridicarea piciorului în față, iar cu arcul dedesubt prin ridicarea piciorului spre spate (fig. 97).



Fig. 97



Fig. 98

La îngenunchieri se pune acest semn deasupra literei piciorului care îngenunchiază sau deasupra ambelor dacă se îngenunchiază pe ambele picioare (fig. 98).

* Explicarea semnelor de accentuare se găsește în capitolul «Bătaie».

Semne pentru săritură

Un punct aplicat deasupra literei arată că se face o săritură pe același picior.

Săritură pe piciorul stîng.

Săritură pe piciorul drept.

Săritură pe ambele picioare (fig. 99).

În cazul cînd cădere nu se face pe piciorul care a făcut avîntul se trage o linie de la o literă la alta.

Săritură de pe piciorul stîng pe dreptul.



Fig. 99

Săritură de pe piciorul drept pe stîngul (fig. 100).

Săritură de pe ambele picioare cu cădere pe stîngul.

Săritură de pe ambele picioare cu cădere pe dreptul (fig. 101).

Săritură de pe stîngul cu cădere pe ambele picioare (fig. 102).

Aceeași de pe dreptul (fig. 103).



Fig. 100



Fig. 101



Fig. 102

Semne de balans

Dacă în timp ce un picior execută fie un pas pe loc, fie în

deplasare, celălalt face o mișcare de balans, acest lucru se va marca printr-o liniuță aplicată la litera piciorului de bază. Liniuță se pune în locul unde se face balansul (față, spate, etc.), și cu direcția pe care o are balansul. Dacă balansul se face din articulația șoldului, liniuță va purta nr. 1, din genunchiul nr. 2 și din cea a gleznei nr. 3. Dacă balansul se execută după ce piciorul de bază a terminat mișcarea atunci semnul de balans se pune deasupra unei pauze și se trage o linie punctată de la piciorul de bază ca să se vadă că el rămîne bază tot timpul efectuării balansului. Dacă balansul din articulația șoldului este mai mare decît 45° atunci se specifică mărimea unghiului printr-un număr mic așezat sub literă.

Exemple de balansuri concomitente:

Pas cu piciorul drept concomitent cu balansul piciorului stîng înainte din articulația șoldului.

Idem cu celălalt picior (fig. 104).



Fig. 104



Fig. 105

Pas cu piciorul drept, concomitent cu balansul piciorului stîng oblic dreapta (croisé) din articulația șoldului. Idem cu celălalt picior (fig. 105).

Pas cu piciorul drept, concomitent cu balansul piciorului stîng oblic stînga (effacé) din articulația șoldului. Idem cu celălalt picior (fig. 106).



Fig. 106

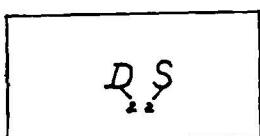


Fig. 107

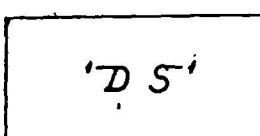


Fig. 109

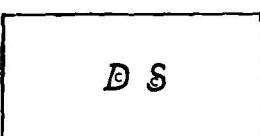


Fig. 110

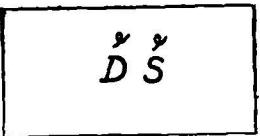


Fig. 112

Pas cu piciorul drept, concomitent cu balansul piciorului stîng înapoi oblic dreapta (coupé) din articulația genunchiului. Idem cu celălalt picior (fig. 107).

Pas cu dreptul, concomitent cu balansul piciorului stîng înapoi din articulația genunchiului. Idem cu celălalt picior (fig. 108).

Pas cu dreptul, concomitent cu balansul piciorului stîng lateral din articulația șoldului. Idem cu celălalt picior (fig. 109).

Uneori picioarele înainte de a face un pas execută un balans de sus în jos asemănător mișcării pe care o face calul. Numim această mișcare «pas de cal» și punem un «c» mic înăuntru literei piciorului care a executat mișcarea. De ex:

Pas de cal cu dreptul și cu stîngul (fig. 110).

Pas cu piciorul drept, concomitent cu balans circular cu piciorul stîng din articulația genunchiului în sensul mișcării acelor ceasornicului. Idem cu celălalt picior (fig. 111).

Pas cu piciorul drept, concomitent cu fluturarea din glezna piciorului stîng. Idem cu celălalt picior (fig. 112).

Exemplu de balansuri ce urmează după mișcarea piciorului de bază:



Fig. 111

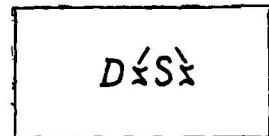


Fig. 113

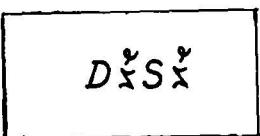


Fig. 114

Pătrimea 1-a — pas cu dreptul.

Pătrimea 2-a — balans (croisé) cu stîngul.

Pătrimea 3-a — pas cu stîngul.

Pătrimea 4-a — balans (croisé) cu dreptul (fig. 113).

Pătrimea 1-a — pas cu piciorul drept.

Pătrimea 2-a — fluturare cu stîngul.

