夏合宿
'97

メモ

巻頭言

今年も夏合宿がやってきました。
暑いし疲れるけどがんばってやりぬけばカになるはずです。ケガには気をつけてみんな楽しく過ごしてね。あとこの資料を大切に使って役立てて下さい。では…。

97年 夏合宿

H9 7/29 − 8/3

〈主旨〉 前期の復習、下曲の習得、皆で長期寝食を共にすることで一層交流を深める。

〈場所〉 越後中里 お茶屋旅館

高崎線 − 高崎　　上越線 − 中里

〈役員〉

実行委員長	和田
生活 〃	兵頭
実技責任者	和田
会計	〃
Party企画	1、2年生
編集	3年
救護	1年女子
体操	1年男子

〈班分け〉

1班 和田 野尻 増田亘 小浜 菅原 薬師
2班 兵頭 増田 植山 大谷 竹内 家田
3班 土屋 深沢 桧野 河合 牧野

〈食事当番〉

	7/29	30	31	1	2	3
朝		2	3	2	3	1
昼		3	2	3	1	
夜	1	1	1	2	2	

↑ 自分から進んで動くこと

No. '97

Date

夏合宿 call 計画表

		曲名		地方	caller
7/29 (火)	午後	Makedonijaの復習	(30)		兵頭
		Baba Dzurdza	(50)	Makedonija	兵頭
		~~Sitha Zborenka~~	(40)	Dobrudza-B	家田
		Dajčovo	(50)	Sever-B	土屋
		Vlaško Za Pojas	(40)	Vlach	兵頭
	夜	~~Jove Male Mome~~	(40)	Šop-B	土屋
		~~Vulpiuţa~~	(40)	Oltenia-R	兵頭
		~~Pentozalis~~	(40)	Ellas	葉師
7/30 (水)	午前	~~Srbijaの復習~~	(30)		和田
		~~Valjevska Podvala~~	(30)	Srbija-J	和田
		~~Kolubarski vez #2~~	(80)	Srbija-J	3年生
		~~Kalajdžisko Oro~~	(40)	Makedonija	和田
		↳ ~~Ilčevice Malda Nevesto~~			深沢
	午後	~~Caballito Blanco~~	(50)	Mexico	家田
		~~Serbian Medley #1~~	(100)	Srbija-J	上級生
		ピボットターンの練習	(30)		和田、深沢
		~~Love song cha-cha~~	(40)	America	葉師、深沢
7/31 (木)	午前	Russiaの練習	(30)		兵頭
		Hopak	(90)	Russia	兵頭、深沢
		Subuli	(50)	Philippines	葉師、深沢
	夜	ポルカターンの復習	(30)		和田、深沢
		Scandinavian Polka	(90)	Sweden	和田、深沢
8/1 (金)	午前	レントラーターンの復習	(30)		和田、増田
		Zillataler Ländler	(80)	Austria	和田、増田
		ワルツターンの復習	(30)		和田、深沢
		リバースターンの練習	(30)		
	午後	The Last Waltz	(80)	America	和田、深沢
		Jablochico	(80)	Russia	土屋、増田
8/2 (土)	午前	Rumaniaの復習	(30)		和田
		Sirba Pe Loc	(40)	Muntenia-R	家田
		Kalocsai Ugro's	(80)	Hungary	兵頭、深沢
	午後	Hrvatskaの復習	(30)		和田
		Slavonian Dances	(80)	Hrvatska	3年生
		Radmirsko Horo	(30)	Šop-B	和田
		Dzinovsko	(80)	Trakija-B	和田、増田

夏合宿 日程表

	7/29(火)	30(水)	31(木)	8/1(金)	2(土)	3(日)
		起床、洗面				身支度
8:00…		朝食				
9:00…		実技 3	実技 5	実技 7	実技 9	自由昼食
12:00…		昼食				
1:30…	実技 1	実技 4	レクリエーション	実技 8	実技 10	
5:30…						
6:30…	夕食					
7:00…	実技 2	入浴	実技 6	入浴		
8:00…		花火		コンパ	徹Pa	
9:00…	入浴		入浴			
10:00…	自由時間、就寝					

