

春 合 宿 要 項

主 旨 1年間の練習した技術の復習と 高度な曲の習得に努める。
新歓期を控え その準備をし 下級生は上級生になる為の 心構えを持ち、上級生は これからの活動の中心となることを自覚する。

期 日 平成 5 年 2 月 11 日 (木) ~ 2 月 14 日 (日)

場 所 ハ王子青年の家 〒192 ハ王子市打越町1122
0426 (35) 0194

費 用 ￥ 6,000 当日 集めます。

集 合 京王線 北野駅 改札口 P.M 4:00

持ち物 コスチューム, ベルト, シューズ, 着替え, 保険証
費用, その他

役 員	実行委員長	木村 徹	
	副実行委員長	野地 仁美	
	生活委員長	竹本 尚弘	
	副生活委員長	山本 菜穂子	
	実技責任者	西場 鉄也	岡本 雅志
		小木曾 晶子	浦上 恭子
	会計	竹本 尚弘	
	記録	高橋 恵	
	救護	角 英衣子	
	雑務	井上 征爾	塩田 哲雄

最終連絡先

木村 徹 03 (3223) 5976
野地 仁美 03 (5950) 0580

時間が間に合わない場合
留守電に入れて下さい。

日程表

	11日	12日	13日	14日
7				
8		洗面 清掃 朝食	洗面 清掃 朝食	洗面 清掃 朝食
9				
10		実 技	実 技	実 技
11				
12		昼 食	昼 食	昼 食
1				
2				実 技
3		実 技	実 技	
4	入所			退所
5				
6	夕 食	夕 食	夕 食	
7				
8	実 技	Meeting	実 技	
9				
10	入浴 自由時間	入浴 自由時間	入浴 自由時間	
11				
12	就 寝	就 寝	就 寝	
1				

193

No.

春合宿 指導計画表

※()内は Time 単位:分

日時	曲名 or 基礎標メロ	地方	caller	前 caller
2/11 (木) 夜	7ルツターンと ブルガリアの復習			
	マケドニアの復習 (30)			
朝	Rekansko (90) ピポットターンの復習 (60)	Makedonija	西場	布施 A-R '84
2/12 (金) 昼	{ Šopski の練習 (60) Šopsko Horo #2 (90) ルーマニアの復習 (30) Romanian Medley #2 (90)	Šop - B Romania	小不曾 竹本 野地	布施 仙波 布施
朝	{ Hategane (♀) Šopska Râcenica (150) ホルカターンの復習 (30)	Transilvania - R Šop - B	西場・山本 浦上	布施・上田 上田
2/13 (土) 昼	Vidinska Sujita (120) レントラターンの復習 (30) Ludo Kopano (120)	sever - B Šop - B	浦上 小不曾 木村 岡本	布施 上田 布施
夜	Čučuk #1 (90)	Makedonija	西場	布施
朝	Kopacka (120) ツーストップターンの復習 (30) セルビア } の復習 (30) 7ロアチア }	Makedonija	岡本	布施
2/14	近新散デモの練習 3曲の復習			

For
Meeting Memo

1. Caller になったら ***

自分の Call 時の 2 週間くらい前に (原則的には) 自分でも予資料を探し、フッギアを確認しておく。その後 前 Caller さんにコンタクトとり、わからない所ときいたり、注意点を教えるもらったり、踊りのチェックをしていただく。そして、Call する週の踊り合わせまでには何度も曲で練習しておき、完璧にする。踊り合わせでは、Call 練習も兼ねているため必ず出席し、注意点なども皆に伝えること。

2. あなたが call してきて、気とつけてきたこと、目標としてきたことは何ですか? (上級生)

3. どういう call がわかりやすかったですか、又は記憶に残っていますか? (下級生)

4. どういう call を目指していきますか? 又はどんな caller になりたいですか?

レカンスコ

Rekansko

Makedonia

Rhythm: $1\frac{1}{16}$ と $\frac{7}{16}$ の混合拍子
 Source: '84 Atanas Kolarovski
 Position: mix wホルト

Fig - 1 (2回)

拍子 小節

- (11) a LODへ右足より4歩ステップ (♪♪♪♪ タンタンタン)
 右足ステップ チュクチュ (♪♪ タンタン)
 (11) b aをRLODへ逆足で繰り返す
 (11) c 右足を左足の横へハーフステップ～ステップ 左足を
 右足の前にステップ、右足にステップバック (タンタンタン)
 右足チュクチュ、左足を横にステップ 同時に右足を
 左足の前にかけるようにしてよせる (タンタン)
 (7) d 右足を左足の横へハーフステップ～ステップ 左足を右足の
 前にステップ 右足にステップバック (タンタンタン)
 (7) e 右足チュクチュ 左足やや後ろにステップ (タンタン) 右足を
 その横にステップ 左足LODにステップ (タン)

Fig - 2 (4回)

- (7) a LODへ右足より4歩ステップ (♪♪♪♪ タンタンタン)
 (7) b Fig - 1のdに同じ
 (7) c 左足を左へ小さくステップ 右足やや前方へステップ (タンタン)
 左足を前へタッチするようにステップ 右足にステップバック (タン)
 (7) d Fig - 1のeに同じ

Fig - 3 (2回)

- (7) a Fig - 2のaに同じ
 (11) b その場で右左右と3歩ステップするか、左は半歩前へ
 ステップ (♪♪♪ タンタン) 右足ホップ、左足やや後ろへ
 ステップ (♪♪ タン) 左足ホップ、右足やや後ろへ
 ステップ (♪♪ タンタン)
 (7) c RLODへ右足ホップ、左足左へステップ、右足その前にステップ

拍子 小節

更に左右とステップ (♪♪♪ ♪♪ ♩♪♪ ♩♪♪)

- (7) d Fig-1のeに同じ 但し以降曲が速くなるので
チュクチェはホップ気味になる

Fig - 4 (2回)

- (11) a LODへ右足より4歩ステップ (♪♪♪♪ ♩♪♪ ♩♪♪)
その場で右左右と3歩ステップ (♪♪♪ ♩♪♪)
- (11) b RLODへ逆足で繰り返す
- (11) c Fig-1のcに同じ
- (7) d Fig-1のdに同じ
- (7) e Fig-1のeと同様にステップ。但しチュクチェ ステップで
CCWに1回転する

Fig - 5 (1回) Traveling

- (7) a 基本的にFig-2のaに同じだが 最初の右左の
ステップに ア・ホップが入る。また次の3歩目と4歩目の
ステップはリープ気味に行う (♪♪♪♪ ♩♪♪ ♩♪♪)
- (7) b aに同じ
- (7) c Fig-2のbに同じ
- (7) d Fig-2のcに同じだが 左足のタッチ気味のステップは
きつんとステップする
- (7) e Fig-2のdに同じ

Fig - 6 (5回)

- (7) a Fig-5のaに同じ
- (7) b 右足ステップ。左足やや後ろにステップ。右足やや前に
ステップ。左足前にステップ。右足にステップバック
(♪♪♪ ♩♪ ♩♪♪ ♩♪♪)
- (7) c Fig-5のdに同じ
- (7) d Fig-1のeに同じ

Fig - 7 (2回)

拍子 小節

- (7) a Fig-5のaに同じ
- (11) b Fig-6のbに同じ (タタタ・タタタ) 右足チュクチュ
左足その場にステップ (♪タタタタ)
- (7) c 左足チュクチュ、右足その場にステップ (タタタタ)
左足とステップ この時同時に逆の足をよせるようにする (タタ)
- (7) d { 1回目 Fig-1のeに同じくLODへステップ
2回目 Cを逆足で繰り返す 最後は右足を
小さくあげる

— 注意点 —

- ※ ステップはかかとから入るヒールリードのステップで行う かたすぎず
またはおないように、ヒョコヒョコしないように行う
- ※ チュクチュは男性は大きく、女性は控え目に
- ※ Fig-4のeで回転する時、左手で隣の人を回してあげる
- ※ LODやRLODへ進む時、体はあまり進行方向を向かないようにする

Rekansko は $\frac{11}{16}$ と $\frac{7}{16}$ の混合拍子という他に類を見ない特殊な拍子であり、我々サクルで取り扱う曲の中でも拍子のとりくさはトップクラスである。しかし動き自体はマクドニアの基本的ステップばかりなのでそれほど難しくはないと思える。この曲を踊るにはまず拍子を頭にたたきこんでからにした方がよいだろう。またこの曲はあせほんの曲の中でも非常に大事な曲の一つであり誇りをもて踊ってほしい。

チヂク
CuČuk #1

Stopje Makedonia

Rhythm: $\frac{9}{16}$ 拍子 (1. 2. 3. 4)
Source: Atanas Kolarovski. IW-19 京都の講習会
Record: AK-003
Starting Position: 男性 T ポジション、女性 W ポジションのそれぞれライン
前奏: 3小節

Fig - 1

小節

- 1 左足チクチュ、右足は前に膝高く上げる (女性とは低く寧ろ小さくおさえて踊る) (ct. 1) 右左右とその場にステップ (cls. 2. 3. 4)
- 2 1 を逆足からくり返す
- 3-4 1-2 をくり返す
- 5 左足チクチュ、やや右方に向き (ct. 1) 右左右と LOD へステップ (cls. 2. 3. 4)
- 6 左足より更に LOD へ 4 歩ステップ (cls. 1. 2. 3. 4)
- 7~ 2-6 をくり返す