Pătrimea 3-a — pas cu stîngul.

Pătrimea 4-a — fluturare cu dreptul (fig. 114).

Invîrtirile

Pentru invîrtirile în jurul axului propriu se întrebuițează un cerc ce se înscrie deasupra pașilor întrebuițați pentru realizarea invîrtirii. În centrul cercului se scrie numărul invîrtirilor (fig. 115).

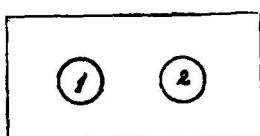


Fig. 115



Fig. 116

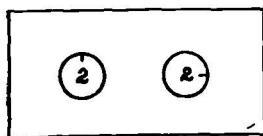


Fig. 117

Sâgeata de direcție arată sensul învîrtirii (fig. 116).

Liniuță mică din interiorul cercului arată punctul unde se începe învîrtirea (fig. 117).

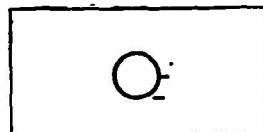


Fig. 118

În cazul că învîrtirea se face pe sub mînă, se pun două liniuțe care reprezintă mîinile partenerilor. Liniuță aplicată pe cerc arată mîna fetei, iar cea de dedesupră pe cea a băiatului.

Dacă liniuțele sunt pe partea dreaptă a cercului ele marchează mîinile drepte. Invers pentru stînga (fig. 118).

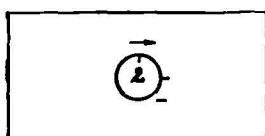


Fig. 119

În cazul acesta partenerii se tin de mîna dreaptă și fata face două piruete pe sub mînă la dreapta (fig. 119).

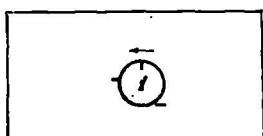


Fig. 120

În cazul de față, fata ține cu mîna stîngă pe cea dreaptă a băiatului și face o învîrtire spre stînga (fig. 120).

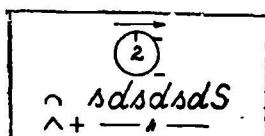


Fig. 121

Fata execută două învîrtiri pe sub mînă la dreapta în şapte pași. Semnele din dreptul băiatului arată că el execută «pe loc» aceiași pași (fig. 121).

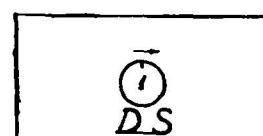


Fig. 122

Piruetă executată prin săritură de pe piciorul drept pe stîngul — se întilnește la jocurile fecioarești (fig. 122).

SEMNE DE BĂTĂI CU PICIOARELE

Bătăi în acord

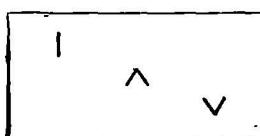


Fig. 123

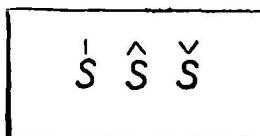


Fig. 124

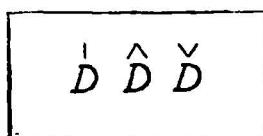


Fig. 125

Semne pentru « bătaie în acord » cu talpa, cu vîrful și cu călcîul piciorului (fig. 123).

Bătăi în acord cu talpa, vîrful și călcîul piciorului stîng (fig. 124).

Idem cu piciorul drept (fig. 125).

Bătăi cu lăsarea greutății corpului pe picior



Fig. 126

Semne pentru « bătaie » cu talpa, cu vîrful și cu călciiul piciorului (fig. 126).

Bătăi cu talpa, vîrful și călciiul piciorului stîng (fig. 127).

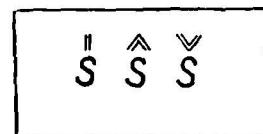


Fig. 127

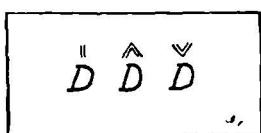


Fig. 128

Idem cu dreptul (fig. 128).

Fragment din figura de bază a jocului « Brîul » din Muscel.

Figura se execută pe loc.

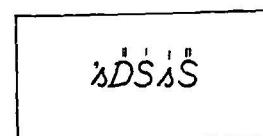


Fig. 129

Mișcarea I-a — « pas vîrf-toc » cu piciorul stîng pe optime.

Mișcarea 2-a — « bătaie » cu talpa piciorului drept pe pătrime.

Mișcarea 3-a — « bătaie în acord » cu talpa piciorului stîng pe pătrime.

Mișcarea 4-a — « bătaie în acord » cu talpa piciorului stîng pe optime.

Mișcarea 5-a — « bătaie » cu talpa piciorului stîng pe pătrime (fig. 129).

Bătăi « șterse »

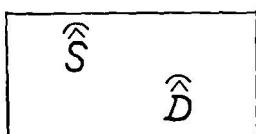


Fig. 130

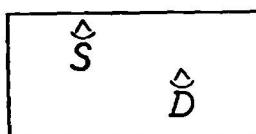


Fig. 131

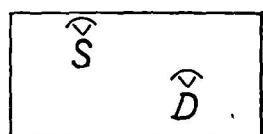
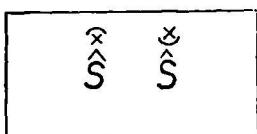


Fig. 132

« Bătaie ștearsă » cu vîrful piciorului stîng înainte. Idem cu dreptul (fig. 130).

