

Applejack



Applejack Left

- 1 Draai de hak van RV & draai tenen van LV naar links
- & Draai de hak van RV & draai tenen van LV terug
- 2 Draai de tenen van RV & draai hak van LV naar rechts
- & Draai de tenen van RV & draai hak van LV terug

Volgorde :

1x rechts, 1x links, 2x rechts,
2x links, 1x rechts, 1x links

Applejack Right

- 1 Draai de tenen van RV & draai hak van LV naar rechts
- & Draai de tenen van RV & draai hak van LV terug
- 2 Draai de hak van RV & draai tenen van LV naar links
- & Draai de hak van RV & draai tenen van LV terug

Volgorde :

1x links, 1x rechts, 2x links,
2x rechts, 1x links, 1x rechts