Fig - 2

- 1-3 Fig - 1 の小節 2-4 に同じ
- 4 左足チクチュ (ct. 1) 右足やや右にステップ (ct. 2) 左足をゆっくり前方にも、てくるような感じで上げる (cls. 3. 4)
- 5 左足の場 (男性は右足の横、女性は右足のやや前) にリープし右膝を上げる (ct. 1) 右足の場にリープと同時に左膝を上げる (ct. 2) ポーズ (cls. 3. 4)
- 6 1-5 をくり返す

Fig - 3

- 1-3 Fig - 1 の小節 2-4 に同じ
- 4 やや右方に向き、左足ホップし、右足は膝から曲げて左足の前に高くかけるようにあげる (7) 右左と LOD へステップ (クタン) もう一度くり返すが最後の瞬間がやや

小節

長くた3 (タタタ-)

- 5 右足を前にかけて左足ホップ (cf. 1) 右足その場にリープし左足を前に膝高く上げるが この時円心に向く (cf. 2) ポーズ (cf. 3, 4)

6- 1-5 をくり返す

※ Fig-3 の最後のくり返しは 1-3 で終わる

Fig-4 (~~女性は軽く連手をあらず~~)

- 1 右を向いて左足2回ホップ (タタタ) 右足右方へステップ (タ) 左足更に右方へステップ ホップ (タタタ) 右足右へステップ (タン)
- 2 更に左へ左足のステップ ホップ (タタタ) 右足右へステップ (タ) 左足右へステップ (タン) 円心に向きながら右足右へリープ (タ) 左足その後3へステップ (タン)
- 3 その場で力強く (女性は少しやわらかめに) 右足のステップ ホップ (タタタ) 左足その場にステップ (タ) 右足その場にステップ (タン) 左足その場にリープ (タ) 右足その場にステップ (タン)

4 3を逆足でくり返す

5 3をくり返す

6- 1-5をくり返す。ただし左足2回ホップでなしに左足のステップ ホップ (タタタ) からはいり。

行がよい
とくに
左足は
な

Fig-5 (男性のみ、連手を解き自由に振る)

- 1 右へ完全に向き 左足前進 ステップ (タン) ホップし 右足を前にフック (タ) 右足前にステップ (タ) ホップし 左足を前にフック (タン) 左足前へリープ (タ) 右足前へステップ (タン)
- 2 左足大きく前へリープ (タン) 右足ステップ 左足を3へステップ (タタ) 両足を深くしゃがむ (タン) 両足で立つ (タン)

- 3 両足アトキクムーブ+ CCWにジャンプターン(ターン)
ポーズ(ターン) 両足を深くしゃも(ターン) 両方で
立つ(ターン)
- 4 3をCWにまわる
- 5 3に同じ

Fig- 6 (男性のみ)

- 1-5 Fig- 4に同じだが、連手せず手を自由に振るから行う。

== 注意点 ==

- ※ リーダーの合図によりFigを替える
- ※ Fig-5, 6で自由に手を振るが、あくまでも自然な範囲での
ことであって、見苦しくならないよう、手と足が同じになり
しないよう注意。
- ※ Fig-5は2回続けることはあまりないようだが、以後
適当にFig-6をはさんでくり返せる
- ※ 女性はマクドニアのWホールドをくずさないように、常に
おさえと控えめに踊ること。ただし Fig-4は男性より
軽やかに。

Kopačka

Makedonija

Record: AK-008

Rhythm: 2/4 拍子

Position: ベルト・ホールドのライン

小節 Part - 1

1-18 LODへ右足から36歩ステップ (cts 1, 2, ..., 35, 36)

19-20 円心を向き右、左とバランス (cts 1-2, 3-4)

21-22 LODへ右足から4歩ステップ (cts 1, 2, 3, 4) ここから歌のほまりを歌え!23 円心を向きその場に右足ステップし左足を前に上げる (ct 1)
左足降ろす (ct 2)24-25 その場に左足ステップし右足を前に上げる (ct 1) 右足降ろす
(ct 2) さらに送足でくり返す (ct 3, 4)26 左へ左足ステップ (ct 1) 左足の前へ右足ステップ、この時上
体やや前傾 (ct 2) 前傾だ!

27 左へ左足ステップ (ct 1) 左足の後ろへ右足ステップ (ct 2)

28 小節 24 に同じ

29 やや後ろに右足ステップ (ct 1) 左足を前に上げる (ct 2)

30 円心へ向かって、左足大きくふみだし (ct 1) 右足を前にか
けるように上げる (ct 2) しぶいせ!

31-50 小節 21-30 を2回くり返す

51-52 LODへ右足から3歩ステップして円心を向き (ct 1, 2, 3)
左足閉じてステップ (ct 4) ほやくなると、心の準備だ!

Part - 2

Introduction

1-2 左足ホップし、右足小さく前方にキック (ct 1) 右足右へステップ
(ct 2) 左足閉じてステップ (ct 2) 小節1をくり返す (cts 3, 4)

Fig - 1

1-2 その場に 右、左、右とシザーズ (cts 1. と 2) 逆足でくり返す
(cts 3. と 4) シザーズといえは...

3 その場に 右足リープし、左足を左にタッチするぐらいに上げる
この時体は LOD を向く (ct 1) 右足ホップし 左足を前にかけるよ
うに上げる 体は円心を向く (ct 2)

4-5 Introduction を逆に行う

6 その場に 左足リープ (ct 1) 右足を前にブラッシュ (ct 2)

7-8 小節 1-2 に同じ

9-10 Introduction に同じ

Fig - 2

1-6 Fig-1 の小節 1-6 に同じ

7-8 Fig-1 の小節 7-8 の動きで 右斜前へ CW にカーブを描くよう
に進む

9-10 Fig-1 の小節 9-10 のステップで 後退する

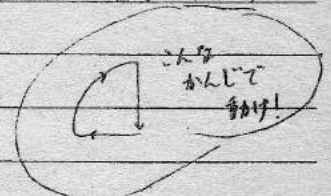


Fig - 3

1-3 Fig-2 の小節 1-3 に同じ

4 右足ホップし 左トニーを左へタッチ、体は LOD を向く (ct 1) 右
足ホップし 左トニーを後ろへタッチ、体は円心を向く (ct 2)

5 右足を残して 左足 後ろへステップ、体は右にひねる (ct 1) 逆
足でくり返す (ct 2)

6 Fig-2 の小節 6 に同じ

7 右、左、右と小さくシザーズして前進 (cts 1. と 2)

8 右足ホップし 左足を前にもってくる (ct 1) 右足の前に左足ス
テップ (ct 2)

9-10 Fig-2 の小節 9-10 に同じ

体をウニウニ
ひねるんだ

Fig - 4

1-2 両足閉じジャンプ (ct 1) ポーズ (cts 2-4)

3-10 Fig-3の小節3-10に同じ

かけ声
イッパ!

Fig - 5

1 Fig-4の小節1に同じ

2-5 Fig-4の小節3-6に同じ

6 右、左と小さくシザーズして前進 (cts 1. と) さらに右足をステップしながら、左足を前にブラッシュ (ct 2)

7 右足ホップし、左足を前からまわしてもってくる (ct 1) 後ろから左へ左足ブラッシュ (ct 2)

8 右足ホップ (ct 1) 後ろへ左足ステップ (ct 2)

9-10 Fig-4の小節9-10に同じ

3拍4カ
見せ場だ!!

Fig - 6

1-5 Fig-5の小節1-5に同じ

6 右、左、右と小さくシザーズして前進し左足を前に上げる (cts 1. と. 2)

7 右足ホップ (ct 1) 左足を後ろへブラッシュ (ct 2)

8-10 Fig-5の小節8-10に同じ

エンディングへ
向かう

各Figの回数はリーダーのチーフサインによるが、だいたい決まっている。

No.

DATE

KOPAČKA

Dimna Juda mamó grad gradila.

Part-1の歌詞だろう 1から x3

! da planina mamó na Vajna.

x2

Što je holje mamó pobivala.

x1

Sve ergeni mamó za gl'avene.

x2で Part-2になるが

Što je price mamó zapricala

歌詞はまん続、い、たいこの部分は?

Sve devojka mamó za mažene.

なぜだぜ

Derviško viško mome, derviško dušo

x6

左のようになっている

Rob ke ti bidam mome, rob ke ti bidam

x1

Rob ke ti bidam mome, vreme tri godinix

x2

x2

が、それぞれの間に

叫び声が...!

Somo da ti vidam mome, samo da ti vidam

x1

Somo da ti vidam mome, beloto liko

x2

x2

また、空耳PV-ものの

! da go vidis ludo, i da go vidis

x1

! da go vidis ludo, fajda si nema.

x2

x2

おもしろい部分が

かきされている!!

すごいぜコパチカ!

