

Sequenze ritmiche

Gruppo A

Sh																
Mani			◆	◆	◆		◆		◆		◆	◆	◆		◆	◆
Piedi																
MM																

Gruppo B

Sh																
Mani		◆				◆				◆				◆	◆	
Piedi	◆				◆				◆				◆			◆
MM																

Gruppo C

Sh	◆			◆	◆			◆	◆			◆		◆		◆
Mani						◆							◆		◆	
Piedi		◆								◆	◆					
MM																

Gruppo D

Sh		◆														◆
Mani						◆								◆		
Piedi													◆			◆
MM			◆	◆			◆	◆	◆	◆			◆	◆		