

192 夏

192 夏

# 巻頭言

暑いけどみなさんがんばりましょう

合宿役員 実行委員長

副委員長  
生活委員  
実務責任者  
食事係  
体操係  
秋篠編集

仙波 真一  
上田 由美子  
野地 仁美  
布施 健太郎  
1年女子  
西場 鉄也  
1年  
3年

上田由美子

班分け

班	1.	2.	3.	仙波	坂川	棚本	野地	塩田	浅野
1.	仙波	坂川	棚本	野地	塩田	浅野			
2.	布施	岡本	竹本	浦上	金井	高橋			
3.	上田	西場	小曾	山本	井上				

食事

食事	3	4	5	6	7	8	9
朝	x	3	3	3	3	3	3
昼	1	1	1	1	1	1	x
夜	2	2	2	2	2	2	x

日程

7

9

10

3

6

9

10

3	×	5	1	7	8	9
	あ	う	ご	は	ん	
	い		フ	き		い
	ひ	る	や	す	み	ゆ
い		レ	い	レ	パ	
フ		ク	フ	ク	テ	
	き		き		ー	
	ゆ	う	ご	は	ん	
ふ			ち			
ミ-テ	花	自由	ゲ	自	コ	
エフ	火		ム	由	ンバ	

日	日	曲 名	地 方	Caller
8/3	A.M	Russiaの復習 (30) Hopak (90) Pentzalis '89 (45)	Russia Ellas	布施 布施, 上田 竹本
8/4	A.M	ウィーンズの復習 (30) Zillertaller Ländler (90) Pentzalis (50)	Austria Ellas	布施 上田 布施, 小本曾 仙波
	P.M	Kalocsai Ugras (90) Jablochico (70) Makedonijaの復習 (30) Baba Džurdža (40)	Hungary Russia Makedonija- <del>ス</del>	布施, 山本 布施, 上田 布施 布施
8/5	A.M	Srbijaの復習 (30) Serbian Medley <sup>1</sup> (120) Romaniaの復習 (30)	Srbija- <del>ス</del> J	上田 浦上, 野地, 坂川, 布施 布施 仙波
8/6	A.M	Dzinovsko (80) Kolubarski Vez <sup>2</sup> (70) ウィーンズの復習 (30)	Trakija-B Srbija- <del>ス</del> J	布施, 上田 3年生 仙波, 上田
	P.M	Sirba Pe Loc (40) Kalajzisko Oro } Nevestinsko Oro } ウィーンズの復習 (30) ウィーンズの練習 } The Last Waltz (120)	Muntenia-R Makedonija- <del>ス</del> America	西湯 布施, 上田 上田 仙波, 上田 布施, 上田
8/7	A.M	ビホットワーンの練習 } Scandinavian Polka } Daičovo (60)	Sweden Sever (B)	布施, 上田 岡本
8/8	A.M	Hrvatskaの復習 (30) Slavonian Dances (100) Subuli (50)	Hrvatska <del>ス</del> Philippine	布施 布施, 上田 木村, 上田

X 毛



# Hopak

(Russia)

この踊りは、ウクライナ人の踊りに流れる華美と奔走さを代表している。ウクライナ系ロシアの代表的ステップパターンによる構成されている。終りのベントキックは最も代表的なものである。元来、男性が色々な難しいステップを競い合う即興的な踊りで、ステップの順序は決まっていなかったが、ここでは、ステップパターンの構成した踊り方を示す。

Rhythm ;  $\frac{2}{4}$  拍子

Position ; バルビリアポジション LOD向き  
前奏はなし。

(小節)

Fig-1 (パデバス7)

1~16

LODに、左足からのパデバス7ステップで左右1回ずつ進む。男性はパデバス7のリーフでアクセントをつけ、女性はいかえめに。

Fig-2 (タッチ・アンド・キック ステップ)

1~16

右足ホップ、左足のつま先を右足の前にタッチ(オ1)、右足再びホップ、左の膝を伸ばして強くキック(オ2) 左右左とウニングステップ(オ3,4)以上を逆足からさらに行う。全部で8回行う。

Fig-3 (ロションパルカ)

1~16

ロションパルカステップで左足から16回前進する。ロションパルカは、リーフウニングと進むようなステップで床からはあまり離れずに行う。最初のステップにアクセントをおくが上下の動きはほとんどはいいことに注意する。

Fig-4 (ソロ・バズステップターン)

1~16

体型を解き、パートナーと向き合い、右手は頭上に曲げると上げ、

左手は軽く握って腰におく。その場でバスステップで14呼吸間  
CWに回転する。2呼吸間でスタンプ石左右と3つ。女性はそのまま  
CW回転を再開するが、男性は左手を上げCCWに回転する。  
スタンプは男性左右左、女性右左右。

### Fig-5 (フォーリング・ステップ)

1~16 バルソビータポジションに組み、左足前方にフォール(オ1) 右足を  
左足でcutし、左足の膝を伸ばして前に出す(オ2)。ランニング  
ステップ3歩で左右左と前進(オ3.4) 以上逆足から同様に  
計8回行う。

### Fig-6 (カップル・バスステップ・ターン)

1~16 ハンガリーターンポジションに組み、男性の右手は女性の左腰にのり  
右手は男性の左腰におく(右腰接近) 左手は斜め上方45°くらい  
右足から14呼吸間バスステップでCWに回る。左足は膝を伸ばして  
後方に流す。最後の2呼吸間で石左右とスタンプ。左腰接近の逆の  
ポジションに組みかえ左足から同様にCCWに14呼吸間で回り、  
2呼吸間でスタンプ石左右。

### Fig-7 (2のくり返し)

1~8 バルソビータポジションに組み、左右2回ずつタッチアンドキックステップ

### Fig-8 (ロシアンポルカと女性のスピン)

1~8 左手をはいし男性LOD、女性RLODを向く。男性はFig-3のロ  
シアンポルカステップで前進、この時女性を2呼吸間に1回の割合で  
スピンさせる。女性は男性の右手の下を8回ロシアンポルカステップ  
を踏みながらCWに回転してLODに進む。

### Fig-9 (女性のラウンド)

1~8 両手を交叉してとる。男性はロシアンポルカステップをその場で踏み  
ながら(この時LOD向き)女性をリードして自分のまわりを回らせる。



即ち、女生はロジアンホールド3回でCCWに1周し、最後の1回で  
つよいだ手の下でCCWに1回転する。以上をもう1度繰り返す。

### Fig-10 (プッシュ・フウェイ)

- 1~8 男子円外、女子円内向きで向き合い、右手右斜め上、左手は軽く  
握って腰におき顔は左、この体型から自分の右方向にプッシュステップ  
14回互いに別れて進む。プッシュステップの時は身体がリリシ右に傾く。  
終わりの2呼間は左右左とスタンブ、この時、両手は腰にとる。

### Fig 11 (プッシュステップとサイドジャンプ)

- 1~8 女生は左手を上げ、右手を腰にとり左方向にプッシュステップ14  
回行い、最後の2呼間で右左右とスタンブ、男性はLORDに  
サイドジャンプを行って戻る。即ち、両足でダウンして両腕を胸の前で  
交差させる。右足を上げるようにして左方へ進んで立つ。この時右足の  
膝を伸ばして両手を上げ、掌を上に向け、左手をやや斜め上方  
へ上げ顔は右手先を向く。以上を全部で8回行う。

### Fig 12 (トゥ・セーレ・タッチ・キックスステップ)

(男性)

男性円外向きでパートナーと向き合い、トゥ・セーレ・タッチ・キッ  
スステップを行う。男性は左足のホップと同時に右足後方へ  
トゥポイント①左足ホップと同時に右足前方へセーレスタンブ②  
左足ホップと同時に右足トゥを左前にタッチ③左足ホップ  
と同時に右足を斜め前方にキックス④同様にして、右足  
ホップで左足で左側に行く。⑤~⑧この間に両手は①  
で背中の手を合わせる②で頭上で合わせる。③は①と同様④  
はキックレに足の下で、手は合わせるだけで音はでさない。全部  
で右から4回。

(女生)

女生は、左足ホップと同時に体と左に向い右足を前に  
トゥポイントし、左手は肘を曲げて頭の後ろにまわし右手は  
腰にとる①左足ホップと同時に右足をセーレポイントし、体

の向きを前に戻し手を逆にかえる②同様に右足ホップで  
右側に行く。右左4回ずつ合計8回行う。

### Fig 13 (ポリシードカ)

1~8 女性には Fig 12 のステップを続ける。男性はその場で  
ヒールポリシードカを付く。男性的な力強さを誇る長する  
即ち両足を横に開きかかとで立つ手は肩の高さで水平  
掌の上、次に両足ヒールを合わせるが少し交差するくらい。  
しゃがみ両手を交差させる①再度両足のかかとで立つ②  
以上を全部で8回行う。

### Fig 14 (ベントキック)

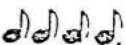
1~8 (女性)

さらに Fig 12 のステップを8回行う(計20回)  
次の8回でCWにバズステップターンを行う。

(男性)

Fig 13 終了時点でしゃがんでいるので、そのままベントキック  
右足をけるようにして前に出す。膝はできるだけ伸ばし  
足先の高くあがることを望ましい。右から始めて左右8回  
ずつ。終わりに右手を頭上に上げ、手は(左)、バズステッ  
プターンを終わった女性に交えるもらうべく前方に出る。

女性には右手で男性の左手をとり、左手を斜め上にのぼす。

9/16  1 2 3 4

前奏 8 小節 構成 (Fig 1 - 5) × 2 + Fig 6

低く逆手したライン又はオープンサークル

## FIG - 1

- 1 - 8 その場にダイチョヴァ 8 回踏む。逆手はカウント 1、2 で前、3、4 で後に振り続ける。※ダイチョヴァ……左足ホップ(1) 右、左、右とステップ(2 - 4) 次は逆足より行なり

## FIG - 2

- 1 - 4 ダイチョヴァ 4 回で右まわりにサークルをえがく。逆手は小節 1、2 で肩の高さでリズムに合せ上下に細かく振り、3、4 で Fig 1 同様前後に振る
- 5 - 8 1 - 4 をくり返す
- 9 - 16 同様左まわりに 2 回サークルをえがく

## FIG - 3

- 1 - 4 その場にダイチョヴァ 4 回踏む
- 5 逆手肩の高さで、左足ホップ(1) 右足ボールでスタンプ(2) 左足ホップ(3) 右足ヒールでスタンプ(4)
- 6 その場にダイチョヴァを踏む
- 7 - 8 5 - 6 を逆足で行なり
- 9 - 12 1 - 4 をくり返す
- 13 逆手肩の高さで右足より低くシザース 3 回(1 - 3) 左足前へタップ(4)
- 14 1 3 を逆足で行なり
- 15 - 16 1 3 - 1 4 をくり返す
- 17 - 20 1 - 4 をくり返す
- 21 逆手肩の高さで、左足ホップ(1) 右足左足前、下方へキック(2) 左足ホップ(3) 右足その場にステップ(4)
- 22 2 1 を逆足より行なり
- 23 - 24 2 1 - 2 2 をくり返す

## FIG - 4

- 1 - 16 Fig 2 をくり返す

## FIG - 5

- 1 - 3 逆手肩の高さにあげ、右足リードで小さく 1 2 歩前へ進む
- 4 右足右横に小さく膝しめてあげ(1) 右足左足に附いてステップ(2) 逆足より同様行なり(3 4)
- 5 - 8 ダイチョヴァ 4 回で後退
- 9 - 16 1 - 8 をくり返す

## FIG - 6

- 1 - 16 やや右を向き、ダイチョヴァ 1 6 回右へ進む 逆手はダイチョヴァ同様に振る
- 17 円心を向き、右足前へアクセントつけステップ(1) 左足小さく右へステップ(2) 右足後へステップ(3) 左足小さく右へステップ(4)
- 18 - 24 1 7 をくり返し右へ進む。

(F Has)

