

194 夏

194 夏

# 巻頭言

暑いですが頑張って楽しい合宿にしましょう



## 合宿役員

実行委員長	高橋 恵
生活委員長	伊藤 芳昭
副生活委員長	戸野倉 英子
実技責任者	高橋 恵    中澤 智    吉川 弘
会計	高橋 恵
食事係	深沢 利恵子
体操	牧野 能治    1年男子
救護	増田 加奈子

## 班分け

1班	伊藤 斎藤 小野 高橋 戸野倉 増田
2班	中澤 吉川 杉原 兼坂 坂本 深沢

## 食事当番

	28	29	30	31	1	2	3
朝	11	1	2	1	2	1	2
昼	1	2	1	2	1	2	
夜	2	1	2	1	2	1	

- ・ 当番は早めに食堂に行って配膳をし、食べ終わったら片付けをします。
- ・ 食事係は、トランプで席決めをして、準備ができたならみんなを呼びに来てください（りったんとかなちゃん2人で協力してやってください）

## ※注※

- ・ 次の日の実技に支障が出るような行動（例えば、飲み過ぎ、夜更かし）は慎みましょう。ケガにもつながります。遊ぶときは遊ぶ、練習のときはきちんと練習する、というように、きちんとけじめをつけてくださいね。

# 日程表

	28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日
9:00  12:00  1:30  5:30  7:00  8:00  10:00		起床 ・ 洗面					身支度
		朝食 (BREAKFAST)					
		実技 2	実技 4	実技 5	実技 7	実技 8	meeting
		昼食 (LUNCH)					自由
		実技 1	実技 3	party	実技6 レク リエーション	実技 9	昼食
		夕食 (SUPPER)					
		入 浴					
		video meeting	企 画	花火 大会	企 画	自 由	コンパ
		自由時間 ・ 消 灯					

# 94 夏合宿 指導計画

7/28(木) 午後	Sitna Zborenka (40)	Dobruđža(B)	高橋
	Hrvatskaの復習 (30)		
	Slavonian Dances (90)	Hrvatska	中澤・高橋
	Pentozalis (45)	Ellas	吉川
7/29(金) 午前	Srbijaの復習 (30)		高橋
	Serbian Medley #1 (120)	Srbija(J)	2・3年全員
	ポルカターの練習 (30)		吉川・高橋
午後	ピボットターの練習 \		"
	Scandinavian Polka / (120)	Sweden	"
	Dajčovo (60)	Sever(B)	中澤
	Subuli (50)	Philippines	伊藤・高橋
7/30(土)	Radomirsko Horo (30)	Sop(B)	高橋
	Dzinovsko (90)	Trakija(B)	西場・高橋
	Caballito Blanco (60)	Mexico	伊藤・坂本
午後	PARTY		
7/31(日) 午前	ワルツターの練習 (30)		中澤・高橋
	リバースターンの練習 \		"
	The Last Waltz / (120)	America	"
午後	Russiaの練習 \		
	Hopak / (110)	Russia	西場・高橋
8/1(月) 午前	Romaniaの復習 (30)		高橋
	Sîrba Pe Loc (50)	Muntenia(R)	戸野倉
	Kolubarski Vez #2 (90)	Srbija(J)	伊藤・坂本 戸野倉
8/2(火) 午前	Jablochico (80)	Russia	吉川・高橋
	Kalocsai Ugros (90)	Hungary	戸野倉・中澤
	レントラターの練習 (30)		吉川・坂本
午後	Zillater Landler (90)	Austria	"
	Baba Džurdža (60)	Makedonija	中澤
	後半の復習 (60)		

# S u b u l i

— P h i l i p p i n e s —

～女性パート～

・ エントランス ・

- 1~4 右足からサンバステップで小さく前進。この時、手(腕)を胸の前で左、右に振る。
- 5~8 1~4と同じことをしながら、正面に向かって、女性右・男性左に来る。
- 9~10 帽子を右手に持って、右へかざす(cts1.2)、左へ(cts3.4)、前へ(cts1.2)かぶる(ct3)。帽子は内側を見せるようにする。
- 11~12 腰を振り(ひさを右左と交互に前に出す)、スカートを持ってゆらす。

・ F i g 1 ・

- 1~4 右足からのサンバステップ8回で、その場を右回りに1回転する。この時、手を右左と振る。
- 5~8 1~4を右足から逆回転する。

・ F i g 2 ・

- 1~2 右足からのミキシングステップで右へ移動。この時、両手を肩の高さで前方に伸ばし、cts1.2で手のひらを下に向け、cts3.4で下に向ける。
- 3~4 逆足から逆に繰り返す。
- 5~8 1~4を繰り返す。

・ F i g 3 ・

- 1~2 右足からのミキシングステップで前進しながら、帽子を取って徐々に前方に持って行く。最後クローズする足には体重をおかない。
- 3~4 左足からのミキシングステップで後退しながら、徐々に帽子を持って行ってかぶる。
- 5~8 1~4に同じ

・ F i g 4 ・

- 1~2 右足からのサンバステップで前進。この時、帽子を胸の前でハンドルのように持って、右、左と振る。
- 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に同じだが、ステップを大きくして進む。

・ F i g 5 ・

Fig 1に同じ

・ F i g 6 ・

- 1~2 右足からのミキ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はおかない。
- 3~4 1~2を逆に行う。
- 5~8 1~4に同じ。

・ ファイナル ・

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

♡細かいことは気にせず恥を捨て楽しげに踊ろう！

# Subli

## Batangas - Luzon - Philippines

3/4 拍子、ラインのカッパルダンス

男は竹製のキャストネットを両手に、女は頭に麦わら帽子を持つ

### 小節

<エントランス> それは入場 女の子の後ろをついていく

1-4 前かがみの腰を曲げた男らしい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上げ、ホップと同じに両手のキャストネットを  
たたく。(以後おさるステップと命名)

5-8 おさるステップをしなから、正面を向せ、女の子の左に来るようにする。

正面

♂ 子

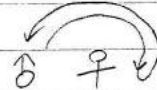
♂ 子

♂ 子

9 両手を右に上げ、キャストネットをたたく (ct.1) 体の前を通し (ct.2) 両手を左に  
上げ、キャストネットをたたく (ct.3) 両手を前から通す (ct.4)

10-12 9を3回繰り返す

### < figure 1 >



1-4 右足からのステップ、ホップ (おさるステップ) 8回で女の子のまわりを時計まわり  
にまわる。ただし、8回めはステップ、ホップではなく、ステップ、フロースで次に備える

5-8 左足から反時計まわりでおさるステップ8回、元の位置に戻る。最後もステップ、ホップ

### < figure 2 >

1-2 左へ左足からのミンシンフ: ステップで両手を右に上げたまま移動 (ct.1) と  
(ct.2) でキャストネットをたたく。クロスする足には体重を置かない。

3-4 右足から右方向へ、両手は左に上げる

5-8 1-4を繰り返す。最後のステップ(左足)には体重を乗せる。

★ ミンシンフ: ステップとは... (前進の場合) 右足を小さくステップ (ct.1) 左足を右足にそろえ  
るようにステップ (ct.2) 右足を小さくステップ (ct.3) 左足を右足にそろえるように  
ステップ (ct.4) ... 以上の繰り返し

### < figure 3 >

figure 1 と同じ おさるステップ!

### < figure 4 >

1 ジャンプして右足 前にして着地、この時、両手を上に上げ、キャストネットをたたく (ct.1)  
ジャンプして左足を前にして着地、両手を上に上げ、キャストネットをたたく (ct.2)

- 2 ジャンプして右足を前にして着地。右手を上にしてカスターネットをたたく (ct.5)  
 ジャンプして左足を前にして着地。左手を上にしてカスターネットをたたく (ct.6)  
 ジャンプして右足を前にして着地。右手を上にしてカスターネットをたたく (ct.7)

3-4 1-2 を逆に繰り返す

5-8 1-4 を繰り返す

### < figure 5 >

figure 1 に同じ おおるステップ!!

### < figure 6 > 足は figure 4 と同じ

1. 左手で右ふじをたたく (ct.1) 右手で左ふじをたたく (ct.2) ウルトラマン 状態  
 2. 左手で右ふじをたたく (ct.5) 右手で左ふじをたたく (ct.6) 左手で右ふじをたたく (ct.7)

3-4 1-2 を繰り返す

5-8 1-4 を繰り返す

### < Final >

- 1-12 右足からのおおるステップで退場。ステップした方のチを上げ、ホップでカスターネットをたたく。例によって女の子の後ろを歩いて歩くのだが、入場の時と違って回転を入れるなどして本能が命じるまま自分なりの技を確立して欲しい。

ゴッパ似合いすぎるぞ

※... 美女(?) と野獣(1) の踊りだとも聞いたこともありませんし、猿の踊りとも聞いたような気がします。とにかく、理性を捨てて、楽しく踊って下さい。夏合宿でしかやらないと思いますのでサバを夏の陽気のせいにしてしましましょう。

なお、スプーンはフィリピン、ルソン島のバタンガス州の踊りで、主に5月の宗教的な祝宴の場で踊られます。名前はタカロフ語の "Sub-Sub" (かかむ) と "bali" (にわす) に由来していて、男性の腰を曲げた勇ましい姿勢がそれを表します。