Folk Dance を楽しく踊るために

ダブルドリブル

～ マナーについて ～

踊りは みんなで心を一つに合わせて楽しく踊るものです。
間違えてもくよくよせず、楽しめる雰囲気を作りましょう。

準備 … 一緒に踊る人への思いやり

- 衣装は各自工夫して、清潔で踊りやすいものを着用しましょう。
- 部室の衣装は、衣装係に許可をもらって借り、返却は洗濯等をして、「衣装返却箱」へ返して下さい。
- 腕時計、指輪、サッシュの安全ピンなどは、ホールドをとる時にケガの原因になるので、はずす、又は、位置をずらすなどの配慮をしましょう。
- ツメも、ひっかくと危いので、きちんと切りましょう。
- ベルトはなるべく布か皮製のもの（丈夫で安全なもの）を用意しましょう。

Call 中 … 楽しく学ぼう

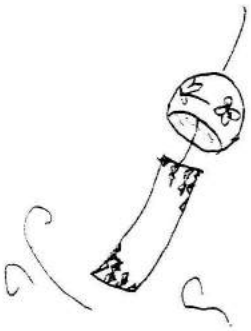
- Call 中は静かに、caller に集中し、指示には素早く従って下さい。
- わからないところ、もう一度説明してほしい所があったら、遠慮せず、質問しましょう。

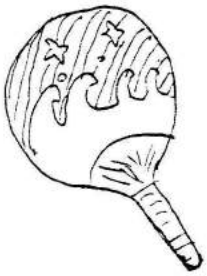
例会中 … 行動は敏速に、礼儀正しく。

- 例会中はすばやく行動しましょう。原則として、新入生は、上級生の間に入るようにします。上級生が来てくれるのを待っているのではなく、新入生が動いて、上級生の間に入りましょう。
  カップル曲でパートナーを誘う時も同様、下級生から、上級生を誘いに行こう!!
- 踊る前、終わった後の気持ちの良い挨拶を心がけよう。
- 食べ物を食べながら、煙草を吸いながら、酒気を帯びて踊ることは絶対やめましょう。

目次

	国エーリア
Vlaško za Pojas	Vlach
Baba Džurdža	Makedonija
Kalajdzisko Oro	〃
Pentozalis	Ellas
Slavonian Dances	slavonia
・セルビア	
Serbian Medley #1	
Kolubarski vez #2	
Valjevska Poduala	
・ルーマニア	
STrba Pe Loc	Muntenia
・ブルガリア	
Radmirsko Horo	Šop
Dzinovsko	Trakija
Sitna Zborenka	Dobrudza
Dajčovo	sever
・ロシア	
Jablochico	
Hopak	
・ハンガリー	
Kalocsai Ugro's	Hungary
Subli	Philippines
Caballito Blanco	・Mexico
Zillertaler Ländler	Austria
Scandinavian Polka	Sweden
The Last Waltz	America
Love Song cha-cha	〃





かつてのユーゴスラビアの国々

われわれのサークルにおいて、かつてのユーゴスラビアの踊りはタタくありますが、ユーゴの踊りといっても基本的にはタタ種タタ様で、各地方ごとに踊られるものばかりです。オーストリアや西欧諸国の影響が強い北部ではカップルダンスがタタいが、ユーゴの国中で最も広く知られているのは、地方それぞれの楽器や歌を伴ったコロです。コロとは輪、

かつてのユーゴスラビアの国々

車輪、糸車などを意味し、鎖状に連手して踊るチェーンダンスが主です。体系など多くの類似性をもっているものに、ブルガリアのホロ、ルーマニアのホラ、ギリシャのシルトといったものがあります。

・1人のダンサー(たいていは男)によってリードされる。

・テンポが緩急自在に変わり、それに合わせて激しい変化に富んだステップでイキを合わせて踊る。

・感情の表現力が高い。体勢は胸をそらして直立し、しかも誇らしげに。女性は柔かみ。ヒザは柔かくベントして。

18、19世紀の頃からカップルダンスが西欧中心に急速に拡がっていったが、当時バルカン半島ではトルコの支配などによる戦国の時代で、それを受けいれるような情況ではなかった。またチェーンで踊るということは、支配者への抵抗、ゲリラ的な意味をもっていた。このようにして、今ではチェーンダンスは民族の誇りとして発展してきたのです。