ギリシアの踊りは二つ系（いさする）とパデグナ系（跳ぶ）に  
大きく分かれる。これは後者が兵隊の出征の時の踊りらしい。  
クレタ島の踊り。

Position: T 1 - 11/1

読み方 R … 右足ステップ t … 何重への右足  
L … 左足 “ i … “ “ 左足

$R$  ... 右足を左足へ前にクロスしてステップ  
 $H$  ... ホップ

## Introduction

No waiting

$\nwarrow$        $\swarrow$        $\swarrow$        $\nwarrow$       ... 全解の動向

$Lr$      $Rl$      $Lr$      $Rl$   
 $c/ose$     $c/ose$     $c/ose$     $c/ose$

1 2 3 4 5 6 7 8 ... サラント

Basic L H R L  $\hat{R}$  L R L R H  
close  
1 2 3 4 5 6 7 8

Step	L	r
touch	touch	
	1	2

Pause L hold  
12

Brush

R L hold  
deep brush

6 7 8

Tap  
twiceR L L  
leaptap tap

6 7 8

Single  
ScissorsR L R H  
Scissors

6 8 7 8

Double  
ScissorsR L R L R L R H  
Scissors

3 4 &amp; 5 6 &amp; 7 8

Triple  
ScissorsR L R L R L R L R H  
Scissors

3 2 4 2 5 &amp; 6 &amp; 7 8

(特に表記のないところは Basic に同じ)

1-7-への指示は Fig を変え続ける

# Kalajdzisko Oro

Makedonija

Source: 380 Atanas Kolarovski

Record: AK 005

Position: 男性 Tホールド 女性 Wホールド

Rhythm: ♪ ♪ ♪. ♪ ♪ 1/16 拍子 (1 2 3 4 5)

<男性>

1小節 fig - 1

- 1 右方へ向き やや前傾になり、左足キョウキエ、右足は  
みぞを曲げて 前方へ上げる (1) 右足ステップ (2)  
右足キョウキエ 2回、左足はみぞを曲げて 前方へ上げる  
(3 4) 左足ステップ (5)
- 2 更に右へ右足リーフ (1) 左足ステップ (2) 左足キョウキエ (3)  
左足もう一度キョウキエして リーフステップ 前方へ (4) 右足ス  
テップし 円心に向く (5)
- 3 左足トーを円心へタッチ (1, 2) 左足 左へタッチ (3)  
= = (4, 5)
- 4 両足をそろえ、みぞをややバントして かかとを右方へおねる  
(1, 2) 同様に 左へおねる (3) 円心に向き そのまま軽く  
バウンス 2回 (4, 5)

fig - 2

- 1 fig - 1 の 1 と同じ
- 2 右、左と fig - 1 と同様に進み (1 2) 右足大きく前方  
(右方)へステップし、しゃがみ始め (3 ~ 5)
- 3 左みぞを床にタッチ (1, 2) 立って 左足トーを前方へ  
タッチ (3) 左方へタッチ (4, 5)
- 4 fig - 1 の 4 と同じ



## fig-3

- 1 fig-1 の 1 と同じ
- 2 右左と同様に進み (1.2) 円心へ向きながら 右足大きく  
ステップし シャガみ始め (3~5)
- 3-4 fig-2 と同じ 但し 左足が床につくときは、円心向く

## fig-4

- 1 連手を解き、左足ホップ 右足前に上げる (1) 右左と前方  
へステップ (2.3)、左足ホップ (4) 右足前方へステップ (5)
- 2 1を逆足で (1~3) 左足リーフ (4) 右足ステップ (5)
- 3 左、右と大きめに前方へステップ (1.2.3) スクワットダウン (4.5)
- 4 立ち上がりながら CCW に 1 回転する (1.2) スクワットダウン (3)  
左足リカヴァー (4.5)

## <女性> fig-1

1-4 男性の fig-1 と同じ

## fig-2

1-2 男性の fig-4 の 1-2 と同じ

3 fig-1 の 3

4 かがともをすえ、右 (1.2) 左 (3) 右 (4) 左 (5) とひねる

[構成 は リーダーのチーフサインによる]

銅 (あるいは真鍮) みがき職人の踊りで動きの中に、仕事の動作が見られる。

Sequence は上の Leader's Sign による

# Serbian Medley #1 (セルビアンメドレー No1)

Serbian Medley #1 は、Jugoslavija の国立舞踊団 "kolo" の代表的なパートリーの1である。振り付けは、アンサンブルの創立者であり、かつレクターである Olga Skovran (により)。音楽的脚色は、Lim Bošnjaković による。

ここに紹介される踊り方は、かつて平日した ブランコタルスモノウイッチ 学生舞踊団により紹介されたものである。日本F.D.界では、早大OBである 故 二村 征二氏 により数曲とりあがられたのが最初であり。

Serbian Medley #1 として 全曲とりあがられたのは、同年秋の早稲祭が最初である。以後広く F.D.仲間にも知られるようになった。

。この曲は、8つの踊りから構成されています。

- |                   |                               |                      |
|-------------------|-------------------------------|----------------------|
| 1. Jelke (イェルケ)   | 4. Durdevka (ジュルデフカ)          | 7. Šestorka (シェストルカ) |
| 2. Poskok (ポスコク)  | 5. Igrale seDelije (イグレセデルジェ) | 8. Moravac (モラバツツ)   |
| 3. Ti Momo (ティモモ) | 6. Čačak Kolo (チャチャックコロ)      |                      |

\* Record Kolo Festival LP 10/9

歌詞です。

# 1. Jelke

<Women>

Jelke tavničarke, ostavi tavnicu x  
 イェルケ タヴニチャルケ オスタヴィ タヴィニツ

Ostavi tavicu, mladom tavničar x  
 オスタヴィ タヴィニツ ムラドム タヴィニチャル

<chorus>

Ajde da igramo, ajde da pevamo x  
 アイデ ダ イグラモ アイデ ダ ペヴァモ

# 2. Poskok

Haid Povedi veselo naše kolo sãreno x  
 ハイド ホウエイティ ハエセロ ナジエ コロ シャレ

Momci i cure u kolo nek se ori veselo x  
 モムツィ イ ツレ ウ コロ ウッ セ オリ ハエセロ

# 3. Ti Momo

<Men>

Ti momo ti devoiko, timoga brata mamis  
 ティ モモ ティ デヴォイコ ティモガ ブラタ マミシ

Na tvoje belo lice na tvoje cãrne oci  
 ナ トウヴォイェ ベロ リツェ ナ トウヴォイェ チャルネ オチ

<Women>

Sam se je prevario na moje belo lice  
 サム セ イェ フレヴァリオ ナ モイェ ベロ リツェ

Na moje cãrne oci na moje medna u  
 ナ モイェ チャルネ オチ ナ モイェ メドナ ウ

4. Đurdjevka  
<Men>

Oi devoike dušo moja šta govori majka touja  
オイ デ"ウ"アイコ トウシヨ モヤ シタ コウ"オリ マイカ トウヤ

Očel tebe meni dati očel mene zetam zvati  
オチエル テヘ" メニ タテイ オチエル メネ セ"トム ス"ウ"チ

<Women>

Ne da mene moja nana ne da još godinu dana  
ネ タ" メネ モヤ ナナ ネ タ" ヨシ コ"デ"イヌ タ"ナ

Ne će mene tebi dati neće tebe zetam zva  
ネ チェ メネ テビ" タテイ ネチェ テヘ" セ"トム ス"ウ"

<Men>

Oli dala il nedala tise moje uvek zvala x 2  
オリ ダ"ラ イル ネダ"ラ ティセ モヤ ウウ"ヰク ス"ウ"テ"ラ

5. Igrale Se Delije  
<Men>

Igrale se delije na sred zemlje srbije x 2  
イグラレ セ" テ"リ"エ ナ スレ"ト セ"ル"リ"エ スルビ"イ"エ

<Chorus>

Sitno kolo do kola čoro se do stambola x 2  
シトナ コロ ド" コラ チュロ セ ト" スタ"ン"ボ"ラ

<Women>

Svila frula iz dola frula moga sokola x 2  
スウ"イ"ラ フル"ラ イス"ト"ラ フル"ラ モガ" ソコラ

<Chorus>

Sitno kolo do kola čuro se do stambola x 2  
シトナ コロ ド" コラ チュロ セ ト" スタ"ン"ボ"ラ

Igra kolo do kola ne haje za stambola x 2  
イグラ コロ ド" コラ ネ ハイ"エ ガ" スタ"ン"ボ"ラ

\* <リカ"エ"シ

7 Šestorka  
<Men>Oj lele stara planina  
オイ レ スタラ フ°ラニナPo teb sam - često hodio  
ホ° テフ サム チェスト ホテイオ

×2

S devojkam ovce cuva  
ス デイウ°アイカム オウ°ツエ チュウ°アオ

Rhy

## &lt; 1. Jelke &gt;

2/4 拍子

Posit

リーダー右端の男女交互オープンサークル、全員円心向き。  
隣りの人と肩がぶれ合う程の、間隔で、低く連手。

fig 1.

1~2

右足を右横にステップ(ct 1) 左足を右足にクロス(ct と 2)  
右足を右横にステップ(ct と) 左足を右足にクロス(ct. 3)  
右足を右横にステップ(ct と) 左足を右足にクロス(ct と 4)

以上合計12回行いながら、入場する。

ただし、舞台、及び会場で、この隊形ができてゐる場合は、

初めの2小節で、右側、次の2小節で、左側に行い、これをくり返す。

fig 2.

1-2

全員 LOD を向き、右足よりランニングステップ3歩で、前進 (ct 1 と 2)  
右足ホップ(ct と) 逆足でくり返す。(ct 3 と 4 と)

ホップする時、浮いている足は、床からあまりはなれず、  
体の下で軽く保たれ足の裏は、床と平行ぐらい。

3-8

1~2もさらに3回行う。

合計8回の、ランニングステップホップで、最初のオープンサークルから  
クロスドサークルになる。



Rhy	< 2. Poskok (Haid Povedi) > 2/4 拍子
Posit	男女交互のクローズドサークル , 円心向き
1~2	fig 1 円心右斜め前に 右足ステップホップ° (ct 1と) 左足 ステップホップ° (cts 2と) 右斜め後ろに 右左と後退 (ct 3と4) 右足 ホップ° (ct と)
	※ この時の 手の動きは (ct1)のとき 全員腕を肩の高さまで サッと振り上げ, 方向を変えて 後退するとき (ct 3.4) 徐々に 手をおろし, (ct と)のときは 完全に 下におろす。
3~4	以上 左足より 元の位置に 戻るように 行う。
5~8	1~4に 同じ
1~2	fig 2 LOD へ ランニング"ステップ" 3歩で 前進 (ct 1と2) 右足 ホップ° (ct と) 左足より ランニング"ステップ" 3歩で 前進 (ct 3と4) 左足 ホップ° (ct と)
3~4	以上を さらに 行い. 最後のホップで CCWに回転して RLODを 向く。
5~8	1~4を RLODへ 行う。最後は 左足ホップで CWに回転し 円心を 向く。
	※ 以上の fig 1. fig 2 を 2回 行う。2回目の fig 最後は 左右左 のステップ 後 右足を 左足に クローズ (体重を かけない) 円心を 向く。

Rhy

## &lt; 3. Ti MoMo &gt;

2/4 拍子

Posit

男女交互のクロストークル。円心向き。

fig 1.

1~4.

やや右を向き、右側へ右足ステップ (ct.1) 左足ステップ (ct.2)  
 この時、ゆくりと連手を上げる。  
 円心も向き、右足右横にステップ (ct.3) 左足を右足のそばにタッチ (ct.4)  
 左足を左横にステップ (ct.5) 右足にタッチ (ct.6) 左足やや横にステップ (ct.7)  
 左足タッチ (ct.8)

※ 左足タッチする時は、心もち左側を向き 逆足の時は、逆側に向く。

5~8

以上を、右足より元の位置にもどるように行う。

9~16

1~8に同じ。

※ 以上のステップは、ひざをやわらかく使って、踏む。

fig. 2.