'91 全日 夏の大会 in 関西、大阪教育大より導入

ちなみに '95 も関西、ほいぞ

by ちゅう

# S i t n a Z b o r e n k a

Dobrudža—Bálgarija

Rhythm : 2/4

Position : ベルトホールド

Record : YM-002 , B-4000 etc

## F i g 1

- 1 左足を左へステップ(ct1), そのそばに右足スタンプ(ctト)、左足を残したまま右足を右へステップ(ct2)、ポーズ(ctト)
- 2 小節1を繰り返す。
- 3 左足を左へステップ(ct1), そのそばに右足スタンプ(ctト)  
右足を右へステップ(ct2), そのそばに左足スタンプ(ctト)
- 4 左足を左へステップ(ct1), そのそばに右足スタンプ(ctト)、右足をやや前にステップ(ct2), 右足を前方に鋭くチャグし 左足を低く前へキック(ctト)
- 5~6 小節4を繰り返して円心へ進む。
- 7~8 左足から4歩ゆっくり後退(ctsl. 2. 3. 4)

## F i g 2

- 1~6 fig 1の小節1~6に同じ。
- 7 左足をその場でリープし、右足を前方へ上げる(ct1)  
右足を           "           左足を           "           (ct2)
- 8 左足を           "           右足を           "           (ct1),  
右足をその場でリープし(ct2)、そのそばに左足スタンプ(ctト)
- 9~10 小節7~8をくりかえす。
- 11~12 左足から4歩ゆっくり後退。

### Fig 3

- 1~2 Fig 1の小節1~2に同じ。
- 3~6 左足から8歩ゆっくり前進 (ctsl~8), 右足で前へ鋭くチャグ (ctト)
- 7~10 左足から8歩ゆっくりと後退 (ctsl~8)

### Fig 4

- 1~2 Fig 1の小節1~2に同じ。
- 3~4 左足から4歩ゆっくり前進 (ctsl~4)
- 5 左足リープ (ct1), 右足 後ろから前へブラッシュ (ctト)、  
左足ホップ (ct2), 右足 斜め左うしろにブラッシュ (ctト)
- 6 左足ホップ (ct1), 右足 後ろから前へブラッシュ (ctト)  
左足ホップ (ct2), 右足ステップ (ctト)
- 7 左、右、左、右 とその場でステップ (ctslト2ト)、ただし、最後の右足  
ステップと同時に左足を軽く引く。
- 8 左足スタンプと同時に左肩を出す (ct1), 左肩を軽く引く (ctト)  
以上をもう一度くりかえす (ct2) が 最後は左肩を戻す。
- 9~12 5~8をくりかえす。
- 13~14 左足から4歩ゆっくり後退 (ctsl~4)

◎フィギアはリーダーのホッパでかわる。

○チャグ、キックしながら 円心へ進むところがポイントです！

☆Sitna は 易しい の意味。難しいは Krivo 。

# Scandinavian polka

Sweden

Rhythm : 2/4

Position : 男性内側のダブルサークル  
内側の手を連手してLOD向

## Part 1 (クラブダンス)

- 1~8 男女とも外側の足よりポルカステップ8回で前進。連手は、後ろ・前に振る。  
4~16 クローズドポジションになり、4回転しながら前進。

\* あいさつ \*

- 17 男性が円外向きのダブルサークルになり、男性バウ、女性は右足を軽くひいてカーティシー。  
18 男女とも拍手3つ (ctslと2)  
19~20 小節17~18を繰り返す。  
21~22 互いに 右・拍手・左・拍手 (ctsl, 2, 1, 2) と手を打つ。  
23~24 次に右手同士を互いに打ち合いながらCCWに1回転 (ctslと2)し。スタンプを3回。  
25~28 小節17~20を繰り返す。  
29~30 互いに右手の人差し指でパートナーを3回指さし (ctslと2)、同様に左手の人差し指で3回指さす。(ctslと2)  
31~32 小節23~24を繰り返す。

## Part 2 (ヒール アンド トー ポルカ)

- 1~4 クローズドポジションでLODへ男性左足、女性右足からヒール トー ポルカを行い(ctslと2、1と2)、RL0Dへも繰り返す(ctslと2、1と2)  
左足からのヒールトールポルカは  
左方向に左足ヒールタッチ(ct1) 右足はその場でホップ(ctト)、左足トータッチ(ct2)  
右足はその場でホップ(ctト) その後、ポルカステップ(ctslと2)、  
右足からも同様に右方向へ  
☆上体をゆらしながら楽しそうに!  
5~8 ポルカターンでLOD方向へ2回転。  
9~24 小節1~8を2回繰り返す。(合計3回)

## Part 3 (ノルウェー جان ポルカ)

- 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 (ctsl, 2, 1)、4呼間めにスウィング(ct2)  
3~4 向きを変えて互いに内側の手をつなぎ、RL0D方向に同様に行う。  
5~6 小節1~2を繰り返す。(ただし、1歩めはステップ)  
7~8 5歩目でクローズドポジションになり、ピボットターンで2回転。  
9~24 小節1~8を2回繰り返す。(合計3回)。

#### Part 4

1~16 Part 1のあいさつを繰り返す。

#### Part 5 (キック ステップ)

- 1~2 バルソビアナポジションを組みL O D向きで、男女とも左足を前へキック (ct1)、その足を右足にかけるようにクロス(ct2)、右足ホップ(ctト)、右足よりボルカステップで男性は女性の後ろを右へ、女性は男性の前を左へ移動(ctslと2)。
- 3~4 小節1~2を右足から同様に行う。
- 5~8 ボルカステップ4回で前進。
- 9~24 小節1~8を2回繰り返す。(合計3回)

#### Part 6

1~16 Part 1のあいさつを繰り返す。

#### Part 7 (スカンジナビアン ボルカ)

- 1~2 互いに向き合い 男性左足・女性右足からL O D方向へスリーステップターンを行い(ctsl.2.1) 拍手1回(ct2)
- 3~4 R L O D方向へ同様に逆足から繰り返す。
- 5 男性左足・女性右足から、互いに近づくように2歩前進(ctsl.2) (この時 腰はおとす)
- 6~8 ビボットターンで3回転する。(ショルダーウェストポジション)
- 9~24 小節1~8を2回繰り返す。(合計3回)

#### 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と同様。

●特に明記していない場合は、5指後方で腰に手をあてる。

# S i r b a P e L o c

(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」

# Slavonian Dances

スラボニアン・ダンスィーズ Slavonia - Croatia

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つの部分から成る。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はさまれた地方である。この踊りはステージ用のメドレーであり、Part 1, 4, 5は、ここに記す他に幾つかの構成が考えられる。

音楽 : 2/4 拍子

レコード :

隊形 :

右手上のベルト・ホールド(サッシュ・ホールド)  
又はフロント・バスケット・ホールド。

男女交互。又は男女別のライン。(男女別の場合、2つのラインは互いに向かい合う)

踊り方

## Part I Introduction

小節

1-40

前奏、導入部であり、フィルムでは男女の楽しげなやりとりが描かれている。

## Part II Ajde Malo Kolo

小節

(A)

1-4

ホールドを組む (このあと歌が入る)

5-6

右足に重心をおき、右足ベンド(ク1)、左足を左横に出しながら、右足を伸ばす(ク2)、足を開いたまま、両足でゆっくりバウンス1回(ベンド・アップ) (ク3 2.と)。左足に重心をおき、左足ベンド(ク3) 左足伸ばすと同時に右足を引き寄せる(ク4) 両足閉じてゆっくりバウンス1回(ベンド・アップ) (ク5 4.と)

7-8

小節5-6をくりかえす。

9-16

小節5-8を2回行なう。

17-24

小節5-8を2回行なう。

25-32

小節5-8を2回行なう。

※ 以上のパターンは、足首、膝を十分に使い、少々粘っこく行ないながら左へ進む

(B) 音楽は徐々に速くなる

- 1-2 右足に重心をおき、右足ベンド(ct1)、左足を左横に出しながら、右足を伸ばす(ct2)。両足を開いた形でバウンス2回(cts 2, 3) 左足に重心をおいてベンド(ct3) 左足伸ばしながら、右足を引き寄せる(ct4)。両足を閉じてバウンス2回(cts 4, 5)
- 3-8 小節1-2を3回行なう
- 9-16 小節1-8をくりかえす

- (C) ここで歌がなくなる
- 1 やや左を向き、右足のホップ2回で小さくALODへ進む(cts 1, 2)
- 2 右足さらにホップ(ct3) 左、右と小さくステップで前進(cts 3, 4)
- 3-16 小節1-2をおと7回行なう(合計8回)

### Part III Mista Kolo

- 小 節 (A) 2つのラインは向かい合う。1つのラインで踊る時は、ここでサークル状になる。
- 1 両足で軽くジャンプ(ct1)。両足でバウンス2回(cts 2, 3)
- 2-8 小節1をおと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(ct15) 右足を左足にクローズ(ct16)

以上(A)、(B)をおと5回、合計6回行なう

※構成 ① Vocal ② Instrument ③ Vocal  
④ Instrument ⑤ Vocal ⑥ Instrument

(B)のVariation

数人ずつのラインに別れ、ステップ・ホップ8回でCWに回転するように進む。

### Part IV Repe (カップル・ダンス)

- 小 節 (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、速いシザース17回(cts 1, 2, 3, ..., 8, 9)

- 6-10 左足が前に伸びた状態でホールド (cts と, 10, と)  
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・ウェスト・ポジション (あるいは両方の二の腕を取り合う) に組む

- 1-2 ヤヤ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なう (cts 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 (cts 3, と, 4)  
3-16 小節 1-2 をあと 7 回行なう (合計 8 往復)

以上 (A), (B) をあと 2 回、合計 3 回行なう。

(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) 男女位置交換したり、自由に動き回ることが出来る。男女別のラインで踊る時は、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作る。