☆ セルビアは19世紀初頭にトルコ支配からその中心部にあたる地区を解放されました。セルビア人は大柄で金髪、肩幅広く、愛国的情

かつてのユーゴスラビアの国々

熱と自由と独立を求める男性的な性格が踊りにも現れています。詳しくは別のページで

☆ クロアティアは1918年までオーストリア＝ハンガリー帝国の支配下にありました。ヴォイヴォディナを加えてクロアティア東部では、踊り手の間隔が狭く、強固なクローズドサークルの踊りが基本です。重要な特徴はドゥルメッシュと呼ばれる垂直方向の細かく活発な体の震動で、あたかも巨人の手が踊り手をゆすっているようです。クロアティア西部ではカップルダンスや、男女が平行なラインに分かれて踊るものがあります。

☆ スロベニアは長い間オーストリアの支配下にありました。そうした影響を受けてカップルダンスが多く、活発なターンや、手や足などをたたくこともあり、リズムは基本的にワルツとポルカです。

☆ ヴォイヴォディナは1918年にオーストリア＝ハンガリーから独立して、ここでもカップルダンスが見られますが、われわれのサークルでは

かつてのユーゴスラビアの国々

ロココ コロ1曲のコールがされています。
(シングルサークル)

☆ ボスニアヘルツェゴヴィナはトルコ、次にオーストリアの支配を受けました。音楽の伴奏を伴わない踊りが多く、このリズムだけによる舞踊は人々の感情を恍惚状態にまで高める力を持っているのです。中には男性が激しい回転を女性に与えて、それに耐えうるかどうかを試し、妻とすべき女性を探し出すという踊りも残っています。

☆ モンテネグロは高い山々に囲まれ、ここに住む人々は他国の支配から自分たちの土地をよく守りました。女性はやや自制した踊り方ですが、男性は歌いながら自由に踊ります。ただし踊りには楽器は使われず、足拍子のドンドンという音に合わせて歌われ踊られます。

☆ 1912年までトルコの支配下にあったコソヴォでは、村には彼ら本来の性質が残っているが、町には東洋的特徴が吸収されています。

☆ マケドニアは1912年のバルカン戦争までトルコの支配下であったため、その踊りはトルコ舞踊の名残りがあります。技巧的で力強

かつてのユーゴスラビアの国々

い、感情を込めた動作や印象的な動作があり、独特の目的や意味をもった多くの豊富なステップの連続です。複雑で東洋的なリズムが多く、音楽の長さは必ずしも踊りと一致しないし、音楽のリズムと踊りの呼間が合わないこともあります。なお、男女が厳格に別れて踊ることが多いのも特徴です。

☆ 最後にユーゴ領内の少数民族をあげましょう。Vlach(ブラフ)民族は東セルビアを中心にユーゴ各地に散在していて、踊りにも特有のスタイル(腰を低くおとし、力強く地面をスタンプする。)を持っているそうです。また東セルビアではジプシーの影響も見逃すことはできません。

Date . . No.

Vlaško Za Pojas　　Vlach　ジプシーの踊り

=on the belt (ベルトホールド)

Fig 1　1 — ステップ クローズ 3回
右足を右にステップ(ct1)と同時に両足のかかとを右側にひねる。左足をクローズ(ctと)と同時にかかとを元に戻す
これをあと2回 右方向に繰り返す (cts 2と3と)
2 — ステップホップで前進 ステップで後退
右足その場にステップ(ct4) ホップ(ctと)
左足前にステップ(ct5) ホップ(ctと)
右足前にステップ(ct6) ホップ(ctと)
左足から後退(ct7と8) 左足ホップ(ctと)

Fig 2　1 — 左足その場にホップ(ct1) 右足右にステップ(ct2)
左足を右足の前にタッチと同時に右足ホップ(ct3)
右足ホップ(ctと) 左足を右足の左側にステップ(ct4)
もう一度繰り返し (cts 5.6、7と8)
2 — パデパ2回 ステップクローズ2回
右足からパデパ(cts 1と2) 左足からパデパ(cts 3と4)
Fig1-1と同様にステップクローズを2回
※少しずつ右へ移動 (cts 5と6と7と8と)

Fig3　1 — ラ ターン タ
右足その場にステップ(ラ)
左足その場にスタンプ 右足リフト(ターン)
左足その場にスタンプ(タ)
2 — 1を逆足から
3 — 右足を右にステップ(ct7) 左足その場にステップ(ctと)
右足を左足の前にステップ(ct8) 左足その場で
ステップ(ctと)