1.

連手を下げ、右足を軽くリフト気味にステップ (ct.1) この時、右ひざは曲げる。右足をライズし、空中で、左足を、右足にひきつける (ct.2)  
 両足でバウンス 2回 (ct.24)

※ 以下ステップバウンスバウンスと表記。

2~4

1を右へさらに3回。

5~8

1~4を、左足より左へ行う。

以上、fig 1. fig 2を、2回ずつ行う。

## &lt; 4 Đurdevka &gt;

Rhy

3/4 拍子

Posit

男女交互のクロースドサークル。 円心向き。 低く連手

fig 1

1

右足を左足の前に交差してステップ (ct 1)。この時、左足をゆずかに床から離す。左足に重心を戻す様にステップ (ct 2)。ホールド (ct 3)。この時、右足をまわす様に左足の後ろにもってくる。

2

右足を左足の後ろに交差してステップ (ct 1)。この時は、ゆずかに床から離す。左足に重心を戻す様にステップ (ct 2)。ホールド (ct 3)。この時、右足をまわす様に左足の後ろにもってくる。

3

小節 1 に同じ。

4

右足を右横にステップ (ct 1) 右足ホップし 左足を右足前にスウィング (ct 2) ホールド (ct 3)

5~8

小節 1~4 を 左足から行う。

9~12

小節 1~4 に同じ。

13

連手をとき、女性のみ 円心 右斜め方向に 左足を右足前に交差してステップ (ct 1.2) 右足を左足にクロス (ct 3)

14~16

小節 13 をさらに 3回行い 女生のみのクロースドサークルをつくる。

※ この以後、男性は歌をうたいながら女性の踊りを円外で見て

- 1 ~ 16      fig 2  
fig 1 の 1 ~ 8 を 2 回 行い。 RLOD 向きで 終わる。
- 1      fig 3  
LOD へ 右足を 後退して ステップ (ct 1) さらに 左足を  
LOD へ 後退。 (ct 2, 3)
- 2      LOD へ 右足を 後退して ステップ (ct 1) この時 丹心  
向く。
- 3      右足を 右横に ステップ (ct 1) 左足を 右足 後ろに ス  
テップ (ct 2, 3)
- 4      右足を 右横に ステップ (ct 1) 右足に 体重を置いた  
まま。 左足を LOD 方向へ 軽く スウィング 気味に あげ ず  
ホールド
- 5      左足を 右足の 前に 交差して ステップ (ct 1) 右足を  
右横に ステップ (ct 2, 3)
- 6      左足を 右足の 後ろに ステップ (ct 1) 右足を 右横に  
ステップ (ct 2, 3)
7.      左足を 右足の 前に ステップ (ct 1) 右足を 右横に  
ステップ (ct 2, 3)
- 8      左足を 右足の 後ろに ステップ (ct 1) この時 RLOD 方  
向を 向いている。 この 姿勢で 左足に 体重を 置いた  
まま。 右足を 軽く スウィング 気味に あげ ず ホールド  
(ct 2, 3)
- 9 ~ 16      1 ~ 8 に 同じ。

1~36

fig 4

fig 2. fig 3 をさらに 1回ずつ行う。女性は最後の左足に体重を置いたまま、右足をあげたポーズで円心に向いて終る。

終るとすぐ男性が女性の間に入り、男女交互のクローズドサークルになる。

# < 5 Igrale Se Delije >

Rhythm :  $\frac{7}{4}$

Position : 男と女の交互のワローストサークル, 円心向き  
低く連手

fig. 1

1~2

ステップは 2. Poskok の fig. 1~2 と同じだが, 手の振りが変わる

右足のステップ・ホップで手を肩の高さまであげる。

(ct 1 と) 左足のステップ・ホップで下げる (ct 2 と)

(ct 3 と) であげ, (ct 4 と) で下げるというふうに 2 度上下に振る。

3~4

1~2 を逆足で元の位置に戻るように行く。

5~8

1~4 をくりかえす。

fig. 2

1~4

右足より 右へ バウンス 4 回 (♪♪♪ × 4)

左足より 左へ バウンス 1 回

右足より 右へ バウンス 1 回

左足より 左へ バウンス 2 回

5~8

1~4 をくり返す。



## &lt; 6 Catcak kolo &gt;

Rhythm :  $\frac{2}{4}$ 

Position : 男女別, 3~5人の短いベルトホルド

## fig 1 (Jedam)

- 1~2 円心向き, 右足から右へ 横, 後, 横, 後, とステップ  
17 側進. (ct 1~4)
- 3~4 その場 ステップ, ホップ, ステップ, ホップ (ct 1~4)  
このとき, ひざを軽く曲げること.
- 5~6 右足をやや前に強くスタンプのようにステップ 1, 左  
足はひざを曲げて, ももが水平になるまで上げる. (ct 1)  
ホルド (ct 2) 左, 右と小さく後退 (ct 3, 4)
- 7 左右左右とスリーステップ (ct 1~2)
- 8~10 5~7 をくりかえす.

## fig (Dua)

- 1~2 やや右を向き 右, 左右 (ct 1~2) 左, 右, 左 (ct 3~4)  
とステップし, LOD に進む.
- 3~5 円心向き その場でスリーステップを右足から 3回  
(ct 1~2, 3~4, 5~6)
- 6 やや左を向き 左右と RLOD に進む (ct 1, 2)
- 7~8 円心向き その場で右足からスリーステップ 2回  
(ct 1~2, 3~4)
- 9 6 と同じ.
- 10 円心向き, 左足からスリーステップ 1回 (ct 1~2)

fig. 3

1~2

fig 1 の 1~2 小節と同じ。

3~5

円心 右足からステップ、ホップ3回で大きく前進  
この時、腰を鋭くひねりこむようにして打ッペ  
リャバくてひねる。(合宿が終わるまでに何人が  
死んでくばらうか)

6~7

左足からランニングステップ4回で大きく後退  
(ct 1~4)

8

左足からスリーステップ1回 (ct 1と2)

以上各 fig を2回ずつくりかえす  
3周めの fig. 1 で終わる。

< 7. Šestorka. 7

Rhy:  $\frac{2}{x}$   
 posit: 男 14 3~5人のA"16トオ-16ト"

11節  
1~x  
fig 1 (Oj Lele Stars Planino)  
右足を右膝にスッポ° (ct. 1.2) 左足を右足前へスッポ° (ct. 3.4)  
ct. 5.6 後: (ct. 7.8)  
この時; スッポ°に合せて ct. 1.2 円ル、ct. 3.4 L.O.D  
ct. 7.8 R.L.O.D にスッポ°に 顔と体に動きをつけて  
5~16  
以上を4回繰り返す  
最後は軽く上体を円ル方向に折る

fig 2

1~4 上のポーズから右足を右横にスナッチ(ct1)左足を右足の前にスナッチ(ct2)の時足は伸ばしにまゝまわしてもってくる。右左右左とスナッチ(ct3~6)右足スナッチし体重をのせる(ct7)左足に体重をもどす(ct8) ct78のとき“イッハ”と掛け声。

fig 3

1~2 石足をその場でスナッフ°(ct1) 左足を石足の前に交差しスナッフ°(ct2)  
ct1に同じ(ct3) 石足ホッフ°(ct4) (反対の足は、いびきと曲げもも  
が水平になるように)

3~6 左足その場でステップ(オ1)右足を左足の前に交差してステップ(オ1)  
 = (オ3) = 後 " (ニ)  
 = (オ5) = 前 " (ニ)  
 = (オ7) 左足ホップ(オ8)反対の足は上に。

7~8 小節 1~2 (= 同じ)

9~10 = 互逆足より反対方向に行かう。

曲の構成は最初のみ fig 1, 2, 2, 3 と行なり残り4は

fig 2. 3. 2, 3 と 踊る

最後は fig 2 のワイドスタップで終わる

又、この踊りは 1. 3. 5 と奇数の回巻で音楽と踊りがある

xE

## 8. Moravac (モラバツ)

Moravac は通常 99 のパターンがあるが Serbian Medley<sup>#1</sup> では以下 8 つのパターンがある。

1. Hajde (ハイド), 2. Sitno (シト), 3. Cujes (チュエツ)
4. Moravac (or Četri チェトリ), 5. Sedam (セダム)
6. Sedam variation 7. Natray (ナトライ) 8. Kray (クライ)

Rhythm :  $\frac{2}{4}$  拍子

Position : 男女交互のオープンサークル。全員円に  
向き 男性は両親指をサッシュ(スエ  
ベト)にかき、女性も男性の肘に  
両肘をかける。

(小節)

### Fig - 1 (Hajde)

1~4 わずかに右を向き、右足と右へスナッ7° (オ1,2) 円にを向き  
右足をその場でやや右にスナッ7° (オ3) 左足を右足のそばに  
タッチ (オ4) 同様に左足をスナッ7°、タッチ (オ5,6) 右足  
をスナッ7°、タッチ (オ7,8) (この時のタッチは足の裏全体  
でフロアを踏み)

5-8 小節 1~4 を左足を左に引く。

9~16 = 1~8 と同じ

### Fig - 2 (Sitno)

1~2 円に向き、右足を右へスナッ7°、バウンス、バウンス 2回 側連 (オ1,2,3,4)

3 = 左足 = 左 = 1回 = (オ5,6)

4 = 右足 = 右 = 1回 = (オ7,8)

5~8 1~4 を左足を左に引く。

9~16 1~8 と同じ

### Fig - 3 (Cujes)

1 わずかに右を向き、右足を LOD へスナッ7° (オ1) 右足を軽く  
ホッ7° (オ2) 左足を右足の前に交差してスナッ7° (オ3)

2 右足を右側に軽く引く (1-7° 気味のスナッ7° (オ1) (このとき右ひざは  
曲がっている) 右足をクイズして空中で左足と右足の前に交差して  
+ 7-2 (オ2)

左足を交差しにまま両足でバウンス2回

- 3 小節2を左足から左へ付く。
- 4 : と同じ
- 5-8 : 1~4を左足から左へ付く。
- 9-16 : 1~8と同じ。

### Fig 4 (Moravac or Četri)

- 1 円心向きで右足を右横へステップ(α1)左足を右足の後にS.  
(α2) =
- 2 : (α1) =  
: その場 : (α2) ホールド(αと)
- 3 小節2を左足から付く。
- 4 : と同じ
- 5-8 : 1~4を左足から左へ付く。
- 9-16 : 1~8と同じ。

### Fig 5 (Sedam)

- 1~2 円心向きで右足を右横へステップ(α1)左足を右足の後にステップ(αと)  
: (α2) = 前 : (αと)  
: (α3) = 後 : (αと)  
: (α4) ホールド(αと)
- 3 左足を左横にステップ(α1)右足を左足の後にステップ(αと)  
左足をその場でステップ(α2) ホールド(αと)(ステップははきり踏)
- 4 小節3を右足から右へ付く
- 5-8 小節1~4を左足から左へ付く
- 9-16 小節1~8と同じ。

### Fig 6 (Sedam Variation)

- 1 Fig 5の小節1と同じ(α1と2と)
- 2~4 右足を右横にステップ(α3)左足を右足の後にステップ(αと)  
: と同時に左足を右足に近づける(α4)  
右足を軽くバウンスし、この時左足を自然に右足の後にもってくる(α5)  
左足を右足の後にステップ(αと)さらに(α4.5と)の動作を1回  
付く。(α6.7と)右足を足横にステップ(α8)

# Zillertaler Landler

チロルのレントラー

Austria

この踊りはオーストリア西部のチロル地方の踊りの中でも、特に美しい踊りとして知られており、Zillertalという谷間の地方で踊られている。ヨーデル(Yodel)で歌い、チター(Zither)を奏して踊られる。オーストリアのマーガレット・クレブスによって紹介された。