うん、Kopačkaだよ、たぶん。おもしろい曲だよ。動きにも特徴があるし、インパクトがある曲だと思うよ。あとは歌、て叫ぶようなれば本物だ。自分の世界に入っちゃえば君もコパチカマスターだ。け、してさめた目で「ほかじゃないの...」とつぶやいちゃいけないぜ。約束だ。

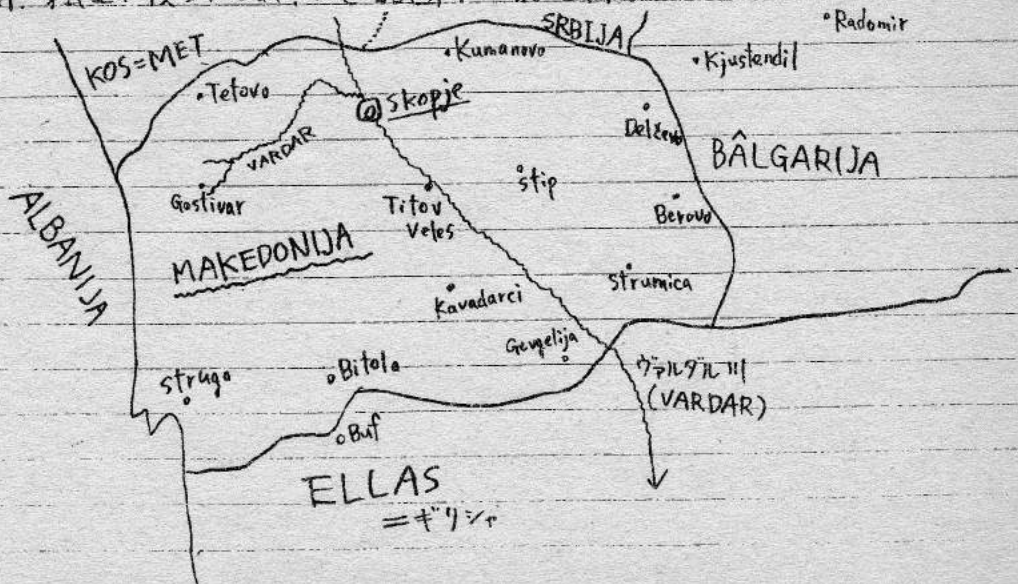
=MAKEDONIJA=

▶ 歴史的・地理的背景 ◀

古代マケドニアはアレキサンダー大王時代には、ギリシャ、エジプト、パルシヤを含む大帝國に発展し、ヘレニズムの世界を生んだ。
しかし、今日のマケドニアには、いにしへの盛時の面影は全くなく、バルカン3国にまたがる一後進国にすぎない。

マケドニアは、20世紀初頭までトルコの支配するところだったが、二度にあたるバルカン戦争(1912~13)の結果、セルビア、ギリシャ、ブルガリアの3国に分割された。旧ユーゴ領のマケドニア共和国(ヴァルダル・マケドニア)は全地域の40%を、ブルガリア領マケドニア(ピリン・マケドニア)は10%、ギリシャ領マケドニア(エーゲ・マケドニア)が50%を占める。

最近の動きとしては、チト政権崩壊後、旧ユーゴの連邦制がゆらぎはじめ、ベルリンの壁崩壊をきっかけに、連邦内各共和国の独立の動きが一気に加速した。クロアチア、スロベニアの独立宣言に続き、マケドニアでも91年に住民投票が行われ、98%の人々が独立を支持。同年9月18日に共和国議会は独立宣言を採択。また11月には完全独立を宣言した。しかし、南隣するギリシャにも北部からエーゲ海にかけて広大なマケドニアという地域があるため、独立に反対され、EC諸国の承認を得るには至っていない。



▶ 踊りの特徴 ◀

マケドニアの踊りと歌は国家建設の一翼を担っている。またブルガリア、ギリシャ、セルビア、トルコ等の近隣諸国の踊りと顕著な類似性をもっており、かなり大きな影響を及ぼした。

踊りは輪になってLOD向きで踊られる。多くの踊りは男女別に踊られ、男せが混合して踊るようなことは少ない。ところが近年になって男女別々のものでも混合して踊られるようになってきている。マケドニアでは老人の中にすばらしく熟達した踊り手をいば見受ける。マケドニアの踊りのスタイルは男せでかなりの差があり、男性は女性よりはるかに奔放である。各々、踊りは踊りという意味の“TANEC”という言葉からきた“TANCER”というリーダーによってリードされる。リーダーは一般の人々によって選ばれた最高の踊り手である。又、輪のもう一方の端には“KETZ”と呼ばれるもう一人のうまい踊り手がいる。リーダーが興奮して、独創的に踊ることもある。

マケドニアの踊りは、技巧的で力強い、感情を含めた動作や印象的な動作があり、独自の意味を持った多くの豊富なステップの連続である。これらはマケドニア人の日々の生活の平凡な出来事から由来している。

ブリーキ職人の踊りはブリーキ細工の職業的な動作を含み、また収穫の踊りや農夫の踊り、鉱山の様子を描写した踊り、羊飼いの愛と斗いを描写した踊り、そして全ての種類の毎日の生活を追求した踊りなどがある。

また宗教的感覚に似た動作で始まる踊りもある。例えばテシコト(Teshkoto)、ネベスチンスコ(Nevestinsko)等のように最初はほとんどリズムはないが、次第に爆発的な活力を捜し求めるように、リズミカルになってくる。そして最高潮になって射たかのごとく静止する。このようにマケドニアの踊りは気力の踊りであり、全身の踊りなのである。

▶ マケドニアの変則拍子 ◀

バルカン諸国の中でもマケドニアとブルガリアは、変則拍子の踊りが多い。マケドニアの変則拍子は、ブルガリアのそれと比べてリズム的にはほとんど同じであるが、踊りを見るとかなり違った感じを抱く。これは count のとり方の違いから生じるものであろう。ブルガリアの踊りはリズムとステップが直接結びついていて、on count で次々に踏み込んでいくような count のとり方をすることに対して、マケドニアの踊りはリズムとステップが直接結びついていない場合は少なく、1/2 のリズムの中でのいくつかの count が 1/2 のステップに結びつくという場合が多い。count も on count というよりはややずら（きみに）とることが多い。（ただ曲に遅れたり、早くなったりするのはない）したが、リズムの乗り方や間のとり方が難しい。

主なリズムの例

$\frac{2}{4}$ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ Maškoto

$\frac{2}{8}$ ♩ ♩ ♩ Lesnoto 系

最も基本的な拍子であり、このリズムの踊りは非常に多い。

$\frac{3}{8}$ ♩ ♩ ♩ Čučuk 系

マケドニア特有のリズムである。

$\frac{2}{16}$ ♩ ♩ ♩ Tropnalo Oro

♩ ♩ ♩ Baba Džurdža

マケドニアの連打踊り。

$\frac{1}{16}$ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ Osčepolsko Oro, Osogovka

Kalajdžisko

マケドニアの kopanica

$\frac{3}{16}$ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ Postupano

その他 $\frac{5}{8}$, $\frac{12}{16}$, $\frac{13}{16}$, $\frac{9}{16}$ などが多い。また $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$ 拍子も多いが、スピードの速いものが多く踊りにおは踊りにもほとんどおもしろみの増すリズムばかりである。

※ ちなみに $\frac{7}{8}$ 拍子のところには Lesnoto系 と書いてあるが、これはテンコト (Toskoto) と並んでマケドニアの踊りの中でも最も代表的な踊りであり、テンコトが "heavy" (重々しい) という意味をもつのにに対してレスノトは "light", "easy" (軽い、やさしい) という意味をもつ。古くからバルカン、中近東にみられるハサピコ (Hasapikos) の系統のストレートダンスでアラボト (Pravoto) ともいう。Pravoto は "direct" "straight" を意味する。

最も一般的なのは $\frac{7}{8}$ 拍子 (1 2 3, 1, 1, 1, 1, 1, 1) で男性 T, 女性 W or V ポジションで踊られ、音楽もジラシの演奏するズルナ (Zurna) とタパン (Tapan) にのせて踊られていたが、現在では歌が入ったきれいな曲も使うようになった。レスノト系の特徴的な曲はマケドンスコデボイチェ、マセドニアス・ツウのうちのレクナラダヒサズブル、ストーヤンの2曲、イバニツァ、フルバリェボウなどである。

▶ 楽器 ▶

ズルナ (Zurna)	a loud double-reed (笛)
ガイダ (Gajde)	バグパイプ
カヴァル (kaval)	小型の木管、Rハの様な音
タパン (Tapan)	両面太鼓

演奏されるときはたいてい Tapan と Gajde からなっているが、もしくは2つの Zurna と Tapan からなっている (しかし Zurna はしばしば75リネットによってかわられてはいる。また時々 Darahuka と呼ばれる小さな打楽器のみで演奏されることもある。

Ludo Kopano

500

"Ila Lesa"

Exhibition - style Kopanica

ベルトホールド

11/16 (1. 2. 3. 4. 5)

前奏4小節

小節

Fig - 1 Zaigraj

- 1 左斜前へ向き、右足で軽くホップ (ct 1) 左足左斜前
方へステップ (ct 2) 右足を前に鋭くかける、この時上
体やや前傾 (ct 3) 右斜前方へ、右 (ct 4) 左 (ct 5) とステップ
- 2 更に、右、左と右斜前方へステップ (cts 1, 2) 左足残
したまま、右足後ろへステップ (ct 3) 右足ホップ (ct 4)
左足後ろへステップ (ct 5)
- 3 左足ホップ (ct 1) 右足後ろへステップ (ct 2) 左足左斜
前方へステップ (ct 3) 左足ホップ (ct 4) 右足左斜前方へ
ステップ (ct 5)

