

Foundation é a combinação da abordagem mental, filosofias, atitude, ritmo, estilo e caráter combinados com o movimento.

Foundation não são movimentos, as pessoas pensam que "Sim eu tenho Foundation" e eles fazem um Sweep imendam um Swipes e fazem uma coisinha que vocês conhecem como Chair Freeze e dizem "Eu tenho Foundation", mas Foundation não é um movimento.

Foundation é a capacidade de compreender, fazendo ligação com a música expressar atitude e colocar um Flavor(sabor) sobre o movimento.

Se você não colocar o Flavor ao movimento então ele não é Foundation. Portanto Foundation para mim é a atitude e o movimento combinados, todo o pacote.

As pessoas pensam que Foundations são apenas movimentos. Foundation são verdadeiramente os primeiros movimentos que os Bboys fizeram na **década de 70'**.

Há movimentos que podem ser considerados como Foundations, mas nenhum movimento pode ser um Foundation a não ser que tenha estilo sobre ele, porque se você fizer um movimento sem estilo e sem Flavor, ele é apenas uma tentativa! E isso não Foundation.

Foundation é a combinação da atitude, a compreensão da musica e em seguida a colocação em cima do Top Rock, em cima dos seus movimentos e em cima de quem você é.

Isto é Foundation.

Autor: KEN SWIFT – Seven Gems