音楽：3/4拍子（前奏4小節）

隊形：ダブルサークル LOD向き 内側の手を連手 外側の手は5指後方で腰におく

## Fig 1 レントラーの前進と女性回転

小節

- 1-2 外側の足から連手を前に振り、背中合わせになるようにレントラーステップ1回（3歩分） 向かい合うように内側の足からレントラーステップ1回
- 3-8 男性はそのままレントラーステップで前進 女性は男性の前で連手の下をCWにレントラーステップで3回転して進む

## Fig 2 レントラー前進と手のスウィング

- 1-8 シングルサークル上で男性LOD 女性RLOD向きで向かい合い、両手を伸ばして取り合い、女性は親指を近づける。各小節ごとに円心、円外と連手を振りながら、レントラーステップでLODに進む。

## Fig 3 女性の回転とワルツアラウンド

- 1-4 向き合って両手をつないだまま男性は右手をあげ、女性はその下をCCWに1/4回転して円心を向き、男性は1/4回転して円外を向く。腕は肩の高さに保ち右肘は外に張り、左腰接近
- 5-8 レントラーステップ4回でCCWに1回転する
- 9-12 手をつないだまま男性は右手をあげ、女性はその下をCWに1回転半して円外を向く。男性はCCWに1/4回転して円内を向く。  
右腰接近で、小節1-4と逆向きの形
- 13-16 レントラーステップ4回でCWに1回転する

## Fig 4 ナット

- 1 手をつないだまま女性はCCWに1/4回転 男性はCWに1/4回転して、男性LOD向きで円周上で向き合う
- 2 女性は右膝をつき、右手を低くして左手を上げる
- 3 男性は低くした連手を右足で踏み越えCCWに回り始める
- 4 男性は低くした連手を左足で踏み越え上体を曲げ連手したてを背中にまわす
- 5-7 女性はゆっくり立ち上がり、男性は連手の間をCCWに1回転し、さらに連手の下を1回転して向き合う
- 8 連手を高く上げたまま、女性はCWに1回転し、右手同志、左手同志に持ち替える

# Fig 5 女性のリードとアラウンド

- 1-4 男性はL O D向きで、右手を男性の頭上で回しながら女性を自分の後ろを通して右側に移す。左手は男性の腰につける。
- 5-8 連手を胸の高さで保ち、女性は男性の顔をのぞき込むようにして男性を中心としてC C Wに1回転、レントラーステップ4回でまわる
- 9-12 女性は男性の右側から左側へレントラーステップ4回で移動
- 13-16 5-8のようにC Wに1回転

# Fig 6 リトルウインドー

- 1-2 男性はL O D向きのまま後退しながらつないだ右手を後ろから頭上を通して前で交差してとりあい、女性と向き合う
- 3-4 連手を右手上でとりあったまま、女性はC Wに1/4回転 男性はC C Wに1/4回転してウインドーをつくる。右腰を接近させお互いウインドーの間から顔を見合う
- 5-8 レントラーステップ4回でC Wに回る
- 9-12 男性はL O D向きで左手をあげ、女性はC C Wに2回転半 男性はC Wに半回転して左腰接近のウインドーをつくる（男性円外、女性円内向き）
- 13-16 レントラーステップ4回でC C Wに回る

# Fig 7 ビックウインドー

- 1-4 右手をあげて女性はC Wに3回転し、3回転目に右手を下げる。男性はC C Wに1/4回転し、ビックウインドーをつくる。右腰を接近させて左手を高く上げ顔を見合う
- 5-8 レントラーステップ4回でC Wに回る
- 9-12 女性はC C Wに3回転 男性はC Wに1/4回転して今と逆のビックウインドーをつくる  
すなわち1回転した後に右手をあげ、両手の下を1回転し、さらに3回転目に左手を下げる
- 13-16 レントラーステップ4回でC C Wに回る

# Fig 8 レントラーターン

- 1-16 連手をとき、レントラーポジションでレントラーターンを行う

\*以上の踊りをもう1度繰り返し、レントラーターンの最後の2呼間で男性は女性をリフトする。

- ・常にパートナーを意識して、見つめ合うようにしてください。（特に2人で回転するときなど）
- ・原書には、ビックウインドーの際に現地では右腰接近の時もしできれば男性からK i s sを贈り、左腰接近の時女性はそれのお返しにK i s sを贈ると記されています。

## ～リフトについて～

- 何よりもタイミングが大切です。曲を聞いて落ち着いてやりましょう。
- 女性は体重よりも腕の強さと跳躍力。ダイエットより腕立て伏せや縄跳びで筋肉をきたえましょう。（男性が男性をあげることもできます）
- 女性は怖がってはいけません。タイミングがくずれます。パートナーを信頼すること。
- 男性は最後まで責任をもって着地させること。もし女性が落ちそうになったら、下じきになっても守ってあげてください。
- 男性は足を前後にかまえ、上げる時はいっきに頭上まで上げるのがコツです。



# Kalocsai Ugrós

Hungary

カロチャのウグローシュ(跳躍)の意味。華やかな踊りで上に跳び上がるのが基本。踊りそのものは数百年前にドイツより入ってきて、今ではハンガリーのドイツ系ダンスの代表的なものとなっている。結婚式の時の行進に使われる。

Rhythm : 2/4 拍子

## Basic step 1

ct ア 左足 その場にホップしながら右ももを水平に上げる。  
ひざを曲げて膝より下は下に降ろす。

ct 1 右足を降ろしながらほとんど交差させずに着地。  
両足はボールに体重をかけ(前足1/3, 軸足2/3)、  
スタンプ気味にステップ。

ct ト ct アと同様

ct 2 右足を左足のそばにステップ。左足は少し膝を曲げ  
上がりはじめる。

ct ア 前期 ct アを右足で行い、左足を上げる。

## • の動き •

前の呼間で両ひじを曲げて両手を顔の前で軽く握り。  
手の甲を顔の方へ向ける。ct 1でひじより先を放り出す感じで伸ばし、手の甲は上を向く。ct 2で両ひじを曲げ、  
前の呼間の動作を行う。

ct 3ト4アは ct 1ト2ア をくり返す。

## Basic step 2

ct ア 右足を右斜め前に上げながら左足でふみまき、  
右上方に高くあげる。

- ct 1 右足を右横に着地すると同時に左足を右足に閉じる(ボカゾーではない)。両足はフラット。
- ct ト 右足を右横にスタンプ気味にステップ。この時体はやや右に傾き、左足の膝を曲げて、膝より下を斜め後ろにけり上げる。
- ct 2 左足を右足の後ろに交差してステップ。
- ct 3 前期 ct 3 と同様

Fig 1 : 男女前進。女性はその場のまわりをまわリステップ。  
男性はその場でステップ。

#### 小節

- 1-2 その場で音楽をまく。最後の呼間 ct 4のアで男女とも Basic Step (以下 B.S.) 1の ct ア を行い準備する。(4呼間)
- 3-8 B.S. 1を3回行い前進。互いに近づく。(12呼間)
- 9-12 男性右手、女性左手を上方でつなぎ、男性はその場で B.S. 1。女性はその場で B.S. 1を2回で男性のまわりを ccw にまわったもとに戻る。逆の手は B.S. 1と同様。
- 13-18 つないでいる手を離し、男性はその場で B.S. 1を行い、ct 18のアの左足ホップで左に1/4回転し正面を向く。女性はその場で B.S. 1を3回行い、右まわりに回転。回転数は決まっていらないが、最後には正面を向く。  
(12呼間)

Fig 2 : プロムナード。女性の移動と右に進む。

- 1-4 プロムナードポジションになり男女共 B.S. 1をその場で2回。女性はその ct 8 で左足を男性の前にふみ込み、回転に入る。
- 5 男性はその場で B.S. 1の ct 1~2 ア(左から)を行い、右手を左に引き、女性を左側にリードする。女性はその ct 1~2 ア(右から)を行い、男性の左に移動する。

- 6 正面を向き B.S.1 の ct 3~4ア (左足から) を行う。  
 7-8 男性はその場で B.S.1 を 1回に左手を引き女性を  
 リードする。女性には B.S.1 を 1回行い男性の右側に戻る。  
 9-12 B.S.2 を 4回で右へ進む。  
 13-14 その場で B.S.1 を 1回行う。  
 15-18 Fig 2 の小節 5-8 をくり返す

Fig 3 : 女性前進 (回転) 男性のまわりをスピン。  
 男性は女性の後を追ひ、前進とその場ステップ。

< 男性 >

- 1-2 B.S.1 を行い少し右に出て女性の後方につける。  
 3-6 B.S.1 を 2回で追いつき追いつく。  
 7-8 B.S.1 を 1回でまわりこんで  
 9-18 fig 1 の小節 9-18 をくり返す。

< 女性 >

- 1-4 B.S.1 を行い fig 1 の位置まで戻る。 (4呼間)  
 5-8 その場で B.S.1 を 4回行い右まわりに回転し、最後に男性  
 の方を向く。  
 9-18 fig 1 の小節 9-18 をくり返す。

Fig 4

fig 2 の 1-18 を行う。

Fig 5

fig 3 の 1-18 を行う。

Fig 6

fig 2 の 1-18 を行う。

## Fig 7

1-17 fig 3の1-17に同じ。但し男性は右手をつなぐ  
ところ以外は全て両手を力強く3回拍手。  
(ct 1ト2で拍手)

18 男性女性共に正面を向き、プロムナードポジション  
になりポーズ。

以上。

### △注意△

- ・ 女の子はチーフを右手に持ちます。
- ・ 早本と他入とでは踊り方にかかなりの違いがある  
ようである。今回のセットのは全て早本版。他入流  
のが知りたい方は'91 夏合宿資料にありますので  
御参照ください。

## Part 12

1~3 Part 11 の 1~3 と同じ

4 Part 10 の 4 と同じ

5~16 1~4 を 3 回 繰り返す

※ Part  $\begin{matrix} 1 & 2 & 3 & 4 \\ 5 & 6 & 4 & 8 \end{matrix}$  が正しい

9, 10, 11, 12 が似ています。

※ ウェストの手首は下向きに！

## B a b a D Ź u r d Ź a

(Makedonija)

Source : Atanas Kolarovski '80

Rhythm: 7/16

Position: v ホールド (一部 Wホールド)

## 小 節

## Part 1

- 1 右方向へ向き、左足を前へステップ(cts.1,2) 右足を前へベント気味にステップ、左足を残しジャンプのようになり、体は円心を向く(cts.3,4) 左足を右足の後ろにリープ、右足は左足の前へ低くかける(ct.5) 右足前へステップ(cts.6,7)
- 2-3 小節1をくり返してLOD方向へ進む
- 4 LOD向きで左足を前へステップ(cts.1,2) 右足を前へステップ、円心を向く(cts.3,4) 右足ホップ(ct.5) 左足を右足後ろへステップしながら連手を上げ、Wホールドになる(cts.6,7)
- 5 右膝を曲げて前に上げ、左足にチェック(cts.1,2) 右足を右へステップし、左足を前に上げる(cts.3,4) 右足大きめにチェック(cts.5,6,7)
- 6 小節5を逆足より行なう
- 7-8 小節5~6をくり返す

## Part 2

- 1-4 Part 1の小節1-4と同様
- 5 Part 1の小節5の(cts.5,6,7) で2回チェック  
(cts.5,6,7)
- 6 小節5を逆足から行なう
- 7-8 小節5~6をくり返す

### Part 3

1-4 part 1の小節1~4と同様

5 左足ホップ(cts.1,2) 左足ホップ(ct.3) 右足その場に  
ステップ(ct.4) 左足を右足の前へステップ(ct.5) 右足ス  
テップバック(cts.6,7)

6 小節5を逆足より行なう

7~8 小節5~6をくり返す

### Part 4

1-4 Part 1の小節1~4と同様

5 左足ホップ、右足を左足の前に軽くかけるようにして  
スウィング(cts.1,2) 右足右へステップ(ct.3) 左足、右  
足の前へステップ(cts.4) 右足右へステップ(ct.5) 左足  
右足の前へステップ(cts.6,7)