« Bătaie ștearsă » cu vîrful piciorului stîng înapoi. Idem cu dreptul (fig. 131).

« Bătaie ștearsă » cu călciiul piciorului stîng înainte. Idem cu dreptul (fig. 132).



« Bătaie ștearsă » încrucișată în față și la spate cu vîrful piciorului stîng (fig. 133).

Fig. 133

Idem cu dreptul (fig. 134).

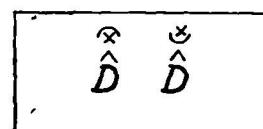


Fig. 134

Bătăi în «pinteni»

Pinten pe podea cu piciorul stîng. Idem cu dreptul (fig. 135).

Fragment din figura I-a a jocului «Crăițele» Dolj. Șapte pași laterali la stînga, cei cu piciorul drept sunt loviti în pinteni pe podea (fig. 136).



Fig. 135

Pinten cu ambele picioare pe podea. Se execută prin depărtarea călcierilor și apropierea lor prin lovire pe același timp ritmic (fig. 137).



Fig. 136



Fig. 137

Pinten în aer cu piciorul stîng, concomitent cu săritură pe piciorul drept. Idem cu picioarele schimbatе (fig. 138).

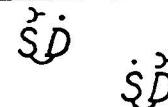


Fig. 138

Pinten în aer cu ambele picioare în săritură (fig. 139).



Fig. 139

Trei sărituri pe piciorul stîng în deplasare la dreapta, concomitent cu pinten în aer cu piciorul drept (fig. 140).

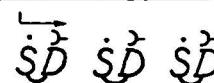


Fig. 140

SEMNE PENTRU MIȘCĂRI DE BRAȚE

Semn pentru bătaia palmelor între ele. Se aplică în locul unde se bat în raport cu mișcările picioarelor (fig. 141).

Balansul brațelor în jos (fig. 142).

Balansul brațelor în sus (fig. 143).



Fig. 141



Fig. 142



Fig. 143



Fig. 144

Balansul brațelor spre spate (fig. 144).
Balansul brațelor înainte (fig. 145).



Fig. 145

Mișcarea verticală a brațelor îndoite ca la horă (fig. 146).

Mișcarea laterală a antebrațelor din poziția «brațe îndoite ca la horă» (fig. 147),

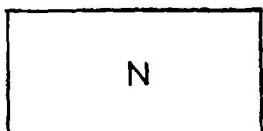


Fig. 146

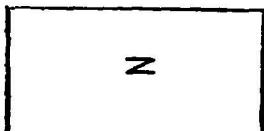


Fig. 147



Fig. 148

Mișcarea laterală a brațelor la stânga și la dreapta din poziția «față în față de mîini jos», sau în dansul solistic (fig. 148).

Mișările de brațe în dansurile solistice. *

Rotări în încheietura mîinilor combinate cu mișcarea laterală a brațelor (fig. 149).

Idem cu ridicarea brațelor sus; (fig. 150). Idem cu un braț sus și unul jos (fig. 151).

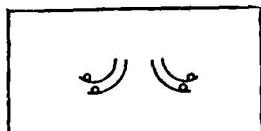


Fig. 149

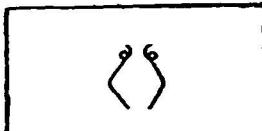


Fig. 150

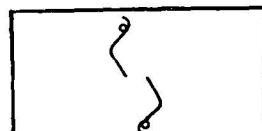


Fig. 151

Exemple de notație a mișcărilor de brațe suprapuse pe mișcările de picioare

Fragment dintr-o figură din jocul «Roata feciorilor» din Oaș.

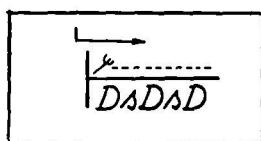


Fig. 152

Cinci pași laterali la dreapta. Concomitent jucătorii bat din palme. Linia punctată arată că semnul este valabil pe toată lungimea ei (fig. 152).

«Horă» cu mișcarea brațelor. Liniuțele intrerupte arată că pe fiecare pas se execută aceeași mișcare de braț ca pe primul pas (fig. 153).

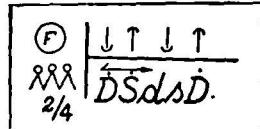


Fig. 154

Începutul jocului «Crăițele». Brațele execută legănări spre spate și spre față pe fiecare pătrime (fig. 154).

Notația jocului «Romaneasca». Precum se vede aici mișcarea brațelor este foarte variată. Începând cu un balans spre spate apoi înainte. Pe măsura a treia a jocului ele se ridică sus.

În partea a doua a jocului brațele sunt îndoite ca la horă pe primele două măsuri, iar pe măsura a III-a și a IV-a se duc spre spate (fig. 155).