Fig - 2 Čukni

- 1 右足ホップし、左足前へキック (ct 1) 左足その場にステップ
(ct 2) 右足スカップぎみにスタンプ (ct 3) 右足その場にリープ
左足を右足のふくらはぎの後ろによせる (ct 4) ホールド (ct 5)
- 2 後ろへ左足ステップ (ct 1) 左足ホップ (ct 2) 右足ステップ
(ct 3) 右足ホップ (ct 4) 左足ステップ (ct 5)
- 3 左足ホップ (ct 1) 前へ右、左とステップ (cts 2, 3) 左足ホッ
プ (ct 4) 右足ステップ (ct 5)

Fig - 3 Čukni Hlopní

- 1 足を開いてジャンプ (ct 1)
同様に閉じてジャンプ (ct 2)

- 開いてジャンプ (ct 3)
 閉じて (ct 4)
 開いて (ct 5)
 2 閉じて (ct 1)
 開いて (ct 2)
 閉じて (ct 3) ホールド (cts 4 5)
- 3 右足後ろへステップ (ct 1) 左足ステップバック (ct 2) 右足を前に鋭くかける、上体やや前傾 (ct 3) 右足後ろへステップ (ct 4) 左足ステップバック (ct 5)
- 4 右足前へステップ (ct 1) 左足ステップバック (ct 2) 左足軽くホップし、右足後ろへステップ (ct 3) 右足ホップ (ct 4) 左足後ろへステップ (ct 5)
- 5 左足ホップし、右足上からキック (ct 1) 右足その場にステップ (ct 2) 左足上からスタンプ (ct 3) 左足その場にステップ (ct 4) 右足上からスタンプ (ct 5)

Fig — 4 Skürski

- 1 その場に右、左とステップ (cts 1, 2) 右足その場にステップし、左膝曲げ、腰から下を右へ少しひねる (cts 3) 右足ホップ (ct 4) 左足その場にステップ (ct 5)
- 2-3 1をあと2回くり返す
- 4 前へ右、左とステップ (cts 1, 2) 右足前へ少しステップし、左足前へ回し (ct 3) 右足ホップ (ct 4) 左足伸ばして、ボールを前へタッチ、この時上体やや前傾 (ct 5)
- 5 ホールド (ct 1) 左ボールを左斜前、前とタッチ (cts 2, 3) 右足ホップ (ct 4) 左足後ろへステップ (ct 5)
- 6 左足ホップ (ct 1) 後ろへ右、左とステップ (cts 2, 3) 左足ホップ (ct 4) 右足前へステップ (ct 5)

Fig-4 をくり返す時は、右足ホップし、左膝を曲げて前に出す(ct 1)

Fig-5 Nabij--Plesni

- 1 左足左へステップ(ct 1) 右足その後ろへステップ(ct 2)
左足左へステップし、やや左を向き右膝あげる(ct 3) 左足ホップ(ct 4) 右足そのまま上からスタンプ(ct 5)
- 2 やや右を向き、右足その場にステップ(ct 1) 左足上からスタンプ(ct 2) 左足ステップし、やや左を向きながら右足を前へ伸ばしてあげ(ct 3) ホールド(ct 4) 右足おろしてスラップ(ct 5)

3-4 1-2 を逆足よりくり返す

Fig-6 Hvürli

- 1 左足左へステップ(ct 1) 右足その後ろへステップ(ct 2)
左足左へステップ(ct 3) 左足ホップ(ct 4) 右トニーを後ろへタッチ(ct 5)
 - 2 左足ホップ(ct 1) 右トニーを後ろへタッチ(ct 2) 右足の膝から下を前へ蹴るようにキック(ct 3) 右足その場にステップ(ct 4) 左足上からスタンプ(ct 5)
- 3-4 1-2 を逆足よりくり返す、ただし、小節3の(ct 1)は、右足ホップとなる

Fig-6 をくり返す時は、左足ホップ(ct 1)

Fig-7

- 1 右足やや後ろへステップ(ct 1) 左足ステップバック(ct 2)
右足を軽く前にかける(ct 3) 右足右横やや前へステップ(ct 4) ホールド(ct 5)

2 右足前へステップ(ct 1) 左足ステップバック(ct 2) 左足軽く
ホップし、右足後ろへステップ(ct 3) 右足ホップ(ct 4) 左足後
ろへステップ(ct 5)

3 左足ホップ(ct 1) 右足後ろへステップ(ct 2) 左足前へステッ
プ(ct 3) 左足ホップ(ct 4) 右足前へステップ(ct 5)
Fig-7をくり返す時は、右足ホップ(ct 1)

[構成]

Fig-1 から 7 を各 Fig 3回ずつ行い、次に
Fig-1 から 7 を各 Fig 1回ずつ行い、最後に
Fig-1, 2, 4 を行、て終わる

Ludo Kopano は難曲ぞろいの春合宿中でも 1, 2 を争うもので
ある。Rekansko が わせほん 独自の曲であるのに対して他大
でもメジャーな曲であり、'92年度 東地区 5つの主要パーティー
では採用率 100% であった。難しいがそれだけの達成感を
ともなう曲の 1つではないだろうか。

Vidinska Sjuita

Vidin - Sever - Balgarija

Rhythm : 2/4

Source : Ensemble 'DUNAV' - Vidinsko Balkanski Fes '83

Record : Folk Ants FA-608

前奏 : 8小節

1 Sira #2

隊形 : 肩の高さに 連手した mix ライン

(小節) Fig-1 (2回)

- 1 右足 右へ大きくステップ (ct.1) 左足 用いて ステップ (ct.2) くり返す (ct.2)
- 2 更に 右足 右へ ステップ (ct.1) 左足 その前へ 大きく交差して ステップ (ct.2)
この時 連手は 振り下ろす。
- 3-4 1-2 をくり返す。
- 5 右足 右へ大きくステップ (ct.1) 左足 用いて ステップ (ct.2)
右足 右へ大きく ステップホップ (ct.2)
- 6 左足 右足 前に 大きく交差して ステップ 連手は ぶりあろろ (ct.1)
右足 に ステップ バックホップ (ct.2) 連手は 前へ ぶる。
- 7 左足 その場 ステップ (ct.1) 右足 その前へ 交差 ステップ (ct.2) 左足 に ステップ
バックホップ (ct.2) 連手は 1で 後ろ 2で 前へ ぶる。
- 8 7 を 逆足 より くり返す。
- 9-10 7-8 を くり返す。
- 11-20 1-10 を 逆足 より くり返す。

Fig-2 (男性 2回, 女性 4回)

- 1 右足 その場に トで ステップ (ct.1) 左足 その前へ ステップ (ct.1)
右足 右へ トで ステップ (ct.2) 左足 その後ろへ ステップ (ct.2)
右足 その場に トで ステップ (ct.2)
- 2-3 1 を あと 2回 くり返す
- 4 Fig-1 の 6 に 同じ
- 5-8 Fig-1 の 7-10 と 同じ
- 9-16 1-8 を 逆足 で くり返す

2回で男女別れる。

女性は 3回めをくり返す。

4回めでは、フルに 8回 くり返す。

男性は 前 女性は 後ろ。

Fig-3 (男性のみ 前に出て「ホールド」2回)

- 1~2 Fig-1の1~2に同じ
- 3~4 Fig-1の5~6に同じだが深くクワンする
- 5~8 Fig-1の7~10に同じだが深くクワンする
- 9~16 1~8を逆足でくり返す

(Vidinska sjuitaより) Sever-Balgarija

2. Žensko Vidinsko Horo ♡

(Vidin地方の女性の踊り)

隊形：ベルトホールド (すばやく組む)

小図 Fig-1

- 1 体を左前方へ傾け、左足のそばに右足でスタンプ2回
- 2 右足その場にステップ(ct1) ホップと同時に左脚を前に上げる(ct2)
- 3 左-右とその場でシザース
- 4 右足2回ホップ、左脚は前にそのまま上げている
- 5~6 3~4を繰り返す
- 7 左足前方にヒールタッチ(ct1) 左足その位置にステップ(ct2)
- 8 7を逆足で行なう

Fig-2

- 1 その場で左足ステップ(ct1) 右足そばにスタンプ(ct2)
- 2 1を逆足で行なう
- 3~4 その場に小さく左右左と踏む この時上体全身も左右左と揺らす(cts1, 2, 3-4)
- 5~7 右足より正面へ6歩小さくランニングステップで前進(ct1~6) 1歩ずつ体重移動をするように体を右-左…と揺らしながら進むように この時ベルトホールドを縮めていく
- 8 右足を揃えながらバウンス(ct1) ホールド(ct2)

<žensko Vidinsko Horo>

小田 Fig-3

- 1 左足を右足前に交差してステップ(ct1)*右足その場ステップ(ct2)
- 2 左足もとの位置に戻してステップ(ct1)*右足その場ステップ(ct2)
*...このステップは足を地面から完全に離してしまわないようにすること
- 3 1を繰り返す
- 4 左足を右足に揃えながらバウンス(ct1) ホールド(ct2)
- 5~8 1~4を逆足で行なう

Fig-4

- 1~4 右足より8歩ランニングステップで後退(cts1~8) このとき縮めていたベルトホールドをひろげていく
- 5~6 右足前に上げて左足ホップ4回(cts1~4)
- 7~8 右足ステップ(ct1) 左足前に上げて右足ホップ2回(cts2, 3) 左足その場でステップ(ct4)