構成　Fig1…2回
Fig2…2回
Fig3…4回
} Aとする

A→バランス4回(2往復)→A

→Fig1 2回→A→バランス→A
4回

→Fig1 2回 //

Filing Leaf 6mm×36行

Baba Džurdža

Makedonija

Rhythm:7/16
Position:v&w

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ブ、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(cts.5) 左足を右足後ろへステップしながら連手を上げ、Wホールドになる(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、右とその場でリーブ(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。

Ilčevice Mlada Nevesto

Makedonija－J

Source：1976　Institute of Atandelovac
Trajče Simeonoski

Rhythm：7／8

Position：男性－Tポジション　女性－肩の高さでやや前方で逆手

Variation for Women

Fig 1

小節

1　右へ向き右足前へステップ（ct1）　右足チュクチェ（ct2）　左足前に
ステップ（ct3）

2－3　カウントにあわせて右足から6歩前進（cts123456）

4　円心を向き右足ステップ（ct1）　左足前へ軽くあげ右足チュクチェ（ct
ホールド（ct3）

5　右足チュクチェしながら左足後ろにまわす（ct1）　右足後ろに左足をつけ
ホールド（cts2－3）

6　右方を向き左足後退（ct1）　右足さらに後退（ct2）　円心を向きなが
左足左にステップ（ct3）

7　左方を向き右左右と前進（cts123）

8　円心を向き左足少し後ろにステップ（ct1）　右足斜め前に残して左足の
チュクチェ（cts2－3）

9　8を逆足でくり返す

10　左足を前にステップ（ct1）　右足にステップバック（cts2－3）

11－20　1－10を逆足で逆方向へくり返す

Fig 2

1　右足右へステップ（ct1）　体を右へ回しながら左足を右足の前へステップ
（ct2）　右足ステップバック，体を少し左へ回し始める（ct3）

2　1を逆足よりくり返す

3　右足より3歩でCWにまわる（cts123）

4　円心を向いて左足前にステップ（ct1）　右足は体重をおかず閉じる（ct
2－3）

5－8　1－4をくり返す

メモ

Kalajdzisko Oro　　Makedonija

Rhythm : 11/16　(1 2 3 4 5)
Position : 男性 Tポジション ・ 女性 Wポジション

Step 1

小節

1. 右方向き、やや前かがみで左足チェクチェ. 左足は膝を曲げて前方(LODへ)へあげる. (ct.1) ・ 右足ステップ (ct.2)
右足 2回チェクチェ　左足は膝を曲げ前方へあげる (cts.3-4)
左足ステップ (ct.5)

2. 更に右方へ右足リーフ (ct.1) 左足 その前へステップ (ct.2)
左足チェクチェしつつ円心に向く. 右足は軽くあげる (ct.3)
右足ハーフステップ (ct.4) 右足ステップ (ct.5)

3. 左足トーを円心方向へタッチ (cts 1-2) 左足 その左へ同様にタッチ (ct.3) 左足円心へタッチ (cts 4-5)

4. 両足揃え、膝をベントしながらかかとを右方へひねる (cts 1-2)
同様に左へひねる (ct.3) 円心を向き軽くバウンス2回 (cts 4-5)

Step 2

1. "Step 1" の小節1に同じ.

2. "Step 1" 同様に右-左と進み (cts.1-2) 左足チェクチェしつつ, 右足を前方へ上げる (ct.3) そのまま LOD へ右膝を立て左膝を床につける様にしてダウン (cts 4-5)
※このとき (cts 4-5) を十分に使ってダウンする.

3. そのまま ホールド (cts 1-2) 立って左足トーを円心へタッチ (ct.3)
左足トーをその左へタッチ (cts 4-5)

4. "Step-1" の小節4に同じ.

Step. 3

1.〜4. "Step 2" と同じことをするが、小節2のダウンを円心方向へ行う点だけが異なる.
すなわち. [小節2] → 右足リーフ (ct.1) 左足ステップ (ct.2) の後 左足チョクチョ 右足を上げつつ円心を向き (ct.3) そして円心へ "Step-2" と同様にダウン (cts 4〜5)

Step. 4

1. 蓮手をとき. 左足ホップで右足上げる (ct.1) 右足 LODへ ステップ (ct.2) 左足前方へ ステップ (ct.3) ホップ (ct.4) 右足前方へ ステップ (ct.5)

2. 小節1を逆足でくり返す (cts 1-3) 左足前方へ リーフ (ct.4) 右足前方へ ステップ (ct.5)

3. さらに、左足前方へ ステップ (cts 1-2) 右足前へ ステップ (ct.3) 両足でスクアット (cts. 4-5)

4. 左足で立ちあがりながら (左足をそえる) 左へ1回転する (cts 1-2) スクアット (ct.3) 左足でリカバーで立つ (ct 4-5)

女性のフィギア

step 1

1-4 男性の "Step 1" 同様

step

1-2 男性の "Step4" の小節1-2に同じ

3. "Step1" の小節3に同じ

4. かかとをそろえ、右 (ct 1-2) 左 (ct 3) 右 (ct 4) 左 (ct 5) とひねる.