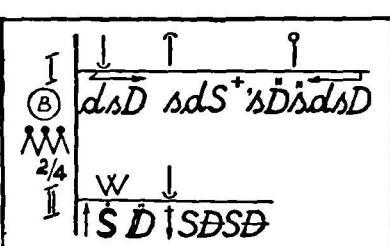


Fig. 155

* Acest fel de mișcări îl întâlnim în dansurile tătărești, turcești și țigănești.

SEMNE DE REPETIȚIE

Pentru repetarea unor grupe de pași se întrebunțează următoarele semne indicatoare:

Dacă un grup de pași se repetă întocmai, se trage după el o linie verticală și se scrie numărul repetițiilor.

Patru pași înainte ce se repetă de patru ori la fel (fig. 156).

Dacă un grup de pași se repetă în aceeași direcție însă cu piciorul schimbat atunci după linia de încheiere se pune semnul de repetiție "-" și litera piciorului opus cu care se va începe mișcarea.

Trei pași înainte începînd cu piciorul stîng ce se repetă la fel începînd cu dreptul (fig. 157).

Dacă un grup de pași se repetă începînd cu același picior dar în direcție contrară, atunci se pune după semnul de repetiție săgeata arătînd direcția schimbăță.

Patru pași înainte începînd cu piciorul stîng care se repetă în direcția înapoi (fig. 158).

Dacă un grup de pași se repetă în direcție contrară și cu piciorul schimbat atunci după semnul de repetiție se pune și litera piciorului opus și săgeata cu direcția schimbăță.

Șase pași laterală la dreapta începînd cu piciorul drept care se repetă la stînga începînd cu stîngul (fig. 159).

Dacă în cursul unei figuri de dans notate, se repetă numai un mic fragment atunci el va fi încadrat cu cezuri duble.

Figura se execută pe loc. Se începe cu două bătăi cu dreptul și stîngul, apoi două grupuri de cîte trei pași care se repetă și se încheie din nou cu două bătăi (fig. 160).

Cînd un picior execută mai multe mișcări fără să primească greutatea corpului, se trage o linie întreruptă de la piciorul de bază care arată cît timp rămîne el picior purtător al greutății corpului.

Figura a II-a a jocului Crăițele din Giubega-Olténia.

Pătrimea 1-a — Pas cu piciorul drept spre dreapta.

Pătrimea 2-a — Pas cu piciorul stîng spre dreapta.

Pătrimea 3-a. Optimea 1-a — Acord încrucisat cu vîrful piciorului drept.

Optimea 2-a — Acord lateral cu vîrful piciorului drept.

Pătrimea 4-a — Pas pe loc cu piciorul drept.

Linia trasă de la piciorul stîng arată că el este picior de bază pe pătrimea 2-a și a 3-a (fig. 161).

În exemplul următor vom da notația jocului Troaca aşa cum se află în arhiva secției coregrafice, apoi o suprapunere a notației pe muzică și o transcriere descriptivă a aceluiăși dans:



Fig. 156

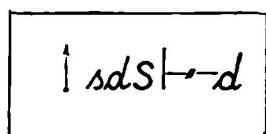


Fig. 157

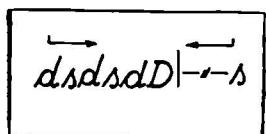


Fig. 159

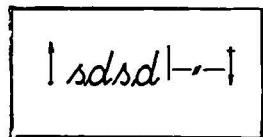


Fig. 158

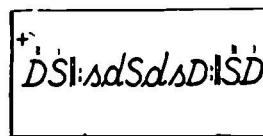


Fig. 160

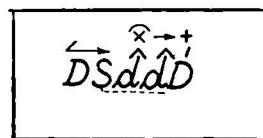


Fig. 161

T R O A C A

*Gen : joc.**Originea : Giubega-Băilești Craiova.**Informator : Valeriu Nicola.**Culegători : Vera Proca și R. Weiss.**Locul : București.**Data : 12. III. 1951.**Transcris : Vera Proca.**Joc : bătrînesc.**Componența : bărbătesc.**Ocazia : la toate ocaziile.**Formația : semicerc.**Tinuta : brațele încrucișate la spate.**Măsura muzicală : 2/4, melodie proprie.**Tempo : repede.*

Caracterizare

Jocul Troaca însumează prin conținut și formă toate caracterele jocului oltenesc. Dinamica lui, tehnica pașilor, tinuta jucătorilor se integrează în stilul specific oltenesc. Este unul din jocurile cele mai repezi și se joacă numai de către bărbați cu precădere la petreceri.

Notăția jocului

The notation shows three measures of music:

- Measure I:** Starts with a fermata over four dots. It consists of two groups of "SDSD" followed by "S DS D" and another "SDSD". The first "SDSD" group has a "2x" below it, indicating it is repeated twice.
- Measure II:** Starts with a fermata over two crossed-out "SD" pairs. It consists of two groups of "SDSD" followed by "S DS D" and another "SDSD". The first "SDSD" group has a "4x" below it, indicating it is repeated four times.
- Measure III:** Starts with a fermata over two crossed-out "SD" pairs. It consists of two groups of "SDSD" followed by "S DS D" and another "SDSD". The first "SDSD" group has a "2x" below it, indicating it is repeated twice.