6 小節5の(cts.1,2)を行なう(cts.1,2) 右、左、右とその場で  
リープ(cts.3,4,5,6)

7~8 小節5~6を逆足より行なう

9~12 小節5~8をくり返す

※ 各パート共、最後は左足のステップで終わって  
いるのでくり返す時と、次のパートへ移る時は、  
左足のホップから入る。

構成は、リーダーのサインによる。

これは、2年前の全日夏の大会で、Mr. ONO  
がコールした時の資料です。デモ隊のうしろ  
さんや泉さん、ふーさんなどはあの忍者スタイ  
ルでした。なつかしいな。

## S u b l i (スプリ)

スプリは、フィリピン・ルソン島のバタングス州の踊りで、主に5月の宗教的な祝宴の場で踊られます。名前は、タガログ語の、“sub-sub” (かがむ)と、“bali” (こわす)に由来していて、男性の腰をまげた勇ましい姿勢が、それを表します。

Rhythm: 4 / 4

Position: カップルダンス (ライン)

男性 両手に竹製のカスタネット

女性 頭に麦わら帽子

### 〈ステップ〉

#### ☆サンバステップ (前進の場合)

右足を小さく前に踏み出す(ct1) 左足をほとんどその場にもどすように  
ステップ(ct1) 右足を小さく前にステップ(ct2) 左足を小さく前にステッ  
プ(ct3) 右足をほとんどその場にもどすようにステップ(ct1) 左足を小  
さく前にステップ(ct4) これを繰り返す。

#### ☆ミンシングステップ (前進の場合)

右足を小さく前にステップ(ct1) 左足を右足にそろえるようにしてステッ  
プ(ct1) 右足を小さく前にステップ(ct2) 左足を右足にそろえるように  
してステップ(ct1) これを繰り返す。

### 小節 [エントランス]

1-4 女性・右足からサンバステップで小さく前進、この時、手を胸の前  
で右、左と振る

男性・前かがみの姿勢で右足からステップ、ホップ8回で前進、こ  
の時、ステップする足と同じ側の手を前にあげ、ホップと同時に両  
手のカスタネットをたたく

5-8 1-4 と同じことをしながら、正面に向かって、女性・右、男性・左  
にくる



(女性)

- 9~10 帽子を右手に持って、右へかざす。(ct1,2) 左へ(ct3,4) 前へ  
(ct1,2) かぶる(ct3) 帽子はかぶる内側を見せるようにする  
11~12 腰をふり、スカートをゆらせながら上げたり下げたりする

(男性)

- 9 両手を右にあげカスタネットを c t 1 でたたき、c t 3 で両手を左  
にあげてカスタネットをたたく  
10~12 小節 9 を 3 回繰り返す

### [ F i g u r e 1 ]

- 1~4 女性：右足からのサンバステップで、その場を右回りに 1 回転する。  
この時、手を右左に振る。  
男性：右足からのステップホップ 8 回で女性の周りを右回りに 1 回  
転する。ただし、最後にはステップホップではなくステップクロー  
ズと足を踏みかえる。この時、ステップする足と同じ方の手をあげ  
ホップと同時にカスタネットをたたく。  
5~8 女性右足、男性左足から逆回転する。男性、最後もステップホップ。

### [ F i g u r e 2 ]

- 1~2 女性：右足からのミンシングステップで右へ移動。この時両手を胸  
の前に出し c t 1, 2 で手のひらを下に向け c t 3, 4 で上に向け  
る。  
男性：左へ左足からのミンシングステップで移動。この時、両手を  
右に上げ c t 1 と c t 3 でカスタネットをたたく。  
ただし、男女とも最後にクローズする足（男性：右足、女性：左足）  
には体重を置かない。  
3~4 逆足から逆方向へ行く。男性の手は左に上げる。  
5~8 1~4 を繰り返す。ただし、男性は最後にステップする足（左足）に  
は体重をのせる。

### [ F i g u r e 3 ]

- 男性：F i g 1 と同じ。  
1~2 女性：右足からのミンシングステップで前進しながら、帽子をとっ

て徐々に前方へもっていく。最後クローズする足には体重をおかない。

3-4 左足からのミンシングステップで後退しながら、徐々に帽子を頭にもって行ってかぶる。

5-8 1-4 に同じ

#### [ F i g u r e 4 ]

(女性)

1-2 右足からのサンバステップで前進、このとき、帽子を胸の前でハンドルのように持って、右・左と回すように振る。

3-4 同じように帽子を動かしながらサンバステップで後退

5 8 1-4 に同じ

(男性)

1 ジャンプして右足を前にして着地(ct1) このとき、右手を上にしてカスタネットをたたく。ジャンプして左足を前にして着地(ct3) このとき、左手を上にしてカスタネットをたたく。

2 ジャンプして右足を前に着地。右手を上にしてカスタネットをたたく(ct1) ジャンプして左足を前に着地、左手を上にしてカスタネットをたたく(ct2) ジャンプして右足を前に着地、右手を上にしてカスタネットをたたく(ct3)

3-4 1-2 を逆に繰り返す

5-8 1-4 を繰り返す

#### [ F i g u r e 5 ]

男女とも F i g 1 に同じ

#### [ F i g u r e 6 ]

(女性)

1-4 右足からのミンシングステップで右回りに1回転する。この時帽子を右手で左腰に持つ。最後にクローズする足には体重を置かない。

5-8 左足からのミンシングステップで左回りして1回転する。この時帽子を左手に持ちかえて右腰に持つ。

9-16 1-8 に同じ

(男性)

- 1 左手で右ひじをたたく(ct1, 2) 右手で左ひじをたたく(ct3, 4)
- 2 左手で右ひじをたたく(ct1) 右手で左ひじをたたく(ct2) 左手で右ひじをたたく(ct3)
- 3-4 1-2 を逆から行う
- 5-8 1-4 を繰り返す

[ファイナル]

(女性)

- 1-12 右手に帽子を持ち、左右に振りながら右足からのサンバステップで退場

(男性)

- 1-12 右足からのステップホップで退場。この時、ステップした方のでを上げてホップと同時にカスタネットをたたく。  
この時男女とも回転をいれてもよい。

X 7

# Tablochico - Russia -

(小さなりニコ)

Rhythm :  $\frac{2}{4}$

Position : 男性内側へのダブルサークル  
(4歩程 はなれて待つ)

## Part - 1 Walk and Brush

小節

1~4 互いに右手も上げ、左手を腰にとり待ち、右足より4歩で互いに接近し、握手で上下4回ふる。

5~8 男女共、その場を7歩で CW ソロターン、スタンプ ①

9~12 : : CCW : :

1~12 ブラッシュステップを男 RLOD 女 LOD より 3往復

## Part - 2 Men Slap Solo

1~12 男性、スラップステップ 11リイ-ションを RLOD より始めて 3往復。すなわち、右足ステップ ①、左足を少し上げて後方に回し、左手で 外側のヒールを打つ ②、右足ステップ ③、右足でステップしつつ CCW に  $\frac{1}{2}$  ターン ④、同じことを左足で行い、CW に  $\frac{1}{2}$  ターン ⑤~⑥

1~12 男性、スラップステップ 6回で、女子の周りを CW に 1回 転ずる。すなわち、右足ステップ ①、左足ヒールを打つ ②、左足ステップ ③、右足ステップ ④、左足ステップホールド ⑤

この間、女性はレストステップを行う。すなわち 右足ステップ ① 左ヒールをタッチ ② 左足ステップ ③ 右ヒールタッチ ④

## Part - 3 Women Brush Solo

1~12 女性、ブラッシュソロを LOD より 3往復行う。この時ブラッシュした足と同じ側の手を流す。

- 1~8 女性、ブラッシュステップバリエーション 4回で男性の周りを CW に 1 回転する。すなわち 右足ステップ ① 左手を流しつつ 左足ブラッシュ ② 左足より ステップ 2 歩 ③ ④ 左足 ステップ ホールド ④
- 9~12 女性、右足より 8 歩で その場で CW に 1 回転する。

この間 男性は レスト ステップ を行う。すなわち、右足、その場 リーフ ① 左足、半歩前に ヒール タッチ ② 逆足よりくり返す ③ ④

### Part - 4 Men Stamp Solo

- 1~12 男性、スタンプバリエーション 6回で女性の周りを CW に 1 回転する。すなわち 右足スタンプ ① 左ヒールスタンプ ② 左足スタンプ ③ 右ヒールスタンプ ④ 右足スタンプ ⑤ 左足スタンプ ⑥ 右足スタンプ ホールド ④ ④
- 1~8 男性、スタンプステップを RLOD 方向に往復する。すなわち、右スタンプ ① 左ヒールスタンプ ② 左スタンプ ③ 右ヒールスタンプ ④ 右、左、右とスタンプしつつ CCW に 1/2 ターン ⑤ ⑥ ④ ホールド ④ 同じことを右足より行う CW に ターン ⑤ ~ ⑧
- 9~12 男性、右足より 6 歩で その場を CW に 1 回転。右スタンプ ① 左腕を低くのばし、右腕を高く上げ、右ヒールを前にタッチして ポーズ ②

この間 女性は レスト ステップ を行うが、男性 ポーズ と同時に右足を前に伸ばす。

### Part - 5 Women Extending Step Solo

- 1~4 女性、その場で エクステンディング ステップ 4 回を右足より行う。すなわち 右足を重く、膝を曲げてステップし、左足は伸ばして床から少し上げる。① 左足より 左、右と伸ばすステップ ② ③ 同じことを左足より行う
- 5~12 女性、その場で エクステンディング ステップ 8 回で CW に 1 回転する。

- 1~8 女性、エクステンディングステップ8回で男性の周りをCWに1回転する。  
 9~12 女性、バズステップ4回でCWターン。最後のct. 8で男性  
 とオープンポジションに組む

この間、男性はシフトステップを行うが最後の小節9~12で  
 パートナーに近づき、オープンポジションに組む。男女とも外  
 側の手は肩の高さで保つ。

### Part - 6 Pas de Basque, Brush Solo and Buzz

- 1~8 男女とも、右より11ステップ8回でLOD前進  
 9~12 11ステップ4回でCCWにカッポルターン  
 1~12 上記をくり返す  
 1~12 男女とも、ブラッシュステップ6回で3往復 (Part-1に同じ)  
 1~12 男性、Part-2の前半のスラップバリエーションを行う  
 女性、小さなターンでCWに1回転

### Part - 7 Walking Turn

- 1~4 男女とも、右足よりグライディングウォーキング4回で接近。この時  
 左腕を右腕より高くして、腕を伸ばして広げる。  
 5~8 右足より4歩で後退、手は自然に腰に戻る。  
 9~12 再びグライディングウォーキング4回で近づき(①~④)、互いに  
 小さな円を描くようにハンガリターンポジションで、CW  
 に1回転

### Part - 8 Russian Skip, Buzz and Pose

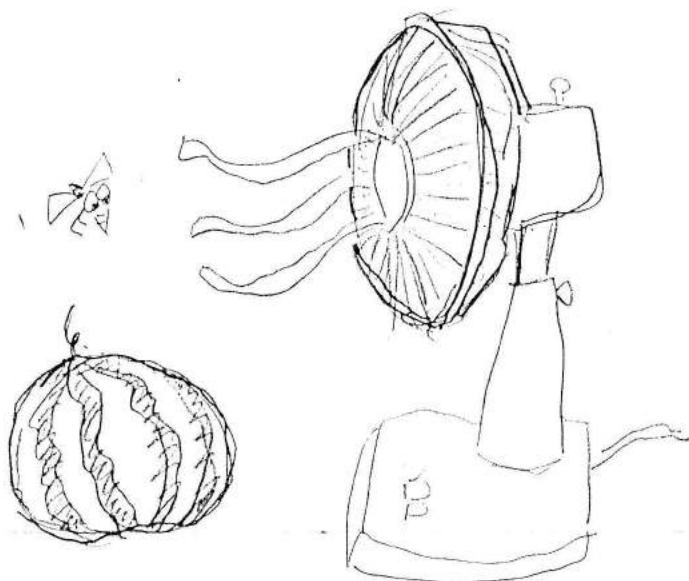
- 1~6 その場でロシアンバックステップを右足より12回行い後退。こ  
 の時、男性は胸の前で腕をくみ、女性は腰に手を置く。  
 7~8 ウォーク4回で接近し、ハンガリターンポジションに組む。