(B) の Variation

- 1.) ショルダー・ウェスト・ポジション (あるいは、男性の左手・女性の右手で相手の二の腕を取り合う) に組み、ヤヤ左に体をひねり、右足からステップ・リフト・ステップ (cts 1, 2, と) 16 回で CW に回転する。
- 2.) ショルダー・ウェスト・ポジション (但し、女性は両手を上方にかかげる) に組み、右足からステップ・リフト・ステップ (cts 1, 2, と) 16 回で CW に回転する。

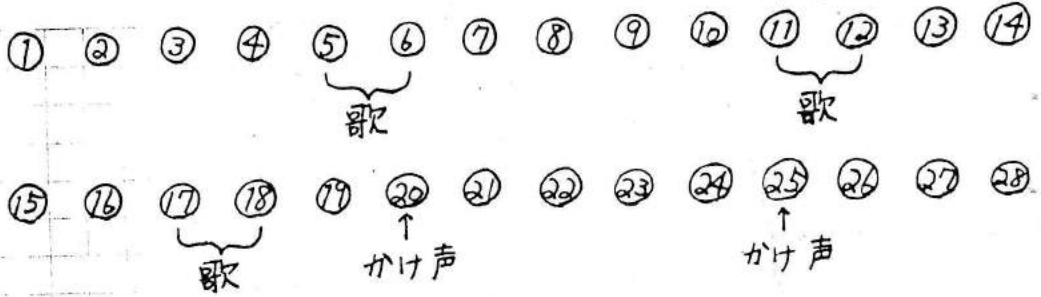
※ これらのパターンは 2, 3 カップルでサークルを作って行なってもよい。

最後に、男女交互で右手上のフロント・バスケット・ホールドのラインを作る。

## Part V Kiša Pada

Walk, Run, Time Step など自由なパターンで蛇行したり、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。



※ 上記は Kisa Pada の構成。数字は、ユニット・ナンバーを表わす。

# J a b l o c h i c o

- R u s s i a -

Rhythm : 2/4 拍子

Position : 男性内側のダブルサークル

(4歩離れて、手は腰にとる)

## 1. Walk and Brush

1~4 互いに右手を上げて待つ。右足より4歩で互いに接近し、握手で上下4回振る。

1~8 男女とも、その場を7歩でCWソロターン スタンプ①

1~12 " CCW " "

1~12 ブラッシュステップ 男性RLOD 女性LODより3往復。

## 2. Men Slap Solo

1~12 男性、スラップステップバリエーションをRLODより始めて3往復。  
即ち、右足ステップ①、左足を膝の高さで後ろに回し左手で外側のヒールを打つ②、左足ステップ③、右足でステップしつつCCWに1/2ターン④、同じことを左足から行い、CWに1/2ターン⑤~⑧。

1~12 男性、スラップステップを、6回行いつつ女性の周りをCWに1回転する。即ち右足ステップ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④、この間女性は、レストステップを行う。即ち右足ステップ①、左ヒールタッチ②、左足ステップ③、右ヒールタッチ④。

### 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。即ち右足ステップ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③④、左足ステップ・ホールド④⑤。
- 9~12 女性、右足より8歩でその場でCWに1回転する。男性は、この間レストステップを行う。

### 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。即ち右足スタンプ①、左ヒールスタンプ①、左足スタンプ②、右ヒールスタンプ①、右足スタンプ③、左足スタンプ①、右足スタンプ・ホールド④⑤。
- 1~8 男性、スタンプステップをRLDより2往復する。即ち右スタンプ①左ヒールスタンプ①、左スタンプ②、右ヒールスタンプ①、右左右とスタンプしつつCCWに1/2ターン③④⑤、ホールド⑤、同じことを右足より行いCWに1/2ターン。
- 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、左腕を低く伸ばし、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。

### 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。即ち右足を重く、膝を上げてステップし左足を伸ばして床から少し上げる①左足より左右とすばやくステップ①②、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、エクステディングステップ8回で男性の回りをCWに1回転する。
- 9~12 女性、バズステップ7回でCWターン、最後のカウント8で男性とオープンポジションに組む。この間男性はレストステップを行うが最後のカウント8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に保つ。

## 6. Pas de Basque,

### Brush Solo and Buzz

- 1~8 男女とも、右よりパデバ8回でLOD前進。
- 1~12 パデバ4回でCCWにカップルターン
- 1~12 上記を繰り返す。
- 1~12 男女とも、ブラッシュステップ6回で3往復。(1と同じ)  
男性、2の前半のスラップンヴァリエーションを行う。  
女性、小さなターンでCWに1回転。

## 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。手は自然に腰に戻す。
- 9~12 再びグライディングウォーキング4回で近づき、小さな円を描くようにCWに回る。(4歩目のとき)腕は外に広げておき、最後に手を腰におく。

## 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回行う。この時男性は、胸の前で腕を組み、女性は腰に手をおく。
- 7~8 ウォーク4回で接近しハンガリアン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上げ。男性は左手を上げてポーズ。

# The Last Waltz

— America —

Composer : Chuck & Manyann 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 —

- 1~2 音楽を聞いて待つ。
- 3 円心に左足をひいてDip(1), ホールド(2.3)
- 4 右足Recover(1)、ホールド(2.3)

## — Part A —

- 1 男性壁向きの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) 左足左横にステップ(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 円心へ左足からワルツ小節後退する。
- 5 男性は右足からワルツ1小節で前進(女性は男性の左手の下で3歩で  
CCWにトワール)して、RLOD壁の方向に向きRSCPになる。
- 6 RLODにトゥインクルを行いLOD中央斜めに向いたSCPになる。
- 7 男性はワルツ1小節で前進する (その間に女性を左回りに男性の前に  
連れて行きLOD壁斜め方向に向いた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 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CP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 (キャンター)LODへ左足を横にステップ(1) 右足を左足にDrawして右足に体重を移す(2.3)
- 13 男性が壁向きのCPで左足前にステップ(1) 右足右横にステップ(2) 左足を右足の後ろにステップ(3)
- 14 右足をLODへステップスルー、左足2歩でManeuverしてRLOD向きのCPになる。
- 15~16 男性左足から2つの右回りのワルツターン(男性LOD 女性RLOD向)

- Part B -

- 1 CP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、右と左回りにターンして男性の右側に行き、Bjopになる。
- 3 男性はLODへ左足からワルツ1小節後退し、3呼間目にターンしてSCPになる。
- 4 右足からワルツ1小節で前進
- 5 SCPでLOD壁斜め方向へトゥインクルを行って、SCPとなる。
- 6 男性は右、左、右と大きくステップしてRLO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 Part Bの1~8小節を繰り返し、男性が壁向きのCPになる。

- I n t e r l u d e -

- 1 男性壁向きのC Pで円心へ左足をひいてD i p
- 2 右足R e c o v e r

- P a r t C -

- 1 男性壁向きのB. f l y Pで左へバランス
- 2 男性はその場で右、左、右とステップ（女性は男性の左手の下で左、右、左と3歩で左まわりにトゥワールしてR S C Pになる）
- 3 R L O D方向へトゥウィंकフルしてL O D向きのC P
- 4 女性をP i c k U pしてL O D向きのC P
- 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 両手を取り合い、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L o o s e - C Pになる
- 9 男性左足を左横にステップ素早く右足を左足にクローズし左足を左横にステップ、右足スルー
- 10 小節9を繰り返す。
- 11 (キャンター) P a r t Aの小節3を行う。
- 12 " を繰り返す。
- 13~16 P a r t Aの小節13~16を行う

- T a g -

- 1~5 P a r t Aの小節1~5のフィギュアを行い、男性壁向きのC Pになる。
- 6 L O Dへ左足を横にステップ R S C PになってR L O Dへ左足をポイント

構成(S e g u e n s e)

I n t r o d u c t i o n - A - B - I n t e r l u d e - A - B - C -  
B - T a g

参考資料：東京学芸大学 春合宿資料

# H o p a k

- R u s s i a -

この踊りは、ウクライナ人の踊りに流れる華美と奔放さを代表している。  
ウクライナ系ロシアの代表的ステップパターンによって構成されている。終わりの  
ベントキックは最も代表的なものである。元来、男性がいろいろな難しい  
ステップを競い合う即興的な踊りで、フィギュアの順序は決まっていないが、  
ここでは、ヘンリー・プラス氏の構成した踊り方を示す。

Rhythm : 2/4拍子  
Starting Position : バルソビアナポジション L O D 向き  
No introduction

## F i g 1 (パデバスク)

- 1~16 L O D に左足からのパデバスクステップで左右一回ずつ進む。  
男性はパデバスクのリープでアクセントをつけ、女性は控えめに。

## F i g 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(ct1)、右足再びホップ  
左の膝を伸ばして強くキック(ct2)、左右左とランニングステップ  
(ct3.4)、以上を逆足からさらに行い、全部で8回行う。

## F i g 3 (ロシアンボルカ)

- 1~16 ロシアンボルカステップで左足から16回前進する。ロシアンボルカ  
は、リープランランと進むようなステップで床から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無いこと  
に注意。

Fig 4 (ソロ バズステップターン)

- 1~16 体型を解き、パートナーと向かい合い、右手は胸の前 肩の高さぐらいに曲げて上げ、左手は軽く握って腰におく。その場で バズステップで 1 4 呼間 CW に回転する。 2 呼間でスタンプ右左右と 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、女性は 右左右。

Fig 5 (フォーリング ステップ)