Fig-5

- 1~8 Fig-1と同じ

Fig-6

- 1~2 左右左と後退する(cts1~3) 左足ホップし、右足前に上げる(ct4)
- 3 右足ステップ(ct1) 右足ホップし、左足前に上げる(ct2)
- 4 3を逆足で行なうが、上げた右足はヒールを内-外と向けるようにして膝から下を動かす(cts1, 2)
- 5 右足ヒールを左足前へタッチ(ct1) 右足そこへ体重をおいたステップ(ct2)

- 6 左足ステップバック (ct1) 右足右にステップ (ct2)
 7 左足その前へ交差ステップ (ct1) 右足ステップバック (ct2)
 8 左足左にリープしつつステップを踏む (ct1) 右足そのそばにスタンプ (ct2)

Fig-7

- 1~2 右足横へステップ、左足後ろへステップ、右足横へステップ、左足前へステップ、と右方へ側進 (ct1~4)
 3~6 1~2をあと2回繰り返す
 7~8 左足ホップと同時に体を左にひねり、右足を膝曲げて前に引き上げる (ct1) その場で右左右とステップ (cts2, 3, 4)
 9~16 1~8を逆方向へ逆足で行なう

Fig-8

- 1~2 右足よりヒールステップ、ヒールステップと前進
 3~4 右左右左と4歩後退
 5~8 Fig-3の5~8に同じ
 9~16 1~8を逆足より繰り返す

Fig-9

- 1~8 Fig-8の1~8に同じだが、3~4は後退せずベルト
ホールドを締めながら前進する
 9~12 Fig-3の5~8に同じ
 13~16 Fig-3の1~4に同じ
 17 左足を前に残しながら、右足（軽くボールで）ステップバック
 18 17を逆足で
 19~20 右左右左とステップしながらちょっと後進
 21~22 19~20に同じだが、最後は左足ステップせずにリーフスタンプ

ホールドを
 広げよう

Másko Vidinsko Horo

Starting Position: Lesa Za Pojas

ドンドンという音のあとに始まる。

。ずい、と
前足を上げて
進む

小節 Fig. 1

- 1 右足より正面へヒールリードのツーステップで進む (cts.1.&.2)
- 2 左足より繰返す
- 3 右足右ヘステップ (ct.1) 左足その後ろ (ct.&) 右足右ヘステップ (ct.2)
- 4 両足ジャンプ (ct.1) 左足ホップし、右足前へ上げる (ct.2)
- 5 右足ステップ (ct.1) ホップし、左足左前へ上げる (ct.2)
- 6 左ヘシャッセの様に、ステップ、クローズ、ステップで側進 (cts.1.&.2) あ・シャッセ
- 7 両足ジャンプ (ct.1) 右足ホップし、左足前へ上げる (ct.2)
- 8 小節7を逆足で、右足をかわすように。(→2度目につなげるため。)
- 9-16 小節1~8を繰返す → 2回目の時はふつうにつなげる。

Fig. 2

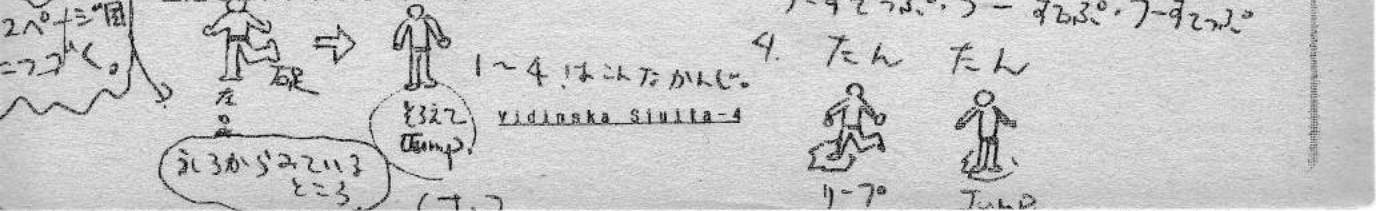
- 1 右足右 (ct.1) 左足その前 (ct.&) 右足右 (ct.2) 左足その後ろ (ct.&) と右方へ
グレイプバイン側進。よこまえよういさ を ×2. と あはえろとやりやすい。
- 2 小節1を繰返す 右 左 右 左
- 3 左足ホップ (ct.1) 右足そばにスタンプ (ct.&) 右足その場にリープ (ct.2) 左足そば
にスタンプ (ct.&) ほっふ。すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。
- 4 両足開いてジャンプ (ct.1) 閉じる様にジャンプ (ct.2) 1は° — <° —
ふふ Ⅲ
- 5-8 小節1~4を逆に繰返す

Fig. 3

- 1-2 Fig. 2の小節3~4に同じ ほっふ。すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。1は° — <° —
- 3 小節1に同じ ほっふ。すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。 } → たった。こんなかんじ。
- 4 スクアット (ct.1) 立つ (ct.2) ①すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。
- 5 小節1に同じ ほっふ。すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。
- 6 左足その場にリープし、右足右斜め前に上げる (ct.1) 閉じる (ct.2)。左足をカットして、みに
- 7 小節1に同じ ほっふ。すたんぷ。すたんぷ。すたんぷ。 ②すたんぷ。すたんぷ。カットして、...
- 8 左、右、左とシザーズ (cts.1.&.2)

Fig. 4

- 1-3 右足より正面へ3回のツーステップで前進
- 4 左足その場にリープし、右足斜め後ろへ上げる (ct.1) 両足揃えてジャンプ (ct.2)
- 5 右足前方にキックしながら、左足後方ヘステップ (ct.1) 右足そばにリープ (ct.2)
- 左足そばにスタンプ (ct.&)



- Fig. 5

- Fig. 6

- Fig. 7

- 1-2 左,右,左,右と逆足前に伸ばしながら正面ヘリブで進む (cts.1,2,3,4) 右足のそばに左足スタンプ (ct.8) 。びっくり足あげ3回。カニカンワンススミでーだろー。
- 3-4 Fig. 6の小節5~6に同じ
- 5 左,右,左とシザーズを踏む
- 6-7 Fig. 6の小節4, 7と同じ
- 8 左足その場にステップ (ct.1) 右足その後ろにステップ (ct.8) 左足前に戻してステップし, 右足前にまわす (ct.2)

Fig. 8

- 1 右足を左足の前へステップ (ct.1) 左足に戻してステップ (ct.&) 右足右へステップ (ct.2) 左足左に戻してステップ (ct.&)

W/ J W U
[1] 4

2 小節1の cts.1,&,2 まで行う 最後のステップはアクセントをつけて、左足を前へまわす
様に上げる

3-4 小節1～2を逆足より繰返す

5-7 小節1の cts.1,&,2 まで行う (cts.1,&,2) 逆足より繰返す (cts.&,3,&) さらに繰返す
が、最後の ct.& はホールド (cts.4,&,5,&,6)

8 右足前で両足ジャンプ (ct.1) 足を変えて左足前で両足ジャンプ 右膝を床についても可
(ct.2)

17 Jump Jump 2"
17 "ウ = 12 21 43。
今回 17 17 "ウ =
(2 下 11)

Š o p s k o H o r o # 2

šop-Balgarija

Rhythm: 2/4

隊形: Na Lesa (ベルトホールド)

前奏: 8小節

S = ステップ, St = スタンプ, H = ホップ, K = キック,
J = ジャンプ, Sl = スラップ, L = リーブ, D = ダウン,
P = ポーズとする。

Introduction

ショップスキー × 4

小節 Fig-1

1 ~ 4 ショップスキー × 4

- 5 右足右に S (ct1) 左足後ろに S (ct2)
- 6 右足右に S (ct1) 右足 H と同時に左足軽く K (ct2)
- 7 左足前に S (ct1) 左足 H と同時に右足軽く K (ct2)
- 8 体を右にひねりながら右足 S (ct1) 左足そばに St (ct2)
- 9 左足後退 S 右足を前に残し体を少し右にひねる (ct1)
右足同様に後退 S (ct2)
- 10 両足揃えて J (ct1) 左足 H 右足シャープに上げる (ct2)

Fig-2

1 ~ 4 ショップスキー × 4

5 ~ 8 Fig-1 の 5 ~ 8 に同じ

9 8 を逆足で行なう

10~11 Fig-1の9~10に同じ

Fig-3

- 1~4 ショップスキー×4
- 5 Fig-1の5に同じ
- 6~7 Fig-1の6~7に同じ
- 8~9 Fig-1の6~7に同じ
- 10~12 Fig-1の8~10に同じ

Fig-4

- 1~4 ショップスキー×4
- 5 Fig-1の5に同じ
- 6 Fig-1の6に同じ (この時ホールドを縮める)
- 7 Fig-1の7に同じ
- 8 Fig-1の6に同じ
- 9~10 左足S (ct1) 右足前へ膝を伸ばしてあげ、左足H×3
(cls2, 3, 4) 左を向く
- 11~12 右足を左斜め前S 1×2、この時左足はH×2
- 13~14 左向きのまま右足S 左足S 1 (cls1, 2) 左足S 右足S 1
(cls3, 4)
- 15~20 9~14を逆足で逆向きに行なう
- 21 円心を向き左足S (ct1) 右足そばにSt
- 21~24 6歩Runningで後退(cls1, 2, 3, 4, 5, 6,) この時、
縮めていたホールドを徐々にといていく