9~12 バズターン。最後のカウントでスタンプして円外を向き。  
女性は男性の右側で"右手をあげ"男性は左手をあげ、ポーズ。

---

## 夏の夜の独り言

うちの部屋の窓からは昔は70~80m程  
はなれた戸家の窓がぼんやりと見えしていた(少し  
振りに夜起きて机に向かっている)。前は  
駐車場だった。た"か"。時の経つのは早い  
もので、今では2mと離れない所に隣へ  
家の壁が伸びた。ま"か"けで、夏、風通しのよ  
から部屋も、少し暑くなっていた。  
寂しい。





- 5~8 小節1~4を左足より左へ行う。  
 9~16 : 1~8と同じ。

### Fig 7 (Natray)

Fig 6が終わった直ちにVホールドになる (Fig 8もVホールド)

- 1~2 RLODへ体を向ける。この隊形ではLODへ右足より7歩後退(オ1と2と3と4)  
 ホールド(オヒ)  
 3 左足ステップと同時にLODへ向いてさらに右左とステップ(オ5と6)  
 4 右足 : RLOD : 左右 : (オ7と8)  
 5~6 LODへ向いて隊形ではRLODへ右足より7歩後退(オ1と2と3と4)  
 ホールド(オヒ)  
 7 小節4と同じ  
 8 小節3と同じ  
 9~16 小節1~8と同じ

### Fig 8 (Kraj)

1 2 3 のリズムで行う。

- 1 円心へ向き LODへ右足右横にステップ(カ)左足を右足の前へS(カ)  
 (カ) : 後S(カ)  
 2 小節1に同じ  
 3 円心へ向いてとまり左足その場でホップ(オ1)右足を左足の  
 前にステップ(オヒ)、左足にもどしてステップ(オ2)ホールド(オヒ)  
 4 右足をその場でステップ(オ1)左足を右足の前にステップ(オヒ)  
 左足にステップバック(オ2)  
 5~8 小節1~4を左足から左へ行う。  
 9~16 小節1~8と同じ。

# The Last Waltz - America -

Composers : Chuck & Maryann Lisie

Rhythm : 3/4 拍子

Position : 男性壁向きのクローズドポジション (C.P)

## - Introduction -

[ 1~4 Wait , Wait , Dip to COH , - , - , Recover , - , - ]

1~2 音楽を聞いて待つ

3 円弧へ左足を引いて Dip (1) , ホールド (2.3)

4 右足 Recover (1) , ホールド (2.3)

## - Part A -

[ 1~4 (whisk) FWD Side Behind ; Thr Side Behind ;  
Side , - , Draw Close ; RWD Waltz 2.3 ]

1 男性が壁向きの C.P で左足前へステップ (1) 右足右横へステップ (2) 左足を右足の後ろにクロスする (3)

2 右足を LOD へステップスルー (1) 左足左横へステップ (2) 右足を左足の後ろにクロスする (3)

3 (キャンター) LOD へ左足を横にステップ、右足を左足に Draw して、右足に体重を移す (男性壁向きの C.P)

4 円弧へ左足がワルツ1小節後退する

[ 5~8 FWD Waltz (WLF Twirl) ; Twinkle (RLOD) 2.3 (to S.C.P)  
FWD 2.3 , (to RSCP) ; FWD 2.3 (to S.C.P) ]

5 男性は右足がワルツ1小節で前進 (女性も男性の左手の下で、3歩で CCW にトワール) して RLOD 壁斜め方向に向き、RSCP になる。

6 RLOD 方向にトウインクルを行い、LOD 中央斜め方向を向いた S.C.P になる。

7 男性は左足からワルツ1小節で前進する(その間に女性を左回りに男性の前につれて行きLOD壁斜め方向を向いたRSCPになる)。

8 RSCPでLOD壁斜め方向に左足からワルツ1小節前進してLOD向きのSCPになる。

[ 9~12 Pick Up, 2, 3 (CP facing LOD); (L) Turn Waltz;  
(L) Turn Waltz; Side, -, Draw Close; ]

9 男性は、右、左、右と小さなステップでワルツ1小節前進しながら、女性をPick UpしてLOD向きのC.P.になる。

10~11 男性 左足から、2つの左回りのワルツ・ターンを行う。  
(リバース・ターン 男性壁向きで終わる)

12 (ホーター) LODへ左足を横にステップ(1)、右足を左足にDrawして右足に体重も移す(2, 3)

[ 13~16 (Whisk) FWD Side Behind; Thru Turn Close  
(to CP); (R) Turn Waltz; (R) Turn Waltz ]

13 男性が壁向きのCPで左足前へステップ(1) 右足、右横へステップ(2)、左足を右足の後ろにステップする(3)。

14 右足をLODへステップスルー、左足で2歩でManeuverしてRLOD向きのCPになる。

15~16 男性 左足から2つの右回りワルツ・ターン(男性LOD、女性RLOD向き)。

## - Part B -

[ 1~4 (Noren) FWD Side Recover; Hook Turn, 2, 3 (To BjoP);  
BWD Waltz (Turn to SCarP); Waltz, 2, 3; ]

- 1 C.Pで LODへ左足前進、右足を右横にステップ。左足で Recover。
- 2 右足を左足の前に Hook して、体重を両足にのせて、左回りに半回転して、体重を右足にのせる（女性はその場で右左、右と左回りのターンをして、男性の右側に行き、Byo Pになる）
- 3 男性は LODへ左足からワルツ1小節後退し、3呼吸間目にターンして S.Car P になる。
- 4 右足からワルツ1小節で前進する。

{ 5~8 Twinkle, 2.3 (to S.CP); FWD Turn, Close (to CP);  
 (R) Turn Waltz; (R) Turn Waltz; }

- 5 S.Car Pで LOD壁斜め方向へトウインクルを行って、SCPとなる。
- 6 男性は右左右と大きくステップして RLOD向きのCPになる
- 7~8 男性は左足から2つの右回りのワルツターンを行って LODを向く

{ 9~16 Repeat Meas 1-8 of B ... end CP, M, facing wall }

9~16 Part Bの1~8小節をくり返し、男性が壁向きのC.Pになる

## — Interlude —

{ 1~2 (CP, M, face wall) Dip CofL L, -, -; Recover R, -, -; }

- 1 男性壁向きのC.Pで円弧へ左足を引いて Dip
- 2 右足 Recover

# - Part C -

[1~4 Waltz Bal (L); Reverse Twirl, 2, 3; Twinkle, 2, 3;  
Pick Up, 2, 3;

- 1 男性 壁向きの B. fly P で 左へバランスを行う。
- 2 男性は その場で 右左右とステップする。(女性は男性の左手の下で 左.右.左と3歩で 左回りにトワールして RSCPになる)
- 3 RLOD 方向へトワールして LOD 向きの C.P.になる。
- 4 女性を Pick Up して LOD 向きの C.P.になる。

[5~8 (L) Turn Waltz; (L) Turn Waltz; Waltz Balance Apart;  
Waltz Balance Together (Loose-CP);

- 5~6 男性 左足から 2つの左回りのワルツターンを行い、壁向きの C.P.になる。
- 7~8 両手もとり合い、男性は円心円外(女性は円外円心)へ、ワルツバランスを行い、男性壁向きの Loose-CP になる。

[9~12 (Quick Step) Side/Close, Side, Thru; Side/Close, Side;  
Thru; Side, - , Draw Close; Side, - , Draw Close;

- 9 男性 左足を左横へステップ、すばやく右足を左足にクローズし、左足を左横にステップ、右足でスルー。
- 10 小節9をくり返す。
- 11 (ファンター) Part A の小節3を行う。
- 12 = をくり返す。

[13~16 (Whisk) FWD, Side, Behind; Thru, Turn, Close (to CP);  
(R) Turn Waltz; (R) Turn Waltz;

- 13~16 Part A の小節13~16を行う。

# - Tag -

- { 1~5 Repeat Mas 1~5 of Part A, end in C.P M, facing wall }
- 6 Step Side LoD L, Take Recovers S.C.P and Point R RLoD

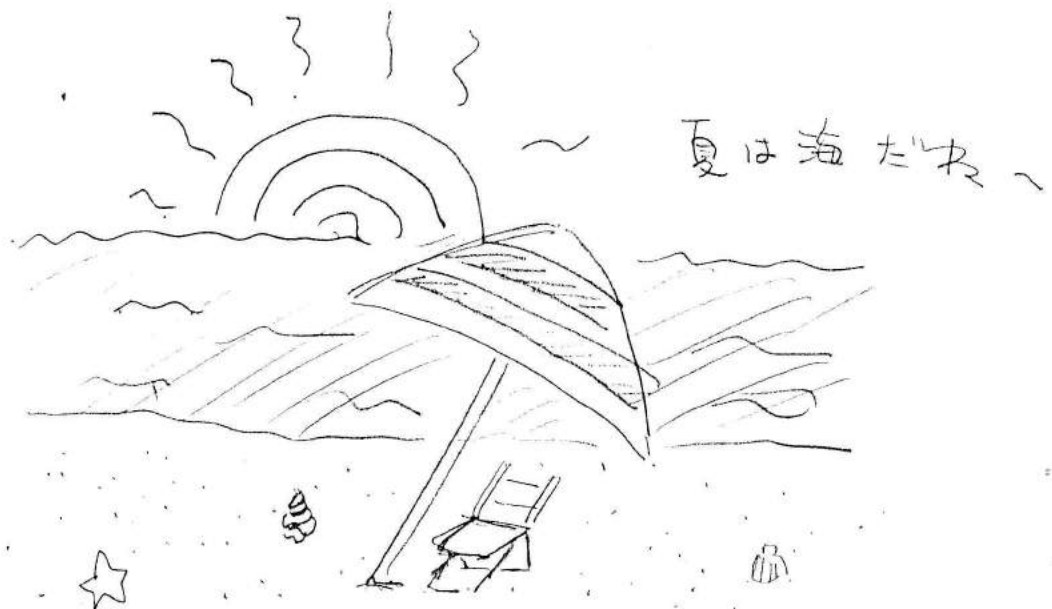
- 1~5 Part A の小節 1~5 のフキ"ア"を行ハ. 男性壁向きの C.P になる。
- 6 LoD へ左足を横にステップ。RSCP になつて。RLoD へ左足をポイント。

## 構成 (Sequence)

Introduction - A - B - Interlude - A - B - C  
- B - Tag

参考：東京学芸大学 春合宿 資料

And Thanks to Mr. Kamakura



# Kolubarski Vez<sup>#2</sup>

(Srbija-3)

Rhythm : 2/4

Position : U šestのオープンサクル 円心向き

## Part 1

- 1~2 左足ホッパ 右足右へスッパ 左足閉じスッパ 右足右へスッパ 右ホッパ
- 3 左足左へスッパ 右足右へ戻しスッパ 右足そばに 左足を 閉じスッパ  
右足その場にスッパ
- 4 小節3と同じように 3歩スッパ (ただし最後の右足スッパはよくホールド)
- 5~8 小節1~4を繰り返す
- 9~10 小節1~2と同じ、ただし最後の呼吸間は左足を右足にといスッパする。
- 11~12 小節3~4を 逆足から踏む
- 13~16 小節9~12を 逆足から 逆方向へスッパする