Observații: Partea I-a se execută și după partea a doua a jocului tot ca la început.

T R O A C A

*Gen : joc**Originea : Giubega-Băilești Craiova.**Informator : Valeriu Nicola.**Culegători : Vera Proca și R. Weiss.**Locul : București.**Data : 12. III. 1951.**Transcris : Vera Proca.**Joc : bătrînesc.**Componența : bărbătesc.**Ocazia : la toate ocaziile.**Formația : semicerc.**Tinuta : brațele încrucișate la spate.**Măsura muzicală : 2/4, melodie proprie.**Tempo : repede.*

TROACA

Regiunea : Craiova
 Raionul : Băileşti
 Comuna : Giubega
 Informator : V.Nicola
 Culese : V.Proca-R.Weiss

Presto (M.M. $\text{♩} = 200$)

Descrierea jocului

Jocul Troaca însumează prin conținut și formă toate caracterele jocului oltenesc. Dinamica lui, tehnica pașilor, ținuta jucătorilor se integrează în stilul specific oltenesc. Este unul din jocurile cele mai repezi și se joacă numai de către bărbați cu precădere la petreceri.

Jocul are trei părți dintre care prima parte se execută la început și la mijloc, adică se repetă după partea a doua.

Partea I-a

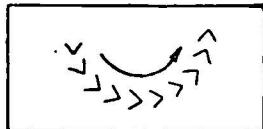
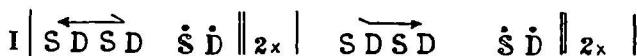


Fig. 1

Cuprinde 16 măsuri muzicale. Primele 8 măsuri se execută în deplasare pe linia cercului spre stânga, având corpul orientat jumătate la stânga (spre punctul 8). Fig. 1.



NOTAȚIA PĂRTII I-a



Formula ritmică a pașilor



Măsura I-a.

- Pătrimea 1-a
- Pătrimea 2-a

- Pas cu piciorul stîng.
- Pas cu piciorul drept.

Măsura II-a.

- Pătrimea 1-a
- Pătrimea 2-a

- Pas cu piciorul stîng.
- Pas cu piciorul drept.

Acești patru pași se execută ca o alergare în pași mărunți.

Măsura III-a.

Pas sărit pe piciorul stîng pe durată de doime, concomitent cu ridicarea piciorului drept îndoit înainte.

Măsura IV-a.

Pas sărit pe piciorul drept pe durată de doime, concomitent cu ridicarea piciorului stîng îndoit înainte.

Măsurile V-a, VI-a, VII-a, VIII-a.

Repetă mișcările din măsurile I-a–IV-a.

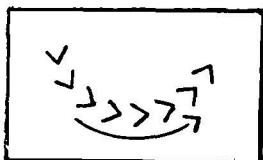
Măsurile IX—XVI.

Fig. 2

Se execută în deplasare pe linia cercului în sens invers acelor ceasornicului mergînd înapoi, cu corpul orientat spre punctul 8. (Fig. 2)

Măsura IX-a.

Pătrimea 1-a

Pătrimea 2-a

Pas înapoi cu piciorul stîng.

Pas înapoi cu piciorul drept.

Măsura X-a.

Pătrimea 1-a

Pătrimea 2-a

Pas înapoi cu piciorul stîng.

Pas înapoi cu piciorul drept.

Acești pași se execută ca o alergare în pași mărunți.

Măsura XI-a

Pas sărit înapoi cu piciorul stîng, pe durată de doime, concomitent cu ridicarea piciorului drept îndoit înapainte.

Pas sărit înapoi cu piciorul drept, pe durată de doime, concomitent cu ridicarea piciorului stîng îndoit înapainte.

Măsura XII-a.

Măsurile XIII-a, XIV-a XV-a, XVI-a. Repetă mișcările din măsurile IX-a, XII-a.

Partea II-a

Cuprinde 16 măsuri muzicale. Se compune din deplasări la dreapta avînd corpul orientat înapainte, spre centrul cercului (adică spre punctul 1).

NOTAȚIA PĂRȚII a II-a**Formula ritmică a pașilor***Măsura I-a*

Pătrimea 1-a

Pătrimea 2-a

Pas cu piciorul stîng încrucișat în față.
Pas lateral cu piciorul drept.

Repetă mișcările din măsura I-a.

Măsura II-a.

Măsura III-a.

Pas sărit încrucișat în față pe piciorul stîng, pe durată de doime, concomitent cu ducerea piciorului drept dinapoi înainte (prin lateral).

Măsura IV-a.

Pas sărit încrucișat în față pe piciorul drept, pe durată de doime, concomitent cu ducerea piciorului stîng dinapoi înainte (prin lateral), pentru a relua figura 2-a dela început.

Măsurile V-a—XVI-a.

Repetă mișările din măsurile I—IV după care revine partea I-a.