Fig-5

- 1~4 ショップスキー×4
- 5~8 Fig-3の5~8に同じ

小強

- 9 左足前に強くS 右足後ろにシャープに上げる (ct1)
右足 S-Back (ct2) 「イッハ」
10 9を繰り返す 「イッハ」
11~12 左足前にS (ct1) 左足Hし、右足を前に上げる (ct2)
右足Lし、左足を前に上げる (ct3) 左足前にS1 (ct4)
13~14 Fig-1の9~10に同じ ↑「ヘーイホッパ！」

Fig-6

- 1~4 ショップスキー×4
5 右足を左足の前にシャープにL、右に向くように体を
ひねる (ct1) 左足を右足の前にS (ct2)
6 5を繰り返す
7 右足をその場でL (ct1) 左足前にS1 (ct2)
8 Fig-1の9のように後退
9~11 左足からショップスキー×3だが3回目のct2で
シャープに右足を上げ体を左に傾ける
12 右足を左足のそばやや後ろにS (ct1) 左足戻してS (ct2)
13 左足のH (ct1) 右足S1 (ct2)
14~16 その場で(S, S1)×3を交互に行なう (cts1, 2, 3, 4, 5, 6)
17~18 S1した場所に左足S (cts1, 2) 左足Hと同時に右足を
後ろへ回す (ct3) 右足S (ct4)
19 左-右とS
20 左足からショップスキー×1

Fig-7

- 1~2 右足からLODへRunning Two S (ct1, 2, 3, 4)
3 円心に向き左足を残しながら右足S, Hして進む
4 左足からS, HしながらLODへ進む

- 5 左足Hし右足を前から右、後へと回し(ct1)、左足の後ろへS、円心向きとなる(ct2)
- 6~8 円心に左足からの{S、K}×3で前進
- 9 右足S(ct1) 左足を後ろから前へ軽く回すようにもってくる(ct2)
- 10 その場で左右左と3歩踏む(ct1, 2)
- 11 9を繰り返す
- 12 右膝を床につくようにJ-D(ct1) P(ct2)
- 13~14 そのまま肩を右左右と後ろに引くようにして振る このとき、「イッハッハ！」とかけ声を、(cts1, 2, 3) P(ct4)
- 15 立ち上がって右足S(ct1) その側に左足St(ct2)
- 16 Fig-1の9~10を逆に行なう

F I g - 8

- 1~10 ショップスキー×10
- 11 Fig-6の5と同じ
- 12 右足L(ct1) 左足S1(ct2)
- 13 左足その位置にS(ct1)Hし、右足を前から後ろへ大きくまわす(ct2)
- 14 右膝をつき、J-D-P

《構成》

【Fig-1, 2, 3, 4, 5】×2→Fig-6→【Fig-7】×2→Fig-8

◎上半身は背筋をピンとして、脚は高いモモ上げと機敏な動きでスマートに踊ろう！

Sopska Râzenica

Sop - Bulgaria

Rhythm : 7/16 Râzenica おおお 7:4=7-2
4スビニカ:カ

隊形 : Na LeBa (バレルホルト)

拍奏 : 8小節

この曲は 紹介されている 2つの Sopska Râzenica に

Sopska E simble に 3拍 ステップを加え 踊り方などに 7拍に 1拍のもの (180年 5拍)

節)

Fig - 1 (2往復)

- 1 RLOD E 向き 左足ホップ 右左ヒステップしながら LODへ進む
→ 右足は左足に添えちまうに
- 2 1をくり返す
- 3-4 LODを向き 右から ラツニニ ステップ 2回で LODへ進む
↳ 振動も時等に (おおお おおお カタターン カタターン)
- 5 右足 ステップ ホップと同時に 左足 前カヘキツ
- 6-10 1-5を 逆方向へ 逆足よりくり返す
→ やわらかく 上体が前傾しないように
- 11-20 1-10を くり返す

Fig - 2 (2回) バサバ

- 1-3 Fig 1の 1-3に同じ (ラツニニ ステップ 1回)
- 4 正面を向き 右左右と 左にバサバを踏む
- 5 左右左ニ 右にバサバを踏む
- 6 右足ホップ 左足を軽く回しながら ステップ 右足ステップ
- 7 左足 後ろへステップ 右左も左足のそばにステップ 左足前へステップ (前傾)
- 8 両足をそろえて ステップ 左足ホップと同時に 右足フーズ
→ 1は 軽く
- 9 右足 やや 前方に ステップ この時 左は 床から 離さず 左足の端に
ステップ この時 右足を 左足のそばに 寄せる 右足の端に ステップと同時に
左足の端を 高くあげる
おおお
1-2 7:4=7-2
7拍 2拍
- 10 9を 逆足より くり返す
- 11-20 1-10を くり返す
全体的に やわらかく

Fig-3 (2回) ねこの歩き

- 1-4 Fig 1の1-4と同じ
- 5 正面を向き、右足ステップ、ホップと同時に左足前方にキック
- 6 右足ホップ、左足左方へステップ、右足前方に置くステップ
- 7 右足ホップ、左足左方へステップ、右足後方にステップ
- 8 Fig 2の8と同じ
- 9-10 正面に向かって右足からラッパネリツェステップ 2回、お尻を2mぐらい前進
- 11-20 1-10をくり返す

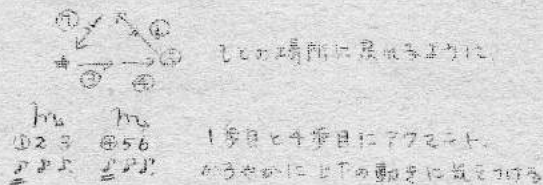


Fig-4 (2回) リフトベント

- 1-5 Fig 3の1-5と同じ
- 6 左足を左方に低めにリフト、右足を左足の前方にベント
- 7 6をくり返す
- 8 右足をホップ、左足を右足のそばにステップ、この時右足は床から離さず、右足のひざを高く上げて、アフレートをつける
- 9 右足やや前方にステップ、この時左足は床から離さず、左足より端にステップと同時に右足のひざを高く上げる、右足を左足のそばにステップ
- 10 9を逆足でくり返す
- 11-20 1-10をくり返す

Fig-5 (2回) キックキック

- 1-7 Fig 3の1-7と同じ
- 8 両足をそろえてステップ (1歩) 左足やや左方にキック (1歩)
- 9 右足やや左方にキック (1歩) 右足ステップ (1歩)
- 10 左足やや右方にキック (1歩) 左足ステップ (1歩)
- 11-20 1-10をくり返す

Fig-6 (3回) 膝ふり。

- 1~7 Fig 3の 1~7に同じ
 8 両足そろえてジャンプ (1歩) 右足小さく前方にキック (1歩)
 9 両足そろえてかかとを右左右とひねる。
 10 9を逆足よりくり返す。
 11 右足やや左方にキック (1歩) 右足その場にステップ (1歩)
 12 両足を開いてジャンプ (1歩) 閉じてジャンプ (1歩)
 12~36 1~12を2回。

右キハーク

Fig-7 (2回) 源氏パイ。

- 1~5 Fig 3の 1~5に同じ
 6~7 Fig 4の 6~7に同じ 但しこの時 両端の人は弧の端を丸め込むように内側に向かって進む。
 8~10 左足からステップ ホップ 3回で元の隊形に戻る。

Fig-8 (エンディング)

- 1~8 Fig 3の 1~8に同じ。
 9 右足を右方へ低めにステップ (1歩) 前方にひざを高くあげる (1歩)
 この時 左足には ホップを2回入れる (1歩) 右足を左足の前方にステップ
 この時 左足のひざは 前方に高くあげる (1歩)
 10 9を 逆足よりくり返す。
 11~12 9~10をくり返すが、最後の左足ステップ (1歩) と同時に右足のひざを曲けて
 やや左方へひねるように 左足の前にひきつける。
 13 右から リーフ 2回で小さく後退するが、この時、もう一方の足は、ひざを
 やや右左とひねりながらひきつける。
 14~16 13を3回くり返す。(リーフは計8回)
 17~22 9~4をくり返す。
 23 右足 左足と、大きく前方へステップ
 24 右足を左足にひき寄せながら後方へ回す (1歩) 上体をあおしたまま
 右足のひざをついて ダウン (1歩) 足先は、甲を部分を床につける。

Bălgarija



- | | |
|--------------------------------|-------------------|
| ① Sever - Zapad
(Northwest) | ⑤ Trakija - Zapad |
| ② Sever
(North Bălgarija) | ⑥ Trakija - Istok |
| ③ Dobrudža | ⑦ Pirin |
| | ⑧ Rodopi |
| | ⑨ Strandža |
| ④ Šop | |

ブルガリアの歴史と踊り

ブルガリアは、征服者たちが、ほぼ全面的に自分らしさを失い、被征服民の言語や文化に同化してしまった、数少ないヨーロッパの国の一つである。バルカンのこの地方は、元来、スラヴ族によって占められていたが、ギリシアの一領となり、後、ローマ帝国に帰順した。その名が、この国の呼び名になった。ブルガール人は、比較的新参者であった。彼らは、北東アジアに起源あるフィン=ウグリック族から派生した遊牧民であった。初め、家畜の餌となる牧草地を求めてヴォルガ流域に定着したが、やがてドン流域に移住し、最後は7世紀頃に、黒海周辺の肥沃な地帯を制覇していた他の強大なトルコ族に追われてドニエプの南側に定住した。