## Part 2

- 1~2 その場で左足のホッパよりホッパスッパスッパ (オ1と2) 右足その場  
にスッパ (オ3) 右足ホッパそばから右へ90°向きをかえ 左足を軽くキック
- 3~4 左足より左方へ3回スッパ フローズ (オ1と2と3と) さらに左へ  
スッパ (オ4) 以上 オ1~4は側進
- 5~16 小節1~4を あと3回繰り返す。

## Part 3

- 1~2 その場で左足のホッパよりホッパスッパスッパ (オ1と2) 両足を軽く  
開いてジャンプ (オ3) ジャンプ (オ4)
- 3~4 そのままの状態でもう1度ジャンプ (オ1) さらにジャンプするが 左足左横  
にタッチ (オ2) 右足の前へ左足交差するようにタッチスッパ (オ4)
- 5~16 小節1~4を 3回繰り返す。

## Part 4

- 1~2 右足より右へスッパ フローズ スッパ フローズ (オ1、2、3、4)
- 3~4 小節1~2を 左足より左へ行う
- 5~12 小節1~4を 2回繰り返す。
- 13~14 小節1~2と同じ
- 15~16 左足左へスッパ (オ1) 右足を左足に閉じスッパと同時に左足の  
ひざの下を横に上げる (オ2) 左足を右足の前に交差しタッチ、  
右へ向く (オ3) スッパ (オ4)

## Part 5

- 1~2 Part 1の1~2に同じ  
3~4 左足うしろにステップ(オ1)右足前へもどしてステップ(オ2)左足 右足のうしろへ交差する様にステップ(オ3)右足にもどしてステップ(オ4)左足を右足の前へ交差してタッチ(オ5) ステップ(オ6)  
5~16 1~4を3回繰り返す

## Part 6

- 1~4 Part 2と同じだが、小節3~4は前進(20Dへ)  
5~16 1~4を3回繰り返す

## Part 7

- 1~16 Part 3に同じ

## Part 8

- 1~2 右左右と右方へ3歩前進(オ1,2,3)左足前方にボールタッチ(オ4)  
3~4 左足後3へステップ(オ1)、右足そばへステップ(オ2)左足前へタッチ ステップ(オ3)  
5~16 1~4を3回繰り返す

## Part 9

- 1~2 右足その場にはりて(オ1)左足後へトタッチ(オ2)左足より繰り返す、1と繰。  
3~4 右左右その場で踏み(オ1と2)左足、右足の前へ交差する様に左足 ステップ(オ3) ポーズ(オ4)  
5~16 小節1~4を3回繰り返す

## Part 10

- 1~3 Part 9の1~3と同じ  
4 両足を閉じて前方にジャンプ(オ1)後方にキック(オ2)  
5~16 1~4を3回繰り返す

## Part 11

- 1 右足を左足にクリックする様にステップ(オ1)、その逆(オ2)  
2 1と同じ  
3~4 1の(オ1)を右足 左足 右足とすばやく行う(オ1と2)左足と右足の前に交差する様にステップ(オ3) ポーズ(オ4)  
5~16 1~4を3回繰り返す



# Nevestinsko Oro

Bitola-Makedonija

Source: Atanas Kolarovskiにより、IW-20で

Record: AK-4 Jugoton LPY-50985

Rhythm: 7/8 (1 2 3)

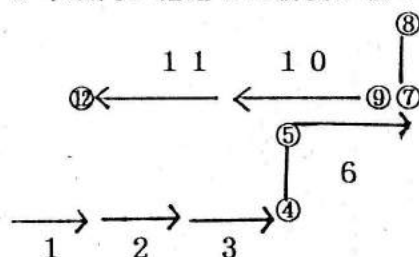
Position: 肘から曲げ 目の高さくらい やや前方にホールド (W)

## 小節

- 1 LODを向き、右足を前方に伸ばし、左足はやや伸び上がる  
(ct ah) 右足を前にステップ(ct 1) 左足ボールで  
近くにステップ(ct 2) 右足さらに前へステップ(ct 3)
- 2 1を逆足より繰り返し、さらに前方(LOD)に進む
- 3 右足(ct 1) 左足(ct 2-3)とさらに進む
- 4 円心を向きながら、右足右にステップ(ct 1) 左足そのばに  
ステップ(ct 2) 右足その場にステップ(ct 3)
- 5 左足を円心方向に前進ステップ(ct 1) 右足その場にステップ  
(ct 2) 左足その場にステップ(ct 3)
- 6 右方を向き、右、左と前進ステップ(ct 1 2-3)  
(小節3に同じ)
- 7-8 4-5に同じ
- 9 右足後退ステップ(ct 1) 左足その場にステップ(ct 2)  
右足その場にステップ(ct 3)
- 10 左方を向き、左足(ct 1) 右足(ct 2-3)と前進ステップ
- 11 右方を向き、左足(ct 1) 右足(ct 2-3)と後退ステップ
- 12 左足さらに少し後ろへステップ(ct 1) 右足そばにステップ  
(ct 2) 左足少し前にステップ(ct 3)

♡花嫁がリードし、5年以内に結婚した新妻が続いて踊るそうです

右のような  
動きになります



番号は小節  
を表す

# Dzinovsko (ジノフスコ)

# Trakija - Bălgarija

・ブルガリアはトウキョエ地方の代表的なfolkダンスである。  
1978年に Radoko Tonev氏によって紹介された。Sliven  
の3つのバリエーションを基にして、三上真氏がフィクスを加え  
構成したものである。

Rhythm : 2/4 拍子

Records : Radoko Tonev - TFL等

## 《基本ステップ》

- 1 右足ステップだが、左足体重も同時に初めに残しかぶり力強い  
ジャンプのふりにはる(ct1). 右足 ホップ(ct2).
- 2 小節1を 逆足でくり返す。
- 3~4 右、左、右、左とクニンステップ(cts1,2,3,4)だが、前進する時  
は、1歩目(右足)に強い3/4セントをついて、体を前傾させ、パー  
トナー同士で顔を見合うようにある。

## Part 1.

- 1~16 男性内側のダブルサークルを作り、プロムナドポジションに組み、  
基本ステップ4回で LODに前進する。

## Part 2

- 1~2 基本ステップを踏みながら、男女の位置交換を行う。即ち、  
連手を引き合い男性は女性の前を通り、CWに1回転してはから  
女性は左側に移動する(cts1,2,3,4)
- 3~4 その歩で 4歩ふい。
- 5~8 男女の立場を逆にして 小節1~4を繰り返す。
- 9~16 小節1~8を繰り返すが、最後のクニングステップ4歩で男性は  
後退するように CCWに1/4回転しシングルサークル状になる

## Part 3

- 1~4 円心に向かって基本ステップ1回で前進するが、最後の左足ステップ  
と同時に男女とも腕を引き合い円外に向く。
- 5~8 1~4を円外に向かってくりかえす。
- 9~16 1~8をくりかえす。

## Part 4

- 1~2 その場でジャンプ(α1) 右ホップ(α2) ジャンプ(α3) ホップ左(α4)  
 3~4 右足から4歩のウニングステップで女性は男性のまわりをCCWに  
 3/4回転する。カッパレはLOD向きになる。  
 5~12 基本ステップ2回でLODに前進。  
 13~16 基本ステップを1回その場で踏み、左手の連手を角ずらしてカッパレ  
 は向かい合う。

## Part 5

- 1~4 (女性)  
 ジャンプ(α1), ホップ右(α2), ジャンプ(α3), ホップ左(α4)で  
 CWに1回転し、更にその場で4歩ウニングステップを踏み  
 (男性)  
 その場で基本ステップを踏み  
 \*左手は、女性は腰、四指前方、男性は背中。  
 5~16 小節1~4をあと3回繰り返す。(計4回)

## Part 6

- 1~4 男女とも両手を腰にとり、右肩ソードで右足ステップ(α1), ホップ(α2),  
 左足ステップ(α3), ホップ(α4)以上で位置交換を行い、その場で  
 4歩ウニングステップ  
 5~12 小節1~4をあと2回くり返す。男性円外、女性円内になる。  
 13~16 (女性)  
 その場で基本ステップを付くが、両手を胸の前でぐるぐる回す。  
 (糸まきようにする)  
 (男性)  
 1体の前で拍手(α1), 背後で拍手(α2) 再び体の前で  
 拍手(α3), 両手で両ももをににく(α4)。両手を腰にとり  
 スクワットダウン(α5,6), 両足でリカバリー(α7,8)

## Part 7 ~ 女性のみに ~

- 1~4 右足からステップ, ホップ, ステップ, ホップで少し前進し、その場で  
 4歩ふみ。この時、両手は初め左脇かに流して(α1)弧を描く  
 ように斜め上方に回し(α2,3)正面にきたらふりおろす。(α4)  
 そして4歩のウニングステップに合わせて前、後、前、後とふる(α5,6,7,8)  
 5~8 1~4を後退しながら行う。両手は初め右脇かに流してから行う。  
 9~16 1~8をくりかえす。

\* 男性 その場で基本スナッフ 4回.

### Part 8

- 1~4 ジャンプ、ホップ 右 (cお1.2), ジャンプ、ホップ 左 (cお3.4) 2CW  
に1/2回転して円外向きとなり、更にその場で4歩ユニークスナッフ  
5~8 両腕を前方に降り上げ、軽くとび上がる (cお1.2) スクワットダウン  
(cお3.4) スクワット上にはまき軽くジャンプ (cお5.6) その反動で図の  
な姿勢になる。(cお7.8)
- 9~10 そのままの姿勢で1本を2回上下する。
- 11~14 1本を反転させ、腕立て伏せの姿勢になる。  
(cお1.2). 両足を右に振る (cお5.6).
- 15~16 両足を引き寄せる (cお1.2). 両足を立ち上がる (cお3.4)  
(女性)



- 1~2 その場でジャンプ、ホップ (右) (cお1.2), ジャンプ、ホップ 左 (cお3.4)  
だが偶数カウントの時、1本の前の拍手 (両腕を大きく回す)
- 3~16 小節1~2を後7回くり返す。(計8回)

### Part 9

(男性)

- 1~2 1本の前の拍手 (cお1), 両手でももをにたく (cお2), 再び拍手 (cお3)  
右手で右足のくるぶしにたく (cお4)
- 3~4 小節1~2のcお1~3を繰り返す、左手で左足のくるぶしにたく (cお4)
- 5~6 小節1~2を繰り返す。
- 7~8 拍手 (cお1), 左脚を上げるとその下で拍手 (cお2), 再び拍手 (cお3),  
右脚を上げるとその下で拍手 (cお4).
- 9~14 小節1~4をくり返す。
- 15~16 両手を腰にとり、スクワットダウン (cお1.2), 両足でリカバリー (cお3) ホース (cお4)  
(女性)

- 1~16 Part 6の小節13~16を4回。3回目より前傾させ、4回目より本を起し  
まわっている両手を豆粒上にかさす。

### Part 10

- 1~4 Part 6の小節1~4を行う。(男性円内、女性円外)
- 5~12 Part 5の                      を2回行う。
- 13~16 (女性) 両手を腰にとり、ジャンプホップ 右 ジャンプホップ 左。以上でCW=1回転。  
その場で右、左、右、左とスナッフ、左足をヒースタンフ  
(男性) Part 6の小節13~16と同じ。最後に両手を高くあげてホース

# Slavonian Dances

slavonia-Hrvatska (J)

Macedonian Dancesと同様 ユーゴスラビア大使館所蔵のフィルムから取材したもので、5つの部分からなる。スラボニアはクロアチア共和国の東部でドラバ川とサバ川に挟まれた地方である。この踊りは、ステージ用のメドレーであり、Part 1、4、5は、ここに記すほかに幾つかの構成が考えられる。

Rhythm 2/4

Position 右手上のベルトホールド

男女交互 又は男女別のライン (男女別の時は2つのラインが互いに向き合う)

## Part 1 Introduction

小節

1-40 前奏 導入部分であり、フィルムでは男女の楽しげなやりとりがえがかれている。

## Part 2

(A)