- 1~16 バルソビアナポジションに組み、左足前方にフォール (ct1), 右足で左足を cut し、左足の膝を伸ばして前に出す (ct2)。ランニングステップ 3 歩で左右左と前進 (cts3.4)。以上を逆足から同様に計 8 回行う。

Fig 6 (カップル バズ ステップ ターン)

- 1~16 ハンガリアンターン ポジションに組む。男性の右手は女性の左腰に、女性の右手は男性の左腰におく (右腰接近)。左足は斜め上方 4 5 度ぐらいに上げる。右足から 1 4 呼間 バズステップで CW に回る。左足は膝を伸ばして後方に流す。最後の 2 呼間で右左右とステップ。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 1 4 呼間で回り、2 呼間でスタンプ右左右。

Fig 7 (Fig 2 の繰り返し)

- 1~8 バルソビアナポジションに組み、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 左手を離し、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 に回転しつつ LOD に進む。

Fig 9 (女性のスピン)

- 1~8 両手を交差してとる。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回りを回らせる。即ち、女性はロシアンポルカステップ3回でCCWに1周し最後の1回でつないだ手の下をCCWに1回転する。以上を もう1度くりかえす。

Fig 10 (プッシュ・アウェイ)

- 1~8 男子円外・女子円心向きで向き合い、右手右斜め上、左手は軽く握って腰におき、顔はパートナーを見るように左を向く。この体型で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右に傾く。終わりの2呼間は 右左右とスタンプし、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 女性は左手を上げ、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呼間で左右左とスタンプ。  
男性はLOD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(左手が上)。右足で蹴るようにして左方向へ進んで立つ。この時、右足の膝を伸ばして 両手を広げ、掌を上に向け、左手をやや斜め上方へ上げ、顔は右手方向を向く。以上を全部で8回行う。

Fig 12 (トー ヒール タッチ キック ステップ)

(男性)

- 1~8 円外向きでパートナーと向き合い、トー ヒール タッチ キック 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ーポイント①、左足ホップと同時に右足前方へヒールスタンプ②、左足ホップと同時に右足トーを左前にクッチ③、左足ホップと同時に右足を斜め前方にキックする④。同様にして右足ホップしつつ左足で左側に行く⑤~⑧。この間に両手は①背中手で手を合わせる。②で前面高い位置で合わせる。③は①と同様。④はキックした足の下で、手を合わせるだけで音は出さない。全部で右から4回。

(女性)

- 1~8 女性は左足ホップと同時に体を左に向け、右足を前にトーポイントし左手はひじを曲げて頭の後ろに回し、右手は腰にとる①。左足ホップと同時に右足をヒール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 (プリシャドカ)

- 1~8 女性はFig 12のステップを続ける。男性はその場でヒールプリシャドカを行い、男性的な力強さを誇張する。即ち、両足を横に開き、かかとで立つ。手は肩の高さで水平、掌は上。次に、両足ヒールを合わせるか、少し交差するかして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)

(女性)

- 1~8 女性はさらにFig 12のステップ8呼間行う(計20回)。次の8呼間で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。即ち、右足を蹴るように前に出す。膝はできるだけ伸ばし足先の高く上がるのが望ましい。右から始めて左右8回ずつ。終わりに右手を頭上に広げ、左手はバズステップターンを終えた女性に支えてもらうべき前方に出す。

女性は右手で男性の左手をとり、左手を斜め上に伸ばす。

# D ž i n o v s k o

Trakija—Balgarija

ブルガリアはトラキア地方の代表的なカップルダンスである。1978年に Rodoko Tonev 氏によって紹介された、Sliven の3つの バリューションを基にして、早大OBの三上 真氏がフィギュアを加え構成したものである。

Rhythm : 2/4

Records : Radoko Tonev-TFL 等

## <基本ステップ>

- 1 右足ステップだが、左足体重を呼間初めに残し、かなり力強いジャンプのようになる (ct1)、右足ホップ (ct2)
- 2 小節1を逆足でくりかえす。
- 3~4 右、左、右、左、とランニングステップ (ct1, 2, 3, 4)だが、前進するときは、1歩目(右足)に強いアクセントをつけ、体を前傾させてパートナー同士で顔を見合うようにする。

## Part 1

- 1~16 男性内側のダブルサークルを作り、プロムナー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回転しながら女性は左側に移動する。(ct1. 2. 3. 4)
- 3~4 その場で4歩踏む
- 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 最後のランニングステップ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を向く。
- 5~8 1~4を円外に向かって繰り返す。
- 9~16 1~8を繰り返す。

### Part 4

- 1~2 その場でジャンプ(ct1) 右ホップ(ct2) ジャンプ(ct3) 左ホップ(ct4)
- 3~4 右足から4歩のラン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。カップルは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1回でその場で踏み、左手の連手を解いて カップルは向かい合う。

### Part 5

- 1~4 (女性)

ジャンプ(ct1) 右ホップ(ct2) ジャンプ(ct3) 左ホップ(ct4)でCWに1回転し、更にその場で4歩でランニングステップを踏む。

- (男性)

その場で基本ステップを踏む。

\*左手は、女性は腰 四指前方、男性は背中

- 5~16 小節1~4を後3回繰り返す。(計4回)

### Part 6

- 1~4 男女とも両手を腰に取り、右肩リードで右足ステップ(ct1)、ホップ(ct2) 左足ステップ(ct3) ホップ(ct4) 以上で位置交換を行い、その場で4歩ランニングステップ

- 5~12 小節1~4をあと2回繰り返す。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行うが、両手を胸の前でぐるぐる回す。(糸巻き)

- (男性)

体の前で拍手(ct1)、背後で拍手(ct2) 再び体の前で拍手(ct3)、両手で両ももをたたく(ct4)。両手を腰にとりスクワットダウン(cts5.6)、両足でリカヴァー(cts7.8)

Part 7 ～女性のみ～

- 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歩踏む。この時、両手は初めは左脇に流して(ct1), 弧を描くように斜め上方に回し(cts2, 3) 正面にきたらふり下ろす(ct4)。  
4歩のランニングステップに合わせて前、後、前、後、と振る(cts5. 6. 7. 8)。  
5~8 1~4を後退しながら行う。両手は初め右脇に流してから行う。  
9~16 1~8を繰り返す。

\* 男性その場で基本ステップ

Part 8

(男性)

- 1~4 ジャンプ、右ホップ(cts1. 2), ジャンプ、左ホップ(cts3. 4) でCWに1/2回転して円外向きとなり、更にその場で4歩ランニングステップ  
5~8 両腕を前方に振り上げ、軽くとび上がる(cts1. 2)。スクワットダウン(cts3. 4) スクワットしたまま軽くジャンプ(cts5. 6) その反動で図のような姿勢になる。  
9~10 そのままの姿勢で体を2回上下さす。  
11~14 体を反転させ、腕立て伏せの姿勢になる(cts1. 2)。  
両足を右に振る(cts3. 4)。両足を左に振る(cts5. 6)。  
両足を右に振る(cts7. 8)。  
15~16 両足を引き寄せる(cts1. 2), 両足で立ち上がる(cts3. 4)

(女性)

- 1~2 その場で ジャンプ、右ホップ(cts1. 2)、ジャンプ、左ホップ(cts3. 4) だが偶数カウントの時、体の前で拍手(両腕を大きく回して縦長の楕円を描く)  
3~16 小節1~2を後7回繰り返す。(計8回)



## Part 9

(男性)

- 1~2 体の前で拍手(ct1)、両手でももをたたく(ct2)、再び拍手(ct3)  
右手で右足のくるぶしをたたく(ct4)
- 3~4 小節1~2の cts1~3を繰り返し、左手で左足のくるぶしをたたく  
(ct4)
- 5~6 小節1~2を繰り返す。
- 7~8 拍手(ct1)、左脚を上げてその下で拍手(ct2)、再び拍手(ct3)、右脚を  
上げてその下で拍手(ct4)
- 9~14 小節1~6を繰り返す。
- 15~16 両手を腰にとり、スクワットダウン(cts1, 2)、両足でリカヴァー(ct3)  
ポーズ(ct4)。

(女性)

- 1~16 Part6の小節13~16を4回繰り返す。3回目で前傾させ、4回目で体を  
起こして回している両手を頭上にかざす。

## Part 10

- 1~4 Part6の小節1~4を行う。(位置交換1回で男性円内・女性円外)
- 5~12 Part5の小節1~4を2回行う。
- 13~16 (女性)  
両手を腰にとり ジャンプ 右ホップ、ジャンプ 左ホップ 以上でCWに  
1回転する。その場で 右 左 右とステップ、左足ヒールスタンプ
- (男性)  
Part6の小節13~16と同じ。最後に両手を高く上げてポーズ。

# Baba Džurdža

Makedonija

Rhythm: 7/16

Position: VホルドとWホルド

## 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(cts. 5) 右足前へステップ(cts. 6, 7)
- 2-3 小節1をくりかえしてL OD方向へ進む
- 4 L OD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(cts. 5) 左足を右足後ろへステップしながら連手を上げ、Wホルドになる(cts. 6, 7)
- 5 右膝を曲げて前に上げ、左足をチュクチェ(cts. 1, 2) 右足を右へステップし、左足を前に上げる(cts. 3, 4) 右足大きめにチュクチェ(cts. 5, 6, 7)
- 6 小節5を逆足より行う
- 7-8 小節5-6をくりかえす

## 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回チュクチェ(cts. 5, 6, 7)
- 6 小節5を逆足より行う
- 7-8 小節5-6をくりかえす

## 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(cts. 3) 右足その場にステップ(cts. 4) 左足を右足の前へステップ(cts. 5) 右足ステップバック(cts. 6, 7)
- 6 小節5を逆足より行う
- 7-8 小節5-6をくりかえす