※ 構成はリーダーのチークサインによって行われます.
Part 4では男性はインディビジュアルになって均等に広がります.

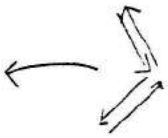
Pentozalis (CRETA(Ellas)

○ギリシャの踊りの二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)とZale(ステップ)の意。
戦闘の踊りであり、その能力を高める為に踊られた。
(余談ですがギリシャのNational Danceはすべて7拍子です)

○Position: Tホールド　(イントロはWホールド)
Rhythm: 7/4

○Introduction

ct1. 左足左前へstep
2. 右足左足にそろえて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



巻くの字になります

○Basic (これをモノにすればアトはラク)

ct1. 左足左斜前方へstep
2. 左足hop、右足は左側へ上げる
3. 右足step　この時左足を右足によせる
4. 左足左へstep、右足左足の前にstep
5. 左足step
6. 右足右へstep、左足右足へそろえてclose
7. 右足右へstep
8. 右足hop 左足は正面に上げる

○Step Touch

ct1. 左足左斜前へstep
2. 右足左足のそばにいもうけるようにTouch
3〜8. Basicに同じ

○Pause

ct1. 左足を斜前へstep、同時に右足を左足にひきつけるようにくっつける。
2. Hold
3〜8. Basicに同じ

○Bruch

ct1〜5. Basicに同じ
6. 右足leapと同時に左足前に上げる
7. 左足右足の前でtap
8. 右足hop

○Tap Twice

ct1〜5. Basicに同じ
6. 右足leapと同時に左足前に上げる
7. 左足右足の前にtap
8. 〃

○Single Scissors

ct1〜5. Basicに同じ
6.
7. } 右足からscissors
8 右足hopで左足上げる

○Double Scissors

ct1.2. Basicに同じ
3.
4. } 右足からのscissors
5.
6. } 左足からのscissors
7 右足step
8 右足hop、左足あげる

○Triple Scissors

ct1.2. Basicに同じ
3
4 } 右足からのscissors
5 左足 〃
6 右足 〃
7 右足step
8 右足hop 左足あげる

scissorsは最後すべて右足hopです
逆にならなければそれでよいでしょう。

意外に味わい深いです。覚えましょう。

おつかれさま

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（ct 1）、左足を左横に出しながら、右足を伸ばす（ct と）、足を開いたまま、両足でゆっくりバウンス1回（ベンド・アップ）（cts 2.と）。
左足に重心をおき、左足ベンド（ct 3）　左足伸ばすと同時に右足を引き寄せる（ct と）　両足閉じてゆっくりバウンス1回（ベンド・アップ）（cts 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－α 右足に重心をおく。右足ベンドしながら、右足を伸ばす（ct と）。両足を開いた形でバウンス２回（cts 2.と）　左足に重心をおいてベンド（ct 3）左足伸ばしながら、右足を引き寄せる（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（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（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、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、速いシザーズ１７回（cts 1.と, 2.と, ……8.と,

左足が前に伸びた状態でホールド（cts 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（あるいは両方の二の腕を取り合う）に組む
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できる。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・ウエスト・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、やや左に体をひねり、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・ウエスト・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。

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 ㉖ ㉗ ㉘

歌　　かけ声　　かけ声

㉙

※ 上記はKiša Padaの構成。数字は、ユニット・ナンバーを表わす。

セルビア <Srbija>

セルビアは新ユーゴスラヴィアの構成共和国の1つで人口900万人。住民の大半はセルビア人である。
その歴史は複雑だが、とにかく争いの種は尽きず、近年でも戦争はおこっている。19世紀初めにトルコ支配から解放され、二次大戦後旧ユーゴ中最大の共和国になったが、旧ユーゴ内では6つの共和国、4つの言語、3つの宗教をもっており内部で争いが絶えず、1993年に新ユーゴ、クロアチア、マケドニアに分裂して今セルビアは新ユーゴの中核である。