1-4 ホールドを組む (この後歌がはいる)

5-6 右足に重心をおき 右足ベント (ct 1) 左足を左横に出しながら右足をのぼす (ct と) 足を開いたまま両足でゆっくりバウンス1回 (ベントアップ) (cts 2 と)  
左足に重心をおき 左足ベント (ct 3) 左足を伸ばすと同時に右足を引きよせる (ct と) 両足閉じてゆっくりバウンス1回 (ベントアップ) (ct 4 と)

7-8 小節5-6をくりかえす

9-16 小節5-8を2回行う

17-24 小節5-8を2回行う

25-32 小節5-8を2回行う

\* 以上のパターンは足首 膝を十分に使い 少々ねばっこく行いながら左へ進む

(B)・音楽が除々に早くなる

- 1-2 右足に重心をおき 右足ベント (ct 1) 左足を左横に出しながら右足を伸ばす (ct と) 両足を開いた形でバウンスを2回 (cts 2と)  
左足に重心をおいてベント (ct 3) 左足をのぼしながら右足を引きよせる (ct と) 両足を閉じてバウンス2回 (cts 4と)
- 3-8 小節1-2を3回行う
- 9-16 小節1-8をくりかえす

(C)

- 1 やや左を向き 右足ホップ2回で小さくALODへ進む (cts 1 2)
- 2 右足さらにホップ (ct 3) 左 右と小さくステップで前進 (cts と4)
- 3-16 小節1-2をあと7回行う (合計8回)

### Part 3 Mista Kolo

(A)

2つのラインは向かい合う

1つのラインで踊るときは ここでサークル状になる

- 1 両足で軽くジャンプ (ct 1) 両足でバウンス2回 (cts 2と)
- 2-8 小節1をあと7回くりかえす (合計8回)

(B)

- 1-4 右足からステップホップ (cts 1 2) 4回で円心方向へ前進 (cts 1-8)
- 5-8 右足からステップホップ3回で円外へ後退 (cts 9-14)  
左足を後方へステップ (ct 15) 右足を左足にクローズ (ct 16)

\*以上 (A) (B) をあと5回 計6回行う

構成 1、3、5: Vocal

2、4、6: Instrument

(B) の variation

数人のラインに別れ ステップホップ8回でcwに回転するように進む

Part 4 Repe (couple dance)  
(A)

男女向かい合って右手同志をとり 左手は拳にして背中(腰の上)におく

- 1-5 右足から早いシザーズ17回(c t s 1と2と 8と9)  
左足が前に伸びた状態でホールド(c t sと10と)  
6-10 左足から小節1-5をくりかえす 最後は右足が前に伸びた状態で  
ホールド

(B) ショルダーウエストポジション

- 1-2 やや右に体をひねりながら 右足からフラット全体でスリーステ  
ップを行う(c t s 1と2) 同様に左に体をひねりながら左足か  
らスリーステップ(c t s 3と4)  
3-16 小節1-2をあと7回行う 計8往復  
\*以上(A) (B)をあと2回 計3回行う

(A) の Variation

同様のステップで(軽いランニングステップの感じになる)男女の  
位置を交換したり 自由に動き回る。男女別のラインで踊るときは  
1回目の(A)でラインを解き 個々のダンサーは互いに相手のライ  
ンの方向に進んでカップルをつくる。

(B) の Variation

1: ショルダーウエストポジションに組み、やや左に体をひねり  
右足からステップリフトステップ(c t s 1 2と)16回  
で、cwに回転する。このとき軸は男女の中心であり、ピョ  
ンピヨンとびはねないこと。

2: ショルダーウエストポジション(但し女性は両手を上方に  
掲げる)に組み、右足からステップリフトステップ(c t  
s 1 2と)16回でcwに回転する。

\*最後に男女交互で右上のフロントバスケットホールドのライン  
をつくる。

Part 5 Kisa Pada

Walk Ran Time-step等を自由に使い、蛇行したり サークルを作ったりする。

構成は8小節を1つのユニットとして29回 232小節である。

～構成（数字はユニットナンバーを表す）～

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14  
                    歌                    歌

15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25  
            歌                    ↑  
                    かけ声                    ↑  
                                    かけ声

26 27 28 29



# Sirba Pe Loc

(スルバ ペ ロック)

Muntenia-Romania

Source: 1979年 東京、京都の特別講習会でMihai David 氏による

Rhythm: 2 / 4 Record: G y p s y C a m p Vol 1

Position: T ホールドのライン

## 小節 < F i g ・ 1 >

- 1-2 右足右へステップ(ct1) 左足そのうしろにステップ(ct2) 右足右へステップ(ct3) 左足キック(ct4)
- 3-4 小節 1 ~ 2 を逆足より繰り返す
- 5-16 小節 1 ~ 4 をあと 3 回繰り返す

## < F i g ・ 2 >

- 1-2 右足右へステップ(ct1) 左足そのうしろにステップ(ct2) 右足右へステップ(ct3) 左足スウィング(ct4)
- 3-4 小節 1 ~ 2 を逆足より繰り返す
- 5-16 小節 1 ~ 4 をあと 3 回繰り返す

## < F i g ・ 3 >

- 1-2 F i g ・ 1 の小節 1 ~ 2 に同じだが、4 呼間目は左足を右足前にタッチし体を少し右に向ける
- 3-4 左足前に強くステップ、右足うしろにあげる(ct1) 右足をうしろにステップ(ct2) 左足左へステップ(ct3) 右足前にタッチ、体を少し左に向ける(ct4)
- 5-6 小節 3 ~ 4 を逆足より繰り返す
- 7-16 3 ~ 6 をあと 2 回半繰り返す

## < F i g ・ 4 >

- 1 右足その場にステップ、左足を左へ振り(ct1) 左足を右足へクリック(ct2)
- 2 逆足より繰り返す
- 3 右足右へステップ(ct1) 左足そのうしろへステップ(ct2)
- 4 小節 1 と同じ

- 5-8 1～4を逆足より繰り返す  
9-32 1～8をあと3回繰り返す

< F i g ・ 5 >

- 1 F i g ・ 4 の小節1に同じ  
2 左足をその場にステップ(ct1) 右足そばにスタンプ(ct2)  
3-4 F i g ・ 4 の小節3～4に同じ  
5-8 小節1～4を逆足より繰り返す  
9-32 1～8をあと3回繰り返す

※曲名の意味は「その場のスルバ」

# Scandinavian Polka (スキャンジビジョン ポールカ) Sweden.

Rhythm ; 2/4

Position ; 男性内側のダヴルサークル. 内側の手を連手して LOD 向き

## Part 1 (フックアップダンス)

- 1~8 男女共外側の足よりポールカステップ8回で前進。連手は後3.前に振る。  
9~16 フローストポジションになり、4回転転しはから前進。  
— あいさつ —  
17 男子が円外同様のダヴルサークルになり、男子バウ、女子は右足を軽く  
引いてカーティシー。  
18 男女共拍手3つ (オ1と2)  
19~20 小節17~18を繰り返す。  
21~22 互いに右、拍手、左、拍手 (オ1, 2, 1, 2) と手を打つ  
23~24 次に右手同士互いに打ち合いながらCCWに一回転し (オ1と2) スタンポーズ。  
25~28 小節17~20と同じ。  
29~30 互いに右手の人差し指でハートマーク3回指さし (オ1と2) 同様に  
左手の人差し指で3回指さす (オ1と2)  
31~32 小節23~24と同じ。

## Part 2 (ヒールズンドトールカ)

- 1~4 フローストポジションでLODへ男性左足、女性右足よりヒールトールカを  
付け (オ1と2, 1と2) RLODへも繰り返す。 (オ1と2, 1と2)  
あはわち左足からのヒールトールカを説明すると、左方向に左足ヒールタッチ  
(オ1) 右足はその場でホップ (オ2)、左足トーチ (オ2) 右足はその場で  
ホップ (オ2)、左足トーチ (オ2) 右足はその場でホップの後、ポールカ  
ステップ (オ1と2)、右足からも同様に右方向へ行く。(このとき上半身を  
揺らしてはから楽しそうに)  
5~8 ポールカターンでLOD方向へ2回転。  
9~24 小節1~8を2回繰り返す。

## Part 3 (ハルウェージャン・ポールカ)

- 1~2 最初の隊形から男性左足、女性右足より3歩LODへ前進し (オ1, 2, 1)  
4歩間目にスウィング (オ2)  
3~4 向きを変えて互いに内側の手をつなぎ、RLOD方向に同様に行く。

5~6 小節1~2をくり返すが 4歩目はストップ。

7~8 5歩めでクローズドポジションになりピポットターンを2回転ぶ。

9~24 小節1~8を2回繰り返す。

### Part 4

1~16 Part 1のあいさつをくりかえす。

### Part 4 (キックストップ)

1~2 バレリポジションに組み、LOD向きで男女共左足を前へキック(オ1)。  
その足を右足にかけるようにクロス(オ2)。右足ホップ(オ3)右足より、ポレカストップ  
で男性は女性の後3歩右へ女性には男性の前と左へ移動(オ1と2)。

3~4 小節1~2を右足から同様に行う。

5~8 ポレカストップ4回で前進

9~24 小節1~8を2回繰り返す。

### Part 6

1~16 Part 1のあいさつをくりかえす。

### Part 7 (スキャンジポジション、ポレカ)

1~2 互いに向き合い、男性左足、女性右足からLOD方向へスリーストップターン  
を行う(オ1、2、1) 拍手1つ(オ2)

3~4 RLOD方向へ同様、逆足から繰り返す。

5 男性左足、女性右足から2歩前進(オ1、2) この時 片腰はおとす。

6~8 ピポットターンで3回転ぶ。(ショルダー・ウエスト position)

9~24 小節1~8を2回繰り返す。

### Part 8

1~16 Part 1のあいさつを繰り返す。

### Part 9

1~16 Part 1の小節1~16と同じ

※ 特記に明記してない場合は、5指後方で片腰に  
手をあてて。

# Pentozalis<sup>(89)</sup> (Ellas)

Source: 1989年8月12日 ジョージ・アニファンデス氏より習う

Position: Tホールド

## Intoroduction

- 1-6 待つ
- 7-10 右足右ヘスステップ(1) 左足体重をおかずクローズ(3)  
左足大きく前ヘスステップ(5) 右足体重をおかずクローズ(7)  
左足大きくうしろヘスステップ(9) 右足体重をおかずクローズ(11)  
左足左ヘスステップ(13) 右足体重をおかずクローズ(15)
- 11-30 7-10を5回くり返す

## Fig-1

- 1-2 左足ホップ、右足ひざより下を曲げる(1)  
左足ホップ、右足前方へけりだす(2)  
右足その場にステップ(3)、左足よりパデバ(4.ト.5)  
右足よりパデバ(6.ト.7)、右足ホップ左ひざをあげる(8)
- 3-8 1-2を3回くり返す。  
ただし2回目以降は左足のステップよりはじめる

## Fig-2

- 1-2 Fig-1 2回目以降の(1)ー(5)に同じ(1-5)  
左足をホップ、右足横へまわす(6)、右足その場にステップ(7)、  
右足ホップ左ひざをあげる(8)
- 3-8 1-2を3回くり返す

## Fig-3

- 1-2 Fig-1 (2回目以降)に同じ  
ただし(4)ー(7)はその場にステップ(4.ト.5.6.ト.7)
- 3-8 1-2を3回くり返す

Fig-4

- 1-2 Fig-1 2回目以降の(1)―(5)に同じ  
右足その場にリープ(6)、左足前方にスラップ(7)、  
右足ホップ左ひざをあげる(8)
- 3-8 1-2を3回くり返す

Fig-5

- 1- Fig-4(1)-(7)に同じ(1-7)  
Fig-4(6)-(7)を逆足からくり返す(8-9)  
Fig-4(6-8)に同じ(10-1 )
- 4-12 1-3を3回くり返す

(注) Intoroductionの(11)は右足の前へクロスしても可