## PART 4

- 1-4 PART 1の小節1-4と同様
- 5 左足ホップ、右足の膝より下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(cts. 3) 左足、右足の前へステップ(cts. 4) 右足右へステップ(cts. 5) 左足、右足の前へステップ(cts. 6, 7)
- 6 小節5の(cts. 1, 2) を行う(cts. 1, 2) 右、左、右とその場でリープ(cts. 3, 4, 5, 6, 7)
- 7-8 小節5-6を逆足より行う
- 9-12 小節5-8をくりかえす

\* 各パート共、最後は左足のステップで終わっているので  
くりかえす時と、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。

# Dajčovo

Sever

9/16 ♩♩♩♩ (1234)

前奏 8小節

構成 (Fig1-5) × 2 + Fig6

低く連手してライン または オフシークル

ダイチョボ 左足ホップ(1) 右、左、右とステップ(2-4)  
次は逆足より行う

## FIG-1

1-8 その場でダイチョボ8回踏む。連手はカウント 1.2で前、3.4で後に振り続ける。

## FIG-2

1-4 ダイチョボ4回で右まわりにサークルをえがく。連手は小節 1.2で肩の高さでリズムに合わせ上下に細かく振り、3.4でFig1同様前後に振る。  
5-8 1-4をくりかえす。  
9-16 同様に左まわりに2回サークルをえがく。

## FIG-3

1-4 その場でダイチョボ4回踏む。  
5 連手肩の高さで、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 その場でダイチョボを踏む。  
7-8 5-6を逆足でくりかえす。  
9-12 1-4をくりかえす。  
13 連手肩の高さで右足より低くシザーズ3回(1-3) 左足前ヘタップ(4)  
14 13を逆足で行う。  
15-16 13-14をくりかえす。  
17-20 1-4をくりかえす。  
21 連手肩の高さで、左足ホップ(1) 右足を左足の前、下方ヘキック(2) 左足ホップ(3) 右足その場にステップ(4)  
22 21を逆足より行う。  
23-24 21-22をくりかえす。

## FIG-4

1-16 Fig2をくりかえす。

## FIG-5

1-3 連手肩の高さに上げ、右足リードで小さく12歩前へ進む。  
4 右足を右横に小さく膝しめて上げ(1) 右足を左足に閉じてステップ(2) 逆足より同様に(3.4)。  
5-8 ダイチョボ4回で後退。  
9-16 1-8をくりかえす。

## FIG-6

1-16 やや右を向き、ダイチョボ16回で右へ進む。連手はFig1同様に振る。  
17 円心を向き、右足を前ヘアクセントをつけステップ(1) 左足小さく右ヘステップ(2) 右足後ヘステップ(3) 左足小さく右ヘステップ(4)。  
18-24 17をくりかえし右へ進む。

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。  
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、左足のひざを曲げて、ひざ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. 7 ct. 7 と同様。

Fig. 1 : 男女前進、女性は男性の周りをまわりスピン。  
男性はその場でステップ。

### 小節

1-2 その場で音楽をきく。最後の呼吸間。ct. 4 のアで男女とも Basic  
Step (以下 B.S.) 1 の ct. 7 を行い、準備する。(4 呼吸間)

3-8 B.S. 1 を 3 回行い前進、互いに近づく (12 呼吸間)。

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 B.S. 1 を 2 回で男性のまわりを CCW にまわってもとに  
もどる。逆手は B.S. 1 と同様。

13-18 つないでる手を離し、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  $\frac{1}{4}$  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はい  
が、最後には正面を向く。(12 呼吸間)

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 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 B.S. 1 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 回して左手を引き、女性をリードする。  
女性は B.S. 1 を 1 回行って男性の右側に戻る。

- 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呼吸間)  
 5-8 その場で B.S. 1を2回行、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、すべて両手を力強く3回拍手。(CT 1と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。

# 1. J e l k e

Rhythm : 2/4

Posithion : V ホールド

リーダー右端の男女交互のオープンサークル。全員円心向き。隣の人と肩が触れ合うほどの間隔で低く連手。

## F i g 1

- 1~2 右足を右横にステップ(ct1)、左足を右足にクローズ(cts1.2)  
右足を右横にステップ(ct1)、左足を右足にクローズ(ct3)  
右足を右横にステップ(ct1)、左足を右足にクローズ(cts4.1)

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、この隊形ができている場合は初めの2小節で右側の2小節で左側に行い、これを繰り返す。

## F i g 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(1と2)  
右足ホップ(ct1) 逆足で繰り返す。左足よりランニングステップ3歩で前進(cts3と4) 左足ホップ(ct1) ホップする時、浮いている足は床からあまり離さず、体の下で軽く保たれ足の裏は床と平行ぐらい。
- 3~8 1~2をさらに3回行う。  
合計8回のランニングステップで最初のオープンサークルからクローズドサークルになる

# Serbian Medley #1

(Splet Srpske Igre #1)

Srbija

セルビアン・メドレーは、ユーゴスラヴィアの国立舞踊団 "Kolo" の代表的なレパートリーの1つである。振付けはアンサンブルの創立者であり、かつディレクターである Olga Skovran 氏に、音楽的脚色は Li M. Bosjakovic 氏による。

ここに紹介する踊り方はかつて来日したブランコ タルスマノヴィチ学生舞踊団により紹介されたものである。日本FD界では、早大OBである故 二村征司氏により1964年全日本夏の大会にてデモンストレーションとして、この中から数曲を取上げられたのが最初であり、セルビアンメドレー #1として全曲取上げられたのは、同年秋の早稲田祭が最初である。以後、広くFD仲間に知られるようになった。

この曲は、以下の8つの踊りから構成されている。

1. Jelke (イェルケ)
2. Poskok (ポスコク) [Haid Povedi]
3. Timomo (ティモモ)
4. Djurdjevkа (ジュルジェブカ)
5. Igrale Se Delije (イグラレ セ デリエ)
6. Čačak Kolo (チャチャック コロー)
7. Šestorka (シェストルカ)
8. Moravac (モラバツツ)

Record: Kolo Festival LP1019

## 2. Poskok

[Haid Povedi]

Rhythm: 2/4 拍子

Position: 男女交互のクローズドサークル 全員円心を向き低く連手する

小節

### Fig. 1

- 1-2 円心右斜め前に右足ステップ, ホップ (cts.1,と) 左足ステップ, ホップ (cts.2,と) 右斜め後ろに右,左,右と後退 (cts.3,と,4) 最後は右足ホップ (ct.と) このステップを踏みながら腕がつく. すなわち ct.1 のときに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時 cts.3,4 で徐々に降ろし ct.と の時は完全に下に降りている.

小節

- 5-8 小節1~4に同じ

### Fig. 2

- 1-2 LODヘランニングステップ3歩で前進 (cts.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 (cts.3,と,4) 左足ホップ (ct.と)  
3-4 以上, さらに1回行い最後のホップでCCWに回転してRLDを向く  
5-8 小節1~4をRLDへ行う 最後は左足のホップでCWに回転して円心を向く

以上, Fig.1, Fig.2を合計2回行う. 2回目のFig.2の最後は, 左,右,左とステップし, 最後に右足を左足にクローズし (体重をかけない) 円心を向く

### 3. Timomo

Rhythm: 3/4 拍子

Position: 男女交互のクローズドサークル 全員円心を向き連手し,  
肩の高さまでひじを伸ばして上げる

#### 小 節

#### 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) 右足右横へステップ (ct.3) この時、体は円心を向く 左足を右足のそばやや前へタッチ (ct.4) 左足を左横にステップ (ct.5) 右足タッチ (ct.6) 右足を右横にステップ (ct.7) 左足タッチ (ct.8)  
[左足をタッチする時は ころもち左側を向き、右足をタッチする時は ころもち右側を向くようにする]
- 5-8 以上を左足より元の位置に戻るように行う
- 9-16 小節1~8に同じ
- 以上のステップは、膝のやわらかい動きを伴う。弾力性のあるものである。

#### Fig. 2

- 1 連手を下げて 右横に右足を軽く短いリープ気味にステップ (ct.1) この時、右膝は曲っている 右足をライズし空中で左足を右足に引きつける (ct.と) 両足でバウンス2回 (cts.2,と)  
[以下、このパターンを「ステップ・バウンス・バウンス」と記す]
- 2-4 以上を右へさらに3回行う
- 5-8 小節1~4を左足より左へ行う

以上、Fig.1, Fig.2を合計2回行う

## 4. Đurđevka

Rhythm : 3/4

Position : 男女交互のクローズドサークル  
円心向きで低く連手

Fig 1

- 1 右足を左足の前に交差してステップ (ct1)、この時 左足わずかに床から離す。左足に重心を戻すようにステップ (ct2)、ホールド (ct3) この時 右足をまわすよう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 (ct1)、この時 左足をわずかに床から離す。左足に重心を戻すようにステップ (ct2)、ホールド (ct3) この時 右足をまわすように左足の前にもってくる。
- 3 小節1に同じ。
- 4 右足を右横にステップ (ct1) 右足ホップし 左足を右足の前にステップ (ct2) ホールド (ct3)
- 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 左足を右足の前に交差してステップ (ct1, 2)、右足を左足にクローズ (ct3)
- 14~16 小節1 3をさらに3回行い、女性のためのクローズドサークルをつくる。