セルビア人は大柄で金髪、肩幅広く、愛国的情熱と自由と独立を求める男性的な性格が踊りにも表われています。

この地方はラインダンスと相交ったチェーンダンスが盛んで踊り手は互いにベルトをしっかり握り合い腕を交わして協調、団結の精神を表わしている。スタイルは概して滋味に富み、活動的なものが多い。代表的な踊りはkolo（コロー）。セルビアのチェーンダンスで、様々な形態をもち、伴奏者やリーダーによって様々に動作が変えられる。

踊りの特徴には上体の維持、ベルトホールド、やわらかい膝などあり男性は特に威厳を示すような姿勢を維持して踊る。
そして膝は軽く垂れて、決して硬直してはならないのです。

さて我がサークルでもSrbijaの曲を色々やってます。

Milanovo kolo
Cigánski Orient
Oi srpkinjo
Vranjonski ćaćak
Valjevska Podvala
Serjančica
など

ですが 夏合宿の大曲といえばやっぱり Serbian Medley #1 です。
この1曲に Srbijaの様々な動きが入っています。
そしてパーティーに必ずかかるので 皆さんがんばって覚えましょう。

余談ですが 98年 W カップ では ストイコビッチ、サヴィチェビッチ ら
スター選手をそろえる 新ユーゴの活躍を期待しましょう。

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. Djurdjevka (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 (モラバッツ)

Record: Kolo Festival LP1019

歌 詞 ♪

1. Jelke

<Women> Jelke tavničarke, ostavi tavinicv ×2
イェルケ タヴ゛ニチャルケ オスタヴ゛イ タヴ゛ィニッヴ

Ostavi tavinicv, mladom tavničar ×2
オスタヴ゛イ タヴ゛ィニッヴ ムラド゛ム タヴ゛ニイチャル

<Chorus> Ajde da igramo, ajde da pevamo ×2
アイデ゛ ダ゛ イグ゛ラモ アイデ゛ ダ゛ ペ゛ヴ゛アモ

2. Poskok

Haid Povedi veselo naše kolo sareno ×2
ハイド゛ ポ゛ヴ゛エデ゛ィ ヴ゛エセロ ナシェ コロ シャレノ

Momci i cure u kolo nek se ori veselo ×2
モムツィ イ ツレ ウ コロ ネッ セ アリ ヴ゛エセロ

3. Timomo

<Men> Ti momo ti devoiko, timoga brata mamiš
ティ モモ ティ デ゛ヴ゛オイコ ティモガ゛ ブ゛ラタ マミシ

Na tvoje belo lice, Na tvoje carne oci
ナ トゥヴ゛オイエ ベ゛ロ リツェ ナ トゥヴ゛オイエ チャルネ オチ

<Women> Sam se je prevario na moje belo lice
サム セ イエ プ゛レヴ゛アリオ ナ モイエ ベ゛ロ リツェ

Na moje čarne oci na moje medna usta
ナ モイエ チャルネ オチ ナ モイエ メド゛ナ ウィタ

4. Đjurdjevka

<Men> Oj devojko dušo moja šta govori majka Louja
オイ デ゛ヴ゛オイコ ド゛゛ゥショ モヤ シタ ゴ゛ヴ゛オリ マイカ トゥイヤ

Očel tebe meni dati očel mene zetom zvati
オチェル テベ゛ ノニ ダ゛ティ オチェル メネ ゼ゛トム ズ゛ヴ゛アティ

<Women> Ne da mene moja nana ne da još godinu dana
ネ ダ゛ メネ モヤ ナナ ネ ダ゛ ヨシ ゴ゛デ゛イヌ ダ゛ナ

Ne če mene tebi dati neče tebe zetom zvati
ネ チェ メネ テビ゛ ダ゛ティ ネチェ テビ゛ ゼ゛トム ズ゛ヴ゛アティ

<Men> Oli dala il nedala tise moja uvek zvala × 2
オリ ダ゛ラ イル ネダ゛ラ ティセ モヤ ウヴ゛ェ ズ゛ヴ゛アラ