Partea III-a

Cuprinde șaisprezece măsuri muzicale. Se compune din pași pe valori de pătrimi care realizează un desen coregrafic în formă de cerc. Corpul este orientat spre centrul cercului (spre punctul 1).

NOTAȚIA PĂRȚII a III-a**Formula ritmică a pașilor***Măsura I-a.*

Pătrimea 1-a

Pătrimea 2-a

Măsurile II-a, III-a, IV-a.

Pas încrucișat în față cu piciorul stîng.

Pas mic lateral cu piciorul drept.

Se repetă mișările din măsura I-a.

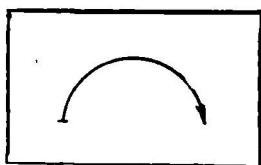


Fig. 3

Măsura V-a.

Pătrimea 1-a

În aceste patru măsuri se realizează un semicerc înainte (Fig. 3).

Pătrimea 2-a

Pas mic înapoi oblic stînga cu piciorul stîng.

Idem cu piciorul drept.

Măsura VI-a.

Pătrimea 1-a

Idem cu piciorul stîng.

Pătrimea 2-a

Idem cu piciorul drept.

Măsura VII-a.

Pătrimea 1-a

Pas mic înainte oblic stînga cu piciorul stîng.

Pătrimea 2-a

Idem cu piciorul drept.

Măsura VIII-a.

Pătrimea 1-a

Idem cu piciorul stîng.

Pătrimea 2-a

Idem cu piciorul drept.

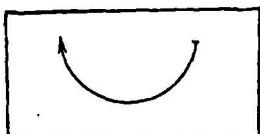
Măsurile V-a, VI-a, VII-a, VIII-a

Fig. 4

Măsurile IX—XVI

Realizează al doilea semicerc, cel spre spate (Fig. 4).

se repetă întreaga figură.

EXPLICAREA SEMNELOR PENTRU NOTAREA DANSURILOR FECIOREȘTI

Litera delta înseamnă în notația de față lovitură cu palma dreaptă pe piciorul drept.
Litera sigma înseamnă lovitură cu palma stîngă pe piciorul stîng.

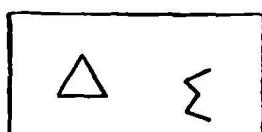


Fig. 162

Literele mari delta și sigma înseamnă că bătaia palmei pe picior are durată de pătrime (fig. 162).

Literele delta și sigma cu una din laturi dublate înseamnă că bătaia se face pe durată de doime (fig. 163).

Literele delta și sigma mici înseamnă că bătaia se face pe durată de optime. Acestea sunt cele mai obișnuite și mai frecvente bătăi (fig. 164).

Literele delta și sigma mici tăiate cu o linie oblică înseamnă că bătaia se face pe durată de șaisprezecime (fig. 165).

Litera delta cu un «s» mic aplicat dedesubt arată că palma dreaptă lovește piciorul stîng.

Litera sigma cu un «d» mic

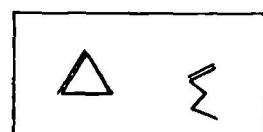


Fig. 163

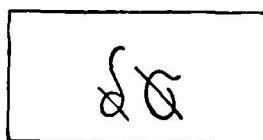


Fig. 164

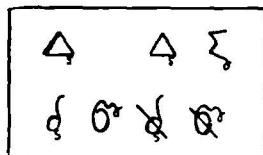


Fig. 165

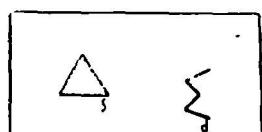


Fig. 166

aplicat dedesubt arată că palma stîngă lovește piciorul drept (fig. 166).

Literele anexe mici care arată că bătaia se face pe piciorul opus se aplică în acest fel la toate valorile de timp (fig. 167).

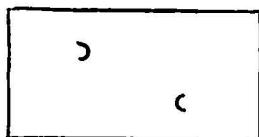


Fig. 168

Pocnirea degetelor mîinii drepte.

Pocnirea degetelor mîinii stîngi (fig. 168).

Pocnirea degetelor ambelor mîini deodată (fig. 169).

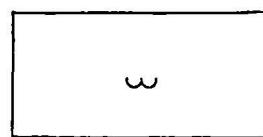


Fig. 169

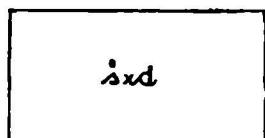


Fig. 170

Poziția inițială a corpului stînd (drepti). Indoirea laterală a corpului la stînga și la dreapta. Liniuțele mici se pun cînd este cazul pentru a indica unde este orientat capul (fig. 171).

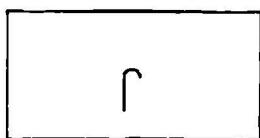


Fig. 172

Corpul aplecat înainte. Această poziție permite ca bătăile să se poată face pe toate segmentele picioarelor și chiar pe pămînt (fig.172).

Arcuirea trunchiului spre spate (fig. 173).