舞 これ以後 男性は歌をうたいながら 女性の踊りを円外で見守る。

Fig 2

1~16 Fig 1の1~8を2回行い、RLOD向きで終わる。

Fig 3

- 1 LODへ右足を後退してステップ (ctl), さらにLODへ後退 (cts2.3)
- 2 LODへ右足を後退してステップ (ctl), この時 円心を向く。
- 3 右足を右横へステップ (ctl), 左足を右足の後ろにステップ (cts2.3)
- 4 右足を右横にステップ (ctl), 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ぎみにあげて ホールド
- 5 左足を右足の前に交差してステップ (ctl), 右足右横にステップ (cts2.3)
- 6 左足を右足の後ろにステップ (ctl), 右足を右横にステップ (cts2.3)
- 7 左足を右足の前にステップ (ctl), 右足を右横にステップ (cts2.3)
- 8 左足を右足の後ろにステップ (ctl), この時、RLODを向いている。  
この姿勢で 左足に体重を置いたまま、右足を軽くステップぎみにあげて  
ホールド (cts2.3)

9~16 1~8に同じ。

Fig 4

1~36 Fig 1, Fig 2をさらに1回ずつ行う。女性是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を向いて終わる。  
終わるとすぐ 男性が女性の間にはいって男女交互のクローズドサークルになる。

# 5. Igrale Se De/Ije

イグラレ セ デイェ

3/4 拍子、男女交互のフローストセ・フル (円に向き)  
低く連手

## < Fig 1 >

1. 円心右前に 右足ステップ (D) ホップ (D) 手を肩の高さに上げる  
左足ステップ (D) ホップ (D) 手を元の位置に戻す
2. 右足右後に ステップ (D) 左足 ステップ (D) 手を肩の高さに上げる  
右足 ステップ (D) ホップ (D) 手を元の位置に戻す
- 3~4. 以上を逆足から行う
- 5~8. 以上 (1~4) をくり返す

## < Fig 2 >

- 1~2. 右足より右へ バウンス 4回
3. 左足より左へ バウンス 1回、右足より右へ バウンス 1回
4. 左足より左へ バウンス 2回
- 5~8. 以上 (1~4) をくり返す

writed by CHU

## 6. Čačak Kolo

Rhythm: 2/4 拍子

Position: 男女別の3～5人の短いライン 左手上のベルト・ホールドになる

### 小 節 Fig. 1 (Jedan)

- 1-2 円心向きで右足から右へ横, 後, 横, 後とステップして側進 (cts.1,2,3,4)  
3-4 その場で右足ステップ, バウンス (cts.1,2) 左足ステップ, バウンス (cts.3,4) この時  
あいた足は軽く膝を曲げて前に上げる

### 小 節

- 5-6 右足を前に強くスタンプするようにステップし, 左足は膝を曲げももが水平になるくらい上げる (ct.1) ホールド (ct.2) 左, 右と小さく後退 (cts.3,4)  
7 左, 右, 左とスリーステップを踏む (cts.1, と, 2)  
8-10 小節5～7に同じ

### Fig. 2 (Dva)

- 1-2 やや右を向き 右足よりランニングツーステップ2回でL O Dへ進む (cts.1, と, 2, 3, と, 4)  
3-5 円心を向き その場で右足からスリーステップを3回踏む (cts.1, と, 2, 3, と, 4, 5, と, 6)  
6 やや左を向き 左, 右と小さなリープ2回でR L O Dへ進む (cts.1, 2)  
7-8 円心を向き その場で左足からスリーステップを2回踏む (cts.1, と, 2, 3, と, 4)  
9 小節6に同じ  
10 円心を向き 左足からスリーステップを1回踏む (cts.1, と, 2)

### Fig. 3 (Tri)

- 1-2 Fig. 1の小節1～2に同じ  
3-4 円心に右足ステップ (ct.1) 右足ホップすると同時に腰を鋭く右にひねる (ct.2) 左足で同様にステップ, ホップし わずかに前進 (cts.3, と, 4)  
5 右足を円心に強くステップし 左足を膝を曲げて高く鋭く上げる (ct.1) ホールド (ct.2)  
6-7 左足よりランニングステップ4歩で後退 (cts.1, 2, 3, 4)  
8 左足よりスリーステップを1回踏む (cts.1, と, 2)

以上 各 Fig を2回ずつ合計4回ずつ行い, 最後は Fig. 1 で終わる

## 7. Šestorka

Rhythm: 2/4 拍子

Position: 男性は Čačak Koloと同じ 女性は周りで見ている

### 小 節

#### Fig. 1 Oj Lele Stara Planino

- 1-4 右足を右横にステップ (cts.1-2) 左足を右足の前にステップ (cts.3-4) 右足を右横にステップ (cts.5-6) 左足を右足の後ろにステップ (cts.7-8) この時、ステップに合わせて顔と体がつく すなわち cts.1-2 の時 円心, cts.3-4 の時 LOD, cts.5-6 の時 円心, cts.7-8 の時 RLOD という具合にスムーズに1つの運動を行う
- 5-16 以上をさらに3回行う  
最後は、軽く上体を円心に折り、手をやや円心に入れたポーズをとる 顔はLOD方向5m位先を見るくらいで精悍な表情をする。

### 小 節

#### Fig. 2

- 1-4 Fig.1の最後のポーズから右足を右横にステップ (ct.1) 左足を右足の前にステップ (ct.2) この時、足は大きく円心の方からまわしてもってくるように、つまり伸びたまの感じで大胆にもってくる [これはドロウではない はっきりとしたサイドステップの一種] 右,左,右,左とステップを続け (cts.3,4,5,6) 右足をステップし体重をのせる (ct.7) すぐ左足の方に体重をもどす (ct.8) [これはちょうどバスケットボールのフェイントの動作に似ている] cts.7,8 の時 "イッハッ" とかけ声をかける

#### Fig. 3

- 1-2 右足をその場でステップ (ct.1) 左足を右足の前に交差してステップ (ct.2) 右足その場でステップ (ct.3) 右足ホップ (ct.4) 反対の足は膝のところで曲げ、ももが水平になるまで上げる
- 3-6 左足その場でステップ (ct.1) 右足を左足の前に交差してステップ (ct.2) 左足その場でステップ (ct.3) 右足を左足の後ろに交差してステップ (ct.4) 左足その場にステップ (ct.5) 右足を左足の前にクロスしてステップ (ct.6) 左足その場にステップ (ct.7) 左足ホップ (ct.8) 反対の足を上げる
- 7-8 小節1~2に同じ
- 9-10 小節1~2を逆足より反対方向に行う

※ 曲の構成は、最初のみFig.1,2,2,3と行い、以降Fig.2と3を交互に踊る。  
最後は、Fig.2のサイドステップで終わる。また、この踊りは、1,3,5と奇数の回数で音楽と踊りが合う。

XE

## 8、Moravac

Moravacは通常多く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 (ハイデ)    2. Sitno (シトノ)    3. Čujes (チュイエッシュ)
4. Moravac (or Četri チェトリ)    5. Sedam (セダン)
6. Sedam variation    7. Natray (ナットライ)    8. Kray (クライ)

Rhythm : 2/4 拍子

Position : 男女交互のオープンサークル。全員円外向き。男性は両親指をサッシュ(又はベルト)にかけ、女性は男性の肘に両肘をかける。

### Fig 1 (Hajde)

- 1~4 わずかに右を向き、右左と右へステップ(cts1.2) 円心を向き右足をその場でやや右にステップ(ct3) 左足を右足のそばにタッチ(ct4) 同様に左足よりステップ タッチ(cts5.6) 右足よりステップ タッチ(cts7.8) (この時のタッチは足の裏全体でクローズぎみ)
- 5~8 小節1~4を左足より左に行う。
- 9~16 小節1~8と同じ。

### Fig 2 (Sitno)

- 1~2 円心向きで右足より右へ ステップ バウンス バウンス2回側進(cts1.2.3.4)
- 3 円心向きで左足より左へ ステップ バウンス バウンス1回 " (cts5.6)
- 4 " 右足より右へ " 1回 " (cts7.8)
- 5~8 1~4を左足より左へ行う
- 9~16 1~8と同じ

### Fig 3 (Čujes)

- 1 わずかに右を向き右足をLODへステップ(ct1) 右足を軽くホップ(ct2) 左足を右足の前に交差してステップ(ct3)

- 2 右足を右側に軽くリープ気味のステップ(ct1) (この時右ひざは曲がっている) 右足をライズして空中で左足を右足の前に交差してもってくる(ctト) 左足を交差したまま両足でバウンス2回
- 3 小節2を左足から左へ行う。
- 4 " と同じ。
- 5~8 小節1~4を左足から左へ行う。
- 9~16 " 1~8と同じ

#### Fig 4 (Morvaco or Četri)

- 1 円心向きで右足右横へステップ(ct1)左足を右足に後ろにステップ(ctト)  
" (ct2) " (ctト)
- 2 " (ct1) " (ctト)  
" その場 " (ct2) ホールド
- 3 小節2を左足から行う
- 4 " と同じ
- 5~8 小節1~4を左足より左へ行う
- 9~16 小節1~8と同じ

#### Fig 5 (Sedam)

- 1~2 円心向きで右足右横へステップ(ct1)左足を右足の後ろにステップ(ctト)  
" (ct2) " 前 " (ctト)  
" (ct3) " 後ろ " (ctト)  
" (ct4) ホールド (ctト)
- 3 左足を左横にステップ(ct1) 右足を左足の後ろにステップ(ctト)  
左足をその場でステップ(ct2) ホールド(ctト) (ステップははっきりと踏む)
- 4 小節3を右足より右へ行う
- 5~8 小節1~4を左足より左へ行う
- 9~16 小節1~8と同じ