ブルガール人は、最終的にこの地からスラヴ諸侯を追い出したが、旧来のスラヴ祭儀には、あまり手を加えなかった。というのは、それらが自分たちの文化と同質なものであり、にはがりでなく、この東方民族の侵入と定着がごく徐々に進んだので、異族結婚と共働を通じて、この新参者たちは少しずつ初期スラヴの慣習や言語を吸収し同化していったためである。ギリシア正教会による、ブルガリア諸侯と領民のキリスト教改宗も、これら祭儀を大いに変えるには到らなかった。この時期には全くスラヴ化していたブルガール人の全面的な帰順に先立つ、1453年コンスタンチノープルの滅亡は、君主・教会・人民をして、オスマントルコの残虐な暴政から、自分とその古い祭儀を守るための結束をもたらし、この企ては、イスラム教徒がさらに残虐と重ねることにより強化した。しかし、ブルガール諸侯の幾人かは、ボスニア人と同様、征服者たちの宗教、慣習、ファッションを取り入れることで、自分とその女たちを保護したのである。この事実とトルコ諸侯の支配が、地域によっては部族の古い祭儀やホロを抹殺し、歪曲させた。

しかし、より遠隔の山岳地帯は侵略者の影響がなかった。ここでは現存する舞踊と祭儀は、ユーゴスラヴィアやロシア南東部のそれとほとんど同じである。踊りたちは組み合せてホロかチェーンになる。(?) また踊りがなされる土地により、ホップ、ステップ、シェークという3種の異なるスタイルができた。ホロはスラヴの基本ステップのヴァリエーションから成っている。ブルガリアでは5/16拍子の

ヴァリエーションとして踊られているユーゴの「パイトゥシカ」はその典型である。最も普遍的な踊りは「ラツェニツァ」でこれはルーマニアやユーゴでも踊られている。これはカップルダンスで女ばかりやがて、男性による華麗なステップの誇示を含むコミューナルダンスに発展することが多い。ウクライナの「ゴパツ」のように、男たちは、自己の力を女たちに示威するが、同時に彼らは、女たちの体をも試しているのがある。というのは、女たちは、小さくパド・バスタ、またはポップ、または爪先で交互にロックしながら巧妙なランニングで、パートナーに遅れず、調子を合わせる事を求められるからである。

しかし、トルコによる長い抑圧のせいか、ブルガリアの踊り手は、他のスラヴ族に見られるような陽気さを持っていない。多くの場合、厳粛に、氣を張って踊っているかのようにみえるが、それは身体をつねにしゃんとおぼし、弛緩させることは稀だからである。踊りのリズムは一般に複雑である。



ブルガリアと地方

ブルガリアは、北ドナウ川をはさんでルーマニアに、西と南はけわしい山岳をへだててユーゴスラビア、ギリシャ、トルコの3国、そして東は黒海に面して、ほぼ四角い形の国である。位置的にヨーロッパとアジアの接点であるため、古くから両地域の文化の影響を強く受けている。

ブルガリアのフォークダンスは、ホロとラツェニッツァである。ブルガリアの人々は、昔から、喜びにつけ悲しみにつけ、まさに生活の一部としてホロやラツェニッツァを踊り続けてきた。そしてこれらは社会主義国家になって、よりいっそう民族の伝統文化として価値づけられ、広く国民に愛好されている。

ブルガリアを民族地理的に大別すると、次の4つの地方に分けられる。

① Šop (ショップ) … 首都 ソフィアを中心とした ソフィア (ショップ) 地方

《特徴》 踊りが技巧的で都会的な感じ
 やや上体を前傾して足先を非常に速く動かす、まるで宙に舞っているかのような感じ
 と私としては“ちうちやめ”か“鹿”のようなイメージ

《我がサークルで扱っている曲》

Bistrica Kopanica	, Šopsko Horo
Ludo Kopano	, Šopska Râčenica
Starčeska Râčenica	, Graovsko Horo
Radmirsko Horo	, Gjusevska Râčenica
Razvrâštanata ^{※1}	, Jove Male Mome
Cetverno Šopsko	, Ripna Maca
Graovsko i Šopsko	, Kjustendilska Râčenica
Sitno Žensko Horo	, Petrunkino

※ 同じソフィア地方でも南部のビトシャ山系、ロドピ山系 (Minka^②)
 ビロリン山系 (Karamfil, Bidač) の村々ではそれぞれ独特なホロが踊られる。

→ Makedonija に近く、影響を受けている

② Trakija (トラキア) …… 国の東南部の平野地帯 トラキア地方
《特徴》 大きくて

上体は胸を張ってまっすぐに立て、
膝をやや曲げて、むしろ足裏を地
面に密着させて踊るようにみえる
 $2/4$, $5/8$, $7/16$, $9/16$ 拍子など、複雑
なリズムのものが多い。

《我がサ-クルで扱っている曲》

Tragnala Rumjana , Bučimiš #1
Krivo Sadvsko Horo #1, #2 , Dzinovsko
Lamba Lamba , Jambolsko Pajduško
(Trakiski Ženski Tanc ♀)

③ Dobrudža (ドボルジャ) …… ドナウ川が国境を離れルーマ
ニアに流れるあたりのドボルジャ地方
(ルーマニア・ブルガリア地方と、元は同じ
地方だったであろうと思われる)

《特徴》 農作業の表現などがとり入れ
られ、よくよくコミカルである。

足を踏みならし、手を振る
最初は極めて中々り重厚に踊られ、
そのうち踊り手のバが暴発するように
エネルギー的な踊りとなり、またいつ
か最初の重厚さにもどっているように
みえる。 $2/4$ 拍子が主体

《我がサ-クルで扱っている曲》

Tropanka #2 , Dobružanska Raka の
Sitna Zborenka

↑
長く書いたわりに

曲数が少なく、しかも

あまり書いた特徴が

みられない踊りになっている

※ Krivo …… 難しい

Sitna …… 易しい というイミなんでは!



- ④ Sever (セバル) …… ドナウ川流域の北ブルガリア地方
 《特徴》 他の3つの地方の特徴の混合形
 陽気な感じ

《我がサークルで扱っている曲》

Eleno Mome , Dunavsko
 Kojčovata , Cekrujankino Horo
 Vidinska Sjuita , Gankino Horo
 Plevensk Dajčovo Horo , Dajčovo
 Zizaj Nane , Krajdunavsko

町や村の祭りや催事に、結婚式に、収穫を祝う時に、そして、あらゆるつどいに、ブルガリアの人々は、ホロやラツェニツァを踊る。そして常に歌と踊りが一体になっている。幼い頃から民族楽器に親しめ、踊りに親しめる。働く青年は青年で、学生は学生で、老人は老人で、兵士は兵士で、アンサンブルをつくっている。それぞれ、自分のアンサンブルがブルガリア一番の踊り上手だと思つて練習している。それらが、演芸発表会のような各地方のフォークロア大会を交え、さらに芸術と題する国全体のフォークロア大会に結びついていく層の厚みがあるのである。



- ◎ ホロは、フロースト、オープン又は直線、弓状ラインで踊られる。もっとも特徴あるのはベルトホルドである。このホルドでまっすぐなラインで踊る時、この隊形を“nalesa”（柵の上で）と呼ぶ。

ブルガリアのリズム (変速拍子)

ブルガリアの踊りのリズムの中では $\frac{2}{4}$ 拍子が最も一般的ですが、
独特なリズムとして 特徴づけられるのは、 $\frac{5}{16}$, $\frac{7}{16}$, $\frac{9}{16}$, $\frac{11}{16}$
と複合リズム $\frac{7}{16} + \frac{11}{16}$ のようなものであ

$\frac{5}{16}$ 拍子	Pajduško ハイダージュコ	♩ ♩
$\frac{7}{16}$ 拍子	Râtenica ラツェニッツァ	♩ ♩ ♩
	Cetvorno チェトボル	♩ ♩ ♩
$\frac{9}{16}$ 拍子	Dajčovo ダイチヨボ	♩ ♩ ♩ ♩
	Grancarsko グランチャルスコ	♩ ♩ ♩ ♩
$\frac{11}{16}$ 拍子	Kopanica コパニッツァ	♩ ♩ ♩ ♩ ♩
$\frac{13}{16}$ 拍子	Sadusko サドウスコ	♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩
$\frac{15}{16}$ 拍子	(ブチミツェ)	♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩
$\frac{18}{16}$ 拍子	(コハ)	♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩
	ヨベマレモス	Cetvorno + Kopanica
$\frac{22}{16}$ 拍子	(ストラニャ)	♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩
		Sadusko + Grancarsko

⑩ 付点音符はブルガリアのビートの特色です。これらは、メトロノーム
表示で、240～460 あまゝいは 速い時で520というテンポ
で演奏されます (♩ = quick, ♩. = slow)

Romanian Medley #2

Romania

～ 3部構成のメドレー ～

1. Hora Fetelor (女性) 省略

たてし 最後は右足に体重をおく。

2. 4/4 拍子 V ホールド

Fig - 1

小節

- 1 右斜め前へ 左、右、左 とステップ (cts 1.2.3) 左足で
ピポットしつつ、右足を左のそばにトータッチ (ct4)
- 2 右斜め後へ 右、左、右 とステップ (cts 1.2.3) 右足で
ピポットしつつ、左足を右足のそばにトータッチ (ct4)
- 3-8 1-2 を 3回くり返す (計4回 山を描く $\wedge \wedge \wedge \wedge$)
たてし 8小節の ct4 は ステップ。