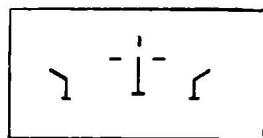


Fig. 171

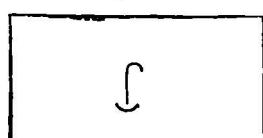


Fig. 173

Întrucît picioarele pot fi lovite în locuri diferite, segmentele picioarelor au fost numerotate în felul următor:

Coapsa cu nr. 1.

Gamba cu nr. 2.

Laba cu nr. 3.

Fiecare segment poate fi lovit pe partea anteroiară, pe partea posteroiară și pe părțile laterale la stînga și la dreapta sa. (Segmentele sunt considerate ca privite de sus de către executant, deci de ex: pentru piciorul drept, *stînga înseamnă partea dinăuntru, iar dreapta partea din afară, iar pentru piciorul stîng, invers*).

Numerele 1, 2, 3 care indică segmentele piciorului coapsa, gamba și laba e aplică lîngă literă în aşa fel ca să se distingă și partea pe care se face bătaia.

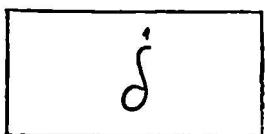


Fig. 174

Numărul așezat deasupra literei marchează partea din față. Exemplu :

Palma dreaptă lovește coapsa dreaptă pe partea din față (fig. 174).

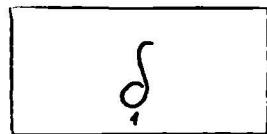


Fig. 175

Numărul așezat dedesubtul literei marchează spate. Palma dreaptă lovește coapsa dreaptă pe partea din spate fig. 175).



Fig. 176

Numărul aşezat la dreapta literei marchează dreapta piciorului.
Palma dreaptă loveşte coapsa dreaptă pe partea dreaptă (lateral externă) (fig. 176).



Fig. 177

Numărul aşezat la stînga literei marchează partea stîngă a piciorului.

Palma dreaptă loveşte coapsa dreaptă pe partea stîngă (dinăuntru) (fig. 177).



Fig. 178

Palma stîngă loveşte coapsa stîngă pe partea din faţă (fig. 178).



Fig. 179

Palma stîngă loveşte coapsa stîngă pe partea din spate (fig. 179).



Fig. 180

Palma stîngă loveşte coapsa stîngă pe partea dreaptă (dinăuntru) (fig. 180).



Fig. 181

Palma stîngă loveşte coapsa stîngă pe partea stîngă (lateral externă) (fig. 181).

După acelaşi principiu se vor nota şi loviturile aplicate pe celealte segmente, adică pe gamba şi pe labă, deasemenea şi loviturile aplicate pe piciorul opus.

Palma dreaptă loveşte laba stîngă pe partea dinăuntru prin îndoirea genunchiului stîng înapoi (fig. 182).



Fig. 182

Palma stîngă loveşte gamba dreaptă pe partea stîngă (dinăuntru) prin îndoirea genunchiului drept înainte (fig. 183).

Ambele palme lovesc în acelaşi timp labele pe partea lor dinăuntru în săritură cu îndoirea genunchilor în faţă (fig. 184).

Pentru mărimea unghiurilor pe care le execută membrele corpului în realizarea figurilor fecioareşti, nu am întrebuinţat semne speciale, deoarece ele diferă dela individ la individ, proporţional cu lungimea pîrghiilor, precum şi cu gradul de tehnicitate al jucătorilor.

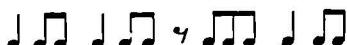
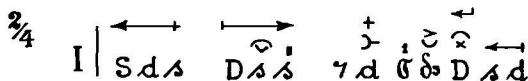
În continuare dăm o figură (pont) de dans fecioresc din comuna Viştea-Făgăraş în notaţia stenografică şi descriptivă.



Fig. 184

Figura se compune din două părţi: I. — plimbarea şi II. — pontul.

Plimbarea


Măsura I-a.

Corpul este orientat spre punctul 3. Pașii se deplasează spre punctul 7.

Optimea 1-a Pas înapoi cu piciorul stîng, pe durată de pătrime.

Optimea 2-a Pas înainte cu piciorul drept, pe durată de pătrime.

Optimea 3-a Pas înapoi cu piciorul drept.

Optimea 4-a Pas înapoi cu piciorul stîng.

Măsura II-a.

Corpul și pașii orientați spre punctul 3.

Optimea 1-a Pas înainte cu piciorul drept, pe durată de pătrime.

Optimea 2-a Bătaie ștearsă înainte cu tocul piciorului stîng.

Optimea 4-a Pas accentuat înainte cu piciorul stîng.

Măsura III-a.

Se execută pe loc avînd față spre punctul 1.

Optimea 1-a Pauză.

Optimea 2-a Pinten pe podea cu piciorul drept.

Optimea 3-a Palma stîngă lovește coapsa stîngă în față.

Optimea 4-a Palma dreaptă lovește laba dreaptă pe partea din afară prin îndoirea genunchiului drept înapoi.

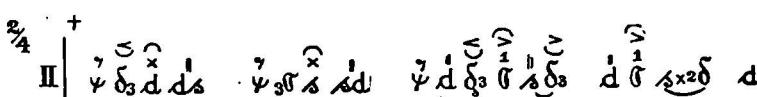
Măsura IV-a.