## Fig 6 (Sedam Variation)

- 1 Fig 5の小節1と同じ (cts1ト2ト)
- 2~4 右足を右横にステップ(ct3) 左足を右足の後ろにステップ(ctト)  
 " と同時に左足を右足に近づける(ct4)  
 右足を軽くバウンスし、この時、左足を自然に右足の後ろにもってくる  
 (ct5) 左足を右足の後ろにステップ(ctト) さらに(cts4.5ト)の動作を  
 1回行い(cts6.7ト) 右足を右横にステップ(ct8)
- 5~8 小節1~4を左足より左へ行う
- 9~16 小節1~8と同じ

## Fig 7 (Natray)

Fig 6が終わったらすぐにVホールドになる(Fig 8もホールド)

- 1~2 R L O Dへ体を向ける。この隊形でL O Dへ右足より7歩後退  
 (cts1ト2ト3ト4) ホールド(ctト)
- 3 左足ステップと同時にL O Dを向いてさらに右左とステップ(5ト6)
- 4 右足 " R L O D 左右 (7ト8)
- 5~6 L O Dを向いた隊形でR L O Dへ左足より7歩後退 (cts1ト2ト3ト4)  
 ホールド(ctト)
- 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)

タタン タタン のリズムで行う

- 1 円心を向き L O Dへ右足右横へステップ(タ) 左足を右足の前に  
 ステップ(タン) さらに右足右横へステップ(タ) 左足を右足の後ろに  
 ステップ(タン)
- 2 小節1に同じ
- 3 円心を向いて止まり 左足その場でステップ(ct1) 右足を左足の前に  
 ステップ(ctト) 左足にもどしてステップ(ct2) ホールド(ctト)

- 4 右足をその場でステップ(ct1) 左足を右足の前にステップ(ctト)  
左足にステップバック(ct2)
- 5~8 小節1~4を左足から左へ行う
- 9~16 小節1~8と同じ

#### 注意点

- 何よりもお互いの気持ちを合わせること！
- 女性は腕・肘に力をいれホールドが崩れないようにする。
- 両サイドの人は少し内側に入るような気持ちで動くこと！  
(U字が平らになりやすい)
- R L O Dへの動きが小さくなりやすいので、気をつけること！
- 同じ大きさのステップを保つこと！

セルビアの踊りは全般的に膝を柔らかく使い自然な動きを心掛けること

### 1. Jelke

<Women> Jelke tavničarke, ostavi tavnicu × 2

イエルク タヴニチャルカ オスタヴィ タヴニツウ

Ostavi tavnicu, mladom tavničar × 2

オスタヴィ タヴニツウ ムラドム タヴニチャル

<Chorus> Ajde da igramo, ajde da pevamo × 2

アイデ ダ イグラモ アイデ ダ ペヴァモ

### 2. Poskok

Haid Povedi veselo naše kolo sareno × 2

ハイド ヘドヴィ ヴェセロ ナシェ コロ サレノ

Momci i cure u kolo nek se ori veselo × 2

モムチ イ クレ ウ コロ ネク セ オリ ヴェセロ

### 3. Timomo

<Men> Ti momo ti devoiko, timoga brata mamiš

ティ モモ ティ デヴォイコ ティモガ ブラタ マミシュ

Na tvoje belo lice, Na tvoje carne oci

ナ トヴウ オイ ベロ リツェ ナ トヴウ オイ チャルネ オチ

<Women> Sam se je prevario na moje belo lice

サム セ イ プレヴァリオ ナ モジェ ベロ リツェ

Na moje čarne oci na moje medna usta

ナ モジェ チャルネ オチ ナ モジェ メドナ ウスタ

#### 4. Đurđjevkā

<Men> Oj devojko duše moja šta govori majka touja  
 オイ デウコ イコ トウコウ オマ シタ マウコ マイカ トウイ

Očel tebe meni dati očel mene zetom zvati  
 オチル テベ メニ タテイ オチル メネ ゼトム スウアテイ

<Women> Ne da mene moja nana ne da još godinu dana  
 ネ タ メネ オマ ナナ ネ タ ヨシ コデイヌ タナ

Ne će mene tebi dati neće tebe zetom zvati  
 ネ チエ メネ テビ タテイ ネチエ テビ ゼトム スウアテイ

<Men> Oli dala il nedala lise moja uvek zvala × 2  
 オリ タラ イル ネタラ テイセ オマ ウウエ スウアラ

#### 5. Igrale Se Delije

<Men> Igrale se delije na sred zemlje srbije × 2  
 イグラレ セ デリイェ ナ スレド ゼムリェ スルウイ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2  
 サイト コロ ド コラ チュロ セ ド スタンボラ

<Women> Svila fruia iz dola frula moga sokola × 2  
 スウイラ フルイ アズ ドラ フルウ モカ ソコラ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2  
 サイト コロ ド コラ チュロ セ ド スタンボラ

<Chorus> Igra kolo do kola ne haje za stambola × 2  
 イグラ コロ ド コラ ネ ハイェ ザ スタンボラ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2  
 サイト コロ ド コラ チュロ セ ド スタンボラ

#### 7. Šestorka

<Men> Oj lele stara planina  
 オイ レレ スタラ プラニナ

Po teb sam često hodio  
 ポ テフ サム チェスト ホドイ

Po teb sam često hodio  
 ポ テフ サム チェスト ホドイ

S devojkam ovce čuvao  
 セ デウカム オウツェ チウウ

# Kolubarski Vez #2

(serbian)

拍子: 3/4 拍子

ポジション: Usest, 円心向きのオープンサークル

## 小節

### < Part 1 >

- 1-2 左足ホップ (ct.1), 右足右へステップ (ct.2), 左足 閉じてステップ (ct.2),  
右足右へステップ (ct.3) 右足ホップ (ct.4)
- 3 左足 左へステップ (ct.1), 右足右へ戻してステップ (ct.2) 右足のそばに左足閉じて  
ステップ (ct.2) 右足 その場にステップ (ct.2)
- 4 3と同じように 3歩ステップ (cts.3と4) ホールド (ct.2)  
(※最後の右足ステップはなし)
- 5-8 1-4を繰り返す
- 9-10 1-2と同じ、ただし最後の呼間 (ct.4) は左足を右足に閉じてステップ
- 11-12 3-4を逆足を踏む (右足から右へ ...)
- 13-16 9-12を逆足から逆方向へステップ

### < Part 2 >

- 1-2 その場で左足よりホップ、ステップ、ステップ (cts.1と2) 右足 その場にステップ (ct.3)  
右足ホップと共に LODを向き、左足キック (ct.4)
- 3-4 左足より 左方向 (円心) へステップ、クローズ3回 (cts.1と2と3と4) さらに左方向へ  
ステップ (ct.4) (※以上 cts.1~4は側進)
- 5-16 1-4をあと3回繰り返す

### < Part 3 >

- 1-2 その場で左足から ホップ、ステップ、ステップ (cts.1と2) 両足を開いてジャンプ (ct.3)
- 3-4 そのままの状態ジャンプ (ct.1) ジャンプと共に左足を左横にタッチ (ct.2) 右足の前  
へ左足を交差するようにタッチ (ct.3) 左足ステップ (ct.4)
- 5-16 1-4を3回繰り返す

### < Part 4 >

- 1-2 右足より右へステップ、クローズ、ステップ、ホーズ (cts.1,2,3,4) ※バランスをいれつつ
- 3-4 1-2を左足より左へ行う
- 5-12 1-4を2回繰り返す
- 13-14 1-2と同じ
- 15-16 左足を左へステップ (ct.1) 右足を左足へ閉じてステップ、同時に左足の膝下を横に上  
かる (ct.2) 左足を右足の前に交差してタッチ、やや右を向く (ct.3) 左足ステップ (ct.4)

## &lt; Part 5 &gt;

1-2 Part 1 の 1-2 に同じ

3-4 左足 やや左にステップ (歩) 右足 戻して ステップ (歩) 左足、右足の後ろに交差するように  
 ステップ (歩) 右足に 戻して ステップ (歩) 左足を右足の前に交差するようにタッチ (ct.3)  
 左足 ステップ (ct.4)

5-16 1-4 を3回繰り返す

## &lt; Part 6 &gt;

1-4 Part 2 と同じだが 3-4 は LOD 方向へ前進

5-16 1-4 を3回繰り返す

## &lt; Part 7 &gt;

1-16 Part 3 と同じ (※ 3-4 ct.3 の 2 度めのタッチは やや大きく動く)

## &lt; Part 8 &gt;

1-2 右左右と3歩前進 (cts. 1,2,3) 左足前方へホールドタッチ (ct.4) ※ なめらかに

3-4 左足後ろへステップ (ct.1) 右足そばへステップ (ct.2) 左足、前へタッチ (ct.3) ステップ (ct.4)

6-16 1-4 を3回繰り返す

## &lt; Part 9 &gt;

1 右足 その場へタッチ (ct.1) 左足 後ろへト・タッチ (ct.2) 左足より繰り返す (cts. 2と)

2 1 と同じ

3-4 右左右とその場で踏む (cts. 1と2) 左足、右足の前に交差するようにステップ (ct.3) ホーズ (ct.4)

5-16 1-4 を3回繰り返す

## &lt; Part 10 &gt;

1-3 Part 9 の 1-3 に同じ

4 両足を閉じて前方にジャンプ (ct.1) 後方にチャック (ct.2)

5-16 1-4 を3回繰り返す

## &lt; Part 11 &gt;

1 右足を左足にクロックするようにステップ、同時に左足を横に上げる (ct.1) その逆 (ct.2)