5. Igrale Se Delije

<Men> Igrale se delije na sred zemlje srbije × 2
イグ゛ラレ セ デ゛リイエ ナ スレド゛ ゼ゛ムリェ スルヴ゛イエ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2
スィトノ コロ ド゛ コラ チュロ セ ド゛ スタンボ゛ラ

<Women> Svila frula iz dola frula moga sokola × 2
スヴ゛イラ フルラ イズ゛ ド゛ラ フルラ モガ゛ ソコラ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2
スィトノ 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 ハイエ ザ゛ スタンボ゛ラ

<Chorus> Sitno kolo do kola čuro se do stambola × 2
スィトノ 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゛ テブ゛ サム チェスト ホデ゛イオ

Po teb sam često hodio
ポ゛ テブ゛ サム チェスト ホデ゛イオ

S devojkam ovce čuvao
ス デ゛ヴ゛オイカム オヴ゛ツェ チュヴ゛アオ

No.

Date

1. Jelke

$\frac{2}{4}$ 拍子　　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
隣りの人と肩が触れ合うくらいの間隔で低く連手

Fig. 1

1-2　右足を右横にステップ(ct 1)、左足を右足にクローズ(cts 1, 2)
右足を右横にステップ(ct 1)、左足を右足にクローズ(ct 3)
右足を右横にステップ(ct 1)、左足を右足にクローズ(cts 4, 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、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(cts 1 1 2)
右足ホップ(ct 1)。以上を逆足からくり返す(cts 3 1 4 1)
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つ。

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。

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）右足斜め後に右、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とき cts 3,4 で徐々に下ろし ct と　のときは完全に下に下ろす。

3－4　以上を左足より元の位置に戻るように行う。

5－8　小節1－4に同じ

Fig. 2

1－2　LODへ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　以上をさらに1回行い最後のホップでCCWに回転してRLODを向く

5－8　小節1－4をRLOD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 こころもち左側を向き，右足をタッチする時は こ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ブ気味にステップ（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. Durdevka

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

小節

Fig 1

1 右足を左足の前に交差してステップ(ct1)。このとき、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)。このとき、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)。このとき、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)。このとき 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13をさらに3回行い、女性のみのクローズドサークルをつくる。

※ 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(ct 1)、さらにLODへ後退(cts 2.3)。

2　LODへ右足を後退してステップ(ct 1)、このとき円心を向く。

3　右足を右横へステップ(ct 1)、左足を右足の後ろにステップ(cts 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(ct 1)右足右横にステップ(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)このとき、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ぎみにあげてホールド(ct 2.3)。

9-16　1-8に同じ。

Fig 4

1-36　Fig 2、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を向いて終わる。
終わるとすぐ、男性が女性の間に入って男女交互のクローズドサークルになる。

No

Date

【5. Igrale Se Delije】

Rhythm; 2/4

position ; 男女交互のクローズドサークル(円心向き)
低く連手[Vホールド]

小節 (Fig-1)

1～2 ステップは[2. Poskok]のfig.1の小節1～2と同じ。
ただし手の振り方が異なる。
右足ステップ・ホップで手を肩の高さまであげる(ct.1と)
左足ステップ・ホップで下げる(ct.2と)
(ct.3と)で上げ、(ct.4と)で下げる。

3～4 以上の小節1～2を左足から逆方向へ行う

5～8 小節1～4に同じ

(Fig-2) = ホールドはVホールドで振らない =

1～4 右足より右へバウンス4回
左足より左へ 〃 1回
右足より右へ 〃 1回
左足より左へ 〃 2回

5～8 Fig.2の1～4に同じ

メモ

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
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
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ＬＯＤへ進む (cts.1,と,2,3,と,

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,右と小さなリーブ２回でＲＬＯＤ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
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

［男性３～５人のベルトホールド］

小　節　　Introduction

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) 左足を右足の後にステップ(cts.7,8) この時、ステップに合わせて、顔、体を自然につける。cts.1,2 のとき　円心の方向、cts.3,4 ＬＯＤ、cts.5,6 円心、cts.7,8 ＲＬＯＤ、というぐあいにスムーズに一つの運動を行う。

５－16　以上をあと３回繰り返す。最後は軽く上体を円心方向に折る。

Fig.1

１－４　上のポーズから、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、足はのびたままの感じで、円心の方からまわして持ってくるように。右、左、右、左とステップをつづけ(cts.3-6) 右足ステップ、体重をのせ (ct.7) すぐ左足の方に体重を戻す (ct.8) この時、イッハッとかけ声をかける。