Fig - 2

小節

1. その場で 右足 ステップ、左足 スウィング (ct. 1,2) 逆足でくり返す (ct. 3,4)
2. LOD へ正面向きで 右足 右へステップ (ct. 1) 左足、右足の後へ
ステップ (ct. 2) 右足 右へステップ (ct. 3) 左足 スウィング (ct. 4)
- 3-4 1-2 を RLOD へ逆足よりくり返す。
- 5-8. 1-4 をくり返す。

Fig-3

小節

- 1 LODへ右足ステップホップ (ct. 1.2) 左足ステップホップ (ct. 3.4) で後退する。
- 2 LODへ右足ステップホップ (ct. 1.2) 左足ステップホップ (ct. 3.4) で前進する (右肩ひいて方向転換)
- 3-4 1-2を RLOD 方向へくり返す (左肩ひいて方向転換)
- 5-8 1-4をくり返す したがって 8小節の ct. 4 は右足ステップで正面向き。

構成

Fig 1 - 2 - 3 - 1 - 3
山4つ 山5つ

- ・ 2回目の Fig 1 は 10小節 (山5つ) となる。
- ・ 2回目の Fig 3 の 8小節 の最後の 右足ステップ には 体重を おかない。

Romanian Medley #2

Romania

3. $\frac{3}{4}$ 拍子 Tホールド

Introduction

小節

1-8 右足からのStep, Hop 8回で LODへ進む
男女別ラインになる

9-10 右足, 右へStep (ct1)
左足, 右足の後3にStep (ct2)
右足, 右へStep (ct3)
左足 Swing (ct4)

11-12 (9-10) を逆方向へ逆足よりくり返す



Fig -1

1-3 右足 右へStep (ct1)
左足 右足の後3へStep (ct2)
を3回行う

4 右足 右へStep (ct1)
右足 Hop, 同時に左足 Swing (ct2)

5-8 (1-4) を逆足よりくり返す

Fig1の続き

小節

- 9 右足その場 Step(ct1)
左足 Stamp(ct2)
- 10 (9)を逆足で行う
- 11-12 (Intro-)の(9-10)を行う
- 13-16 (10-12)を逆足より行う



Fig-2

- 1-16 (Intro-)の(9-12)を4回行う

Fig-3

- 1 右足 Step(ct1)
右足 Hop, 同時に左足 Swing(ct2)
- 2 (1)を逆足より行う
- 3 右足, 右へ Step(ct.1)
左足, 右足の後3へ Step(ct.2)
- 4-18 (1-3)を5回くり返す
- 19-20 (1-2)をくり返す



Fig-4

1-2 右足 Step (ct1)
左足 その場で小さく Stamp 2回 (ct2, 3)
Hold (ct4)

3-4 (1-2)を逆足で行う

5 右足 Step (ct1)
左足 Stamp (ct2)

6 (5)を逆足より行う

7-8 (1-2)をくり返す

9-16 (1-8)を逆足よりくり返す



Fig-5

1 右足を左足の前へ回すように Step (ct1)
左足 Step back (ct2)

2 右足 右へ Step (ct1), Hop (ct2)

3-4 (1-2)を逆足よりくり返す

5 右足を左足の前へ Step (ct1)
左足 Step back (ct2)

6 右足 右へ Step (ct1)
左足 その場で Step back (ct2)



Fig 5の続き

小節

7-8

(1-2)をくり返す

9-16

(1-8)を逆足からくり返す



さいごは
元気よく
ジャンプだ!!

Ending

1-8

(Fig 1)の(1-8)に同じ

9

その場で右足Step 左足Stamp (ct1,2)

10

逆足より(9)をくり返す

11

(9)をくり返す

12-14

(9-11)を逆足よりくり返し円心へ進む

15-16

右足Step, 左足Step (ct1,2)

左足ふみ切りで両足Jump,
同時に両手連手, 上にあげる (ct3)
Hold (ct4)

(構成)

Intro → Fig1 → 2 → 1 → 2 → 3 → 4 → 1 → 5 → 1 → 3 → 4 →

1 → 5 → Ending



構成はけっこう
ワザウだけど
イキアここに曲が
違うから
実は簡単なの

Fig - 2

- 1 RLOD側の連手を解いて、男女ともその場で右(オ1)左(オト)右(オ2)ヒステップ、左足を右足の横にヒールタップ(オト)
(連手は振り子のように振ってLOD側に伸ばす)
左足より逆に左・右・左(オ3ト4)ヒステップ、右足ヒールタップ
(連手は同様に12顔を持ってくる) (オト)
- 2 男性は1を繰り返す、女性も連手の下をCCWにヒールターン2回。
- 3~4 1~2を繰り返す。
- 5 男女とも右足より4歩(1呼吸間に1歩)でそれぞれCWに半回転しながら(男性右手、女性左手はつないでまま)位置を入れ換え、ハンガリアンターンポジションになる(オ1~4)、男性はオ4トで右足を曲げて、右手で右ブーツのかかとをににく。
* 内心を向かってににく!
- 6 男女とも右足より8歩でCCWにウォーク・ターンで回る。

Fig - 3 男

- 1~4 チャパスI を4回行う
- 5~7 チャパスII を3回行う、この時その場でCCWに1回転
- 8 チャパスI を行うがオ4トで右足を降ろさずにホールド
- 9~11 チャパスIII を3回行う
- 12 その場で拍手(オ1)、両足ブーツの内側をににく(オト)
以上を繰り返す(オ2ト)体を起こしつつ、右足を前に上げる(オ3)右手で右足ブーツの内側をににく(オ4)

Fig - 3 女

- 1~4 両手を腰にヒリ(四指前方)内心向きで男性の後ろに入り込むように122回のステップ・クロスを右足から2往復行いながら次第に離れる。


- 5 右足 右にバランスして上体は右へ向ける (α 1.2)
 左足 右にバランスして上体は左へ向ける (α 3.4)
- 6 4呼吸間 使った 右・左・右 と 3歩ステップして CW に 1回転
 (注) この 3歩はあまり離れるとおかしいので右足の近くにステップ
- 7~8 5~6 の逆を左足よりくり返す。
- 9~10 5~6 を繰り返すが CW へ 1回転する時に 右・左・右・左 と
 4歩ステップして 踏みかえをする。
- 11~12 右足から ツーステップ 4回を使い、男性の内側を通って前進
 し 男性と向かい合う。(ツーステップでも ヒョコヒョコと )

Fig - 4

- 1~12 Fig-2 を 2回くり返すが 2回目の ウォークターンの最後には
 円心に向いて男性右手、女性左手を肩の高さに広げて
 開き、足は手と同じ側をフラットで斜めに出す。
 (注) 正面で終われるように回転に注意する。

Hategane

Romania-Transilvania

Rythm : 4/4 拍子

隊形 : 男性外側のダブルサークル

男女向き合い両手を前方に伸ばしつなく
(互いの右手で相手の左手を包むように)

男性のチャパスⅠ

オ1 胸の前で拍子

ト 右足膝より下をCCWに回すように1ス上げて右手で右足
ブーツのかかとの外側をににに(軸足(左)は少しリストする)

オ2 右足 その場にステップ

ト 左足膝より下をCWに回すように1ス上げて左手で左足ブーツ
のかかとの外側をににに(軸足(右)は少しリストする)

オ3 左足 その場にステップ

ト 左手で左足腿斜め外側をににに。(右手は上に上げ、右足
も上に上げ始めること)

オ4 左足を少しリフトして右足を上に上げ、右手でブーツの内側
をににに

ト 右足そのまま真下におろす。

男性のチャパスⅡ

オ1 左手で左足腿斜め外側をににに(右手を上に上げ始める)

ト 右足膝より下をCCWに回すように上げ、右ブーツのかかとの
ににに

オ2 右足 その場にステップ

ト 左足 ステップ

オ3~4ト オ1~2ト をくり返す。

男性チャパスⅢ

- α1 LOD側にジャンプしながら胸の前で拍手
ト両手で両腿をたたく
- α2 胸の前で拍手
ト両手で両ブーツの内側をたたく
- α3~4ト α1~α2トをRLOD側にくり返す
- (注) 前傾しる行うが、顔は常に正面。

※ チャパスは手でたたくとはいっても手を動かすのではなく、
できるだけ手のある所に足をぶつけるという感じでやると
Good! だそうです。

節) Fig - 1

- 1 男性右足、女性左足よりLODへステップ・クローズ 2回
(α1~4ト)
- 2 逆足より同様にRLODにくり返す。
- 3~4 1~2をくり返す
- 5 男性右足、女性左足よりLODへステップ・クローズ 1回
(α1~2ト)

逆足よりRLODへくり返す(α3~4ト)

(この時、連手はステップのある方向に奇数カウントで音楽に)
合わせて左右に振る。

- 6 男性はその場で女性がCCWに回転するようにリードする。
女性は4呼間使った右足を左足にかけるようにしてヒールターン。
(かける時の勢いを利用すると回り易い)
- 7 小節6を逆にくり返す。
- 8 小節6をくり返す。
- 9~12 小節5~8を逆足から逆にくり返す。