2 1 と同じ

3-4 1 の (ct.1) を右足、左足、右足と素速く行う (cts. 1と2) 左足を右足の前に交差してステップ (ct.3)

5-16 1-4 を3回繰り返す ホーズ (ct.4)

<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 1 と 5, 2 と 6, 3 と 7, 4 と 8 が対応  
9, 10, 11, 12 は似ています

☆ ウィンドストの首は下向きに

☆ ホールを使って、小気味よく、軽快に踊ろう presented by ちゅんう

# Radmirsko Horo

(ラドミルスコ ホロ)

Sop-Balgarija

ラドミール (Radmir) は、首都ソフィアの西方にある町の名。この踊りは、1975年に来日したイブ・モロー氏 (Yves moreau) が指導したものである。後半部のバウンスのような動きは、いわゆるナトリザーネで Sop 地方独特のパターンである。

Source Yves Moreau

Rhythm 2/4 拍子

Record Balkanton BHA-734 (前奏なし)

Position 左手上のベルト・ホールドで短めのライン

(Original Source: Peter Grigorov; ソフィアのアマチュア・ダンス・グループのメンバー)

小節

Fig. 1

- 1 LODへ、左足リフトと同時に右足を前にヒール・タッチ (ct.1)、右足そのまま体重をおいてステップ前進 (ct.と) 左足ステップ前進 (ct.2)。
- 2 右、左と2歩ステップ前進 (cts.1,2)。
- 3 左足ホップと同時に右ヒールを前にタッチ (ct.1)、左足更にホップと同時に右足を左足前に少しクロスするように戻す (ct.2)。
- 4 左足ホップ (ct.1)、右足前にステップ (ct.と)、左足その前にステップ (ct.2)。
- 5 円心を向き、両足揃えてジャンプ (ct.1)、右足ホップと同時に左足、膝を曲げて右足の前へ持ってきて右斜め下へキック (ct.2)。
- 6 右足ホップ (ct.1)、左足左へステップ (ct.と)、右足その前へクロスしてステップし、両膝をベントして腰をおとす (ct.2)。
- 7 両足でバネのように踏み切って体を浮かす (ct.ah)、右足ホップ (ct.1)、左足左へステップ (ct.と)、右足その後ろへステップ (ct.2)。
- 8 左足、右足に閉じて両足でバウンスを3回行うが、最後に右足を浮かせる (cts.1と2)。
- 9~16 小節1~8を繰り返す。

Fig. 2

- 1 円心向きのまま、右足少し大きめに前へステップ (ct.1)、左足、膝を曲げて前に上げる (ct.と)、右足バウンスと同時に左足ボールのそばにタッチ (ct.2)、右足でバウンスすると同時に左足は素早く上げる (ct.と)。
- 2 小節1を逆足から繰り返す。 (cts.1と2と)
- 3~4 小節1~2をもう1回繰り返すが最後のカウント (と) で右膝、曲げて鋭く左足の前へ持ってくる。
- 5 その場で右足リープして左膝、曲げて右足の前へシャープに持っていく (ct.1)、左足リープして右膝、左足の前へ持っていく (ct.2)。
- 6 小節5の (ct.1) を行う (ct.1)、左足前 (円心方向) へリープ (ct.2)。
- 7 左足ホップと同時に右足を後ろからシャープにスウィング (ct.1)、右足前へリープ (ct.2)。
- 8 Fig. 1の小節8と同じ。
- 9~16 Fig. 2の小節1~8をもう1回繰り返す。

# Caballito Blanco

キャバリート ブランコ

紹介 キャバリート ブランコとはスペイン語で「白い子馬」の意味。メキシコの踊りであるが、ポルトガルが1580~1640年 イスパニアの支配下で 一方メキシコが1529年から 300年間イスパニア領であった史実が興味深い。

ポルトガルのファード・ブランキータ(Fado Blanquita)の曲を利用して キャバリート ブランコが踊られた。メキシコではキャバリートには「おしめ」という意味がある。ポルトガル語のブランキータとスペイン語のブランコは同意語であり「白」という意味を持っている。

音楽 : 4/4拍子 前奏8呼間

隊形 : Couples in a line 女子は男子の前で左手を上に組み 男子は後ろから両手をとる。

## 小節 Introduction

I 4 男子は右手を引き女子に回転の動機を与え 女子は右足より6回でCWにまわりながら一直線に進み6~8feet離れて男子と向かい合い 右足よりスタンプ3回 ホールド1拍

II 4 男女共 左足より右肩すれ違いで位置交換  
(Slow,S,Quick,Q,S)×2

III 2 Vamp 男子は 1拍を5回うち 両手で2回打ちあう 女子はスカートを持ったまま右足ステップと同時に左足ポイント 左足ステップ右足ポイント

## Fig-1

I 10 男女共 右足より Long Fado Step

II 4 男女共 右足より離れる Buzz Step 4回で2回転し 右足よりスタンプ3回

III 4 左足よりジャンプ、ホップ、ジャンプ、ホップ、ジャンプ、ホップ、ホップ、ホップ (ホップのとき逆足にタッチし 最後のホップ3回でCWに1回転)  
同様に逆足よりCCWに1回転

IV 4 男女共 左足より (S,S,Q,Q,S) 2回で右肩すれ違いで位置交換して向き合う

V 4 IIIと同様に Jump Hop Stepを行う

VI 4 男女共 左足より (S,S,Q,Q,S) 2回の Do Sa Do(右肩すれ違い)して男子は女子の左に入り舞台正面向きのスケーティング・ポジションになる

## Fig-2

I 8 男女共に右足より Short Fado Step 2回

II 2 互いに離れる様に Vamp (Intro III)を行う

III 10 Long Fado Step

IV 4 Buzz Turn

V 4 Jump Hop Step

VI 4 位置交換

VII 4 Jump Hop Step

VIII 4 S.S.Q.Q.S 2回で Do Sa Doして最初の隊形に戻る

Fig-1 のI~Vにおなじ

## Ending

IntroとFig-1をくり返す

Fig-1のVI Do Sa Doをした後 男女共 拍手し左手同士とりあって右手を後ろに伸ばしてポーズ

### \* Long Fado Step

右足を右へステップ・ホップ (cts.1,2) 左足を右足の前へステップ・ホップ (cts.3,4)  
この時体は外向きで 視線は左肩越しに相手の顔を見る。右足を元の位置にステップ・ホップ (cts.1,2) 左足を左へステップ・ホップ (cts.3,4) 右足を左足の前へステップ・ホップ (cts.1,2) この時も外向きで右肩越しに相手の顔を見る。元の位置へステップ・ホップ (cts.3,4)

### \* Short Fado Step (ホップの浮き足は必ず軸足の後ろに)

右足を右斜め前へステップ・ホップ (cts.1,2)  
左足を右斜め前へ前かがみにステップ・ホップ (cts.3,4)  
右足を元の位置に体を起こしながらステップ・ホップ (cts.1,2)  
左足を元の位置にステップ・ホップ (cts.3,4)  
右足を左斜め前へステップ・ホップ(前かがみ) (cts.1,2)  
左足を元の位置に体を起こしながらステップ・ホップ (cts.3,4)  
右足よりスタンプ3回 (cts.1,2,3) ホールド (cts.4)

## Pentozalis (CRETA Isl.)

ギリシャの踊り = 大潮流 - シルトス と ペディクト -  
のうち、ペディクト系の踊り。

Pento (5) Zale (step) という意味。

戦闘の踊りであり、能力(戦闘能力)をためす為に行われた。また、もともとは刀の上で踊るという曲芸的要素もあったようであり、さらにその起源をさかのぼると、古代ギリシャ、ビザンティンの兵士の統率に用いられたらしい。

position : T-ホールド

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

figure : ↓ 1X下。

\* Introduction (W-ホールド)

1. 左足 左前へ step
2. 右足、左足に 3/2 close
3. 右足、右後へ step
4. 左足、右足に close
5. 左足、左後に step
6. 右足、左足に close

- 7, 右足 右前へ step  
8, 左足 右足に close,

## \* Basic

1. 左足 step  
2. 左足 Hop 右足は左側に上げる.  
3. 右足 step.  
4. 左足 step[1/2] 右足 左足の前に step[1/2]  
5. 左足 step  
6. 右足 右へ step[1/2] 左足 右足へ近づけて close[1/2]  
7. 右足 step.  
8. 右足 Hop 左足は上げる,

## \* Step Touch

1. 左足 step  
2. 右足 左足のそばに Touch.

3.~8. \* Basic に同じ.

## \* Pause

1. 左足 step  
2. Hold

3.~8. \* Basic に同じ

## \* Brush

ct. 1~5 \*Basic に同じ

6. 右足 Leap.

7. 左足 右足の 前 で Brush

8. Hold.

## \* Tap Twice

ct. 1~5. \*Basic に同じ.

6. 右足 Leap

7. 左足 右足の 前 に Tap

8. 左足 右足の 前 に Tap.

## \* Single Scissors

ct. 1~5. \*Basic に同じ

6. } 右足 からの Scissors

7. }

8. Hold.

## \* Double Scissors

ct. 1,2 \*Basic に同じ

3. } 右足 からの Scissors.

4. }

5. } 左足から Scissors  
6. }

7. 右足 step.

8. Hold.

### \* Triple Scissors

ct. 1, 2. \* Basic に同じ.

3. } 右足から Scissors  
4. } 左足 =  
5. } 右足 =  
6. }

7. 右足 step.

8. Hold.