Optimea 1-a Pas încrucișat în față cu piciorul drept, pe durată de pătrime.

Optimea 3-a Pas înapoi (spre punctul 7) cu piciorul stîng concomitent cu orientarea corpului spre punctul 3.

Optimea 4-a Pas înapoi cu piciorul drept.

Pont


Măsura I-a.

Pontul se execută pe loc, avînd corpul orientat spre punctul 1.

Optimea 1-a Bătaia palmelor.

Optimea 2-a Palma dreaptă lovește laba dreaptă în afară, prin îndoirea genunchiului înapoi.

Optimea 3-a Pas încrucișat în față cu piciorul drept.

Optimea 4-a Bătaie cu ambele picioare.

<i>Măsura II-a.</i>	Optimea 1-a Bătaia palmelor. Optimea 2-a Palma stîngă lovește laba stîngă înafară, prin îndoirea genunchiului înapoi. Optimea 3-a Pas încrucișat în față cu piciorul stîng. Optimea 4-a Bătaie cu ambele picioare.
<i>Măsura III-a.</i>	Optimea 1-a Bătaia palmelor. Optimea 2-a Bătaia cu talpa piciorului drept, concomitent cu lovirea labei stîngi pe partea dinăuntru cu palma dreaptă prin îndoirea genunchiului înapoi (croisé). Optimea 3-a Palama stîngă lovește coapsa stîngă pe partea din față prin îndoirea genunchiului înainte. Optimea 4-a Pas accentuat pe loc cu piciorul stîng, concomitent cu lovirea labei drepte cu palma dreaptă în afară prin îndoirea genunchiului înapoi.
<i>Măsura IV-a.</i>	Optimea 1-a Pas accentuat pe loc cu piciorul drept ca o bătaie pentru săritură. Optimea 2-a Palma stîngă lovește coapsa stîngă pe partea din față prin îndoirea genunchiului înainte și sus. Optimea 3-a Pas pe loc cu piciorul stîng ca o cădere din săritură, concomitent cu ridicarea piciorului drept apoi stîngul întins înainte (foarfec), pînă la 90° și lovirea gambei drepte pe partea dinăuntru cu palma dreaptă. Optimea 4-a Căderea piciorului drept la poziția inițială și alăturarea stîngului (care nu se mai notează fiind obligată).

În continuare dăm un tabel al semnelor de notare a mișcărilor din dansurile feciorești.

О МЕТОДЕ НОТАЦИИ РУМЫНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Глава V этого очерка является последним разделом труда «Метод нотации румынских народных танцев».

В этой главе излагается сама система полной и скорой записи народных танцев. Система основывается на буквах и условных знаках, указывающих: сегменты тела, исполняющие движение, продолжительность, направление и характер движений.

Эта нотация, испытанная в течение нескольких лет хореографическим отделом Института Фольклора, оказалась полезной и удовлетворительной для научной работы.

METHOD OF NOTATION OF ROUMANIAN DANCES

This is the fifth and last chapter of the study on the method of notation of Roumanian folk dances. It contains a full analysis of the system used by the author to ensure a complete and speedy notation of folk-dances. The system is based upon letters and conventional symbols, indicating the segments of the body executing the movements, and their respective duration, direction and character.

This method of notation applied for over a number of years, by the choreographic department of the Roumanian Folklore Institute has proved valuable in satisfying the scientific requirements of its research activity.

MIȘCĂRILE DIN DANSURILE FECIOREȘTI

Mișcarea măinilor	Durata				Segment 1 Coapsa				Segment 2 Gamba				Segment 3 Talpa			
	$\frac{1}{2}$	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{8}$	$\frac{1}{16}$	Față	Spate	Dreapta	Stânga	Față	Spate	Dreapta	Stânga	Față	Spate	Dreapta	Stânga
Mîna dreaptă bate piciorul drept	△	△	δ	δ	δ	δ ₁	δ ₁	δ ₁	δ ₂	δ ₃	δ ₃	δ ₃				
Mîna dreaptă bate piciorul stîng	△ ₃	△ ₃	δ ₃	δ ₃	δ ₃	δ ₁	δ ₁	δ ₁	δ ₂	δ ₂	δ ₂	δ ₂	δ ₃	δ ₃	δ ₃	δ ₃
Mîna stîngă bate piciorul stîng	↖	↖	⌚	⌚	⌚	⌚ ₁	⌚ ₁	⌚ ₁	⌚ ₂	⌚ ₂	⌚ ₂	⌚ ₂	⌚ ₃	⌚ ₃	⌚ ₃	⌚ ₃
Mîna stîngă bate piciorul drept	↖ _d	↖ _d	⌚ ^d	⌚ ^d	⌚ ^d	⌚ ₁ ^d	⌚ ₁ ^d	⌚ ₁ ^d	⌚ ₂ ^d	⌚ ₂ ^d	⌚ ₂ ^d	⌚ ₂ ^d	⌚ ₃ ^d	⌚ ₃ ^d	⌚ ₃ ^d	⌚ ₃ ^d