Fig.2

１－２　右足その場にステップ (ct.1) 左足を右足の前にクロスステップ (ct.2) 右足その場にステップ (ct.3) 右足ホップ (ct.4)

３－６　左足その場にステップ (ct.1) 右足を左足の前にクロスステップ (ct.2) 左足その場にステップ (ct.3) 右足を左足の後にクロスステップ (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)

７－８　小節１－２に同じ

９－10　小節１－２を逆足より繰り返す

注１．この踊りは、Intro 、Fig.1 を２回、Fig.2 とつづき以降は Fig.1,2 を繰り返す。

２．Fig.2 のホップで、反対の足はひざのところでまげられ、ももが水平になるまで上げる！

３．はたして セルメドいっき とは…!?

8. Moravac (モラバッツ)　　Serbian Medley#1

Moravacは、通常タタくのパターンがあるが、Serbian Medley#1では、以下の8つのパターンがある。

1. Hajde. 2. Sitno. 3. Cujes. 4. Moravac (or Cetri).
5. Sedam. 6. Sedam Variation. 7. Natray. 8. Kraj

2/4拍子

男女交互のオープンサークル。全員円心向き、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。

小節　Fig1 (Hajde)

1−4　僅かに左を向き、右左と右にステップ(ct.1,2) 円心を向き、右足その場でやや右にステップ(ct.3) 左足を右足にタッチ(ct.4)
同様に左足よりステップ、タッチ(ct.5,6) 右足よりステップ、タッチ(ct.7,8) (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

Fig2 (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(ct.1,2と3,4と)

3　左足より左へステップ、バウンス、バウンス1回側進(ct.5,6)

4　右足より右へステップ、バウンス、バウンス1回側進(ct.7,8)

8. Moravac

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 3 (Cujes)

1.　僅かに右を向き、右足をLODへステップ(ct.1) 右足ホップ(ct.2) 左足を右足前に交差してステップ(ct.と)
2.　右足右へステップ(ct.1) 左足前、右足その後ろの交差状態でバウンス2回(ct.2と)
3.　小節2の逆足バージョン
4.　小節2と同じ
5-8　小節1-4を左足から左へ行う
9-16　小節1-8と同じ

Fig 4 (Moravac or Cetri)

1-2　円心向きで右足を右横へステップ(ct.1) 右足を右足の後ろにステップ(ct.と) 同じことをあと2回行う(ct.2と,1と) 右足をその場へステップ(ct.2) ホールド(ct.と)
3　小節2を左足から行う。(バックパデパ)
4　小節2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　円心向きで右足を右横にステップ(ct.1) 左足を右足の後にステップ(ct.と) 右足を右横にステップ(ct.2) 左足を右足の前にステップ(ct.と)

8. Moravac

右足を右横へステップ(ct.3) 左足を右足の後ろにステップ(ct.と) 右足を右横にステップ(ct.4) ホールド(ct.と)

3 左足を左横にステップ(ct.1) 右足を左足の横にステップ(ct.と) 左足をその場でステップ(ct.2) ホールド(ct.と) (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を左足より左に行う。

9-16 小節1-8と同じ。

Fig 6 (Sedam Variation)

1 Fig5の小節1と同じ (ct.1と2と)

2-4 右足を右横にステップ(ct.3) 左足を右足の後ろにステップ(ct.と) 右足を右横にステップと同時に左足を右足に近づける(ct.4)。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持ってくる(ct.5)。左足を右足の後ろにステップ(ct.と) さらに(ct.4,5と)の動作を1回行い(ct.6,7と) 右足を右横にステップ(ct.8)

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) ブタさん

Fig6が終わったらすぐに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LODへ右足より7歩後退(ct.1と.2と.3と.4) ホールド

3 左足ステップと同時にLODを向いてさらに右左とステップ(ct.5と,6)

8. Moravac

4　右足ステップと同時にRLODを向いてさらに左右とステップ(ct.7と,8)

5-6　LODを向いた隊形でRLODへ左足より7歩後退(ct.1と,2と,3と,4) ホールド(ct.と)

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　円心を向きLODへ右足右横にステップ(♪) 左足を右足の前にステップ(♪)
円心を向きLODへ右足右横にステップ(♪) 左足を右足の後ろにステップ(♪)

2　小節1と同じ

3　円心を向いてとまり、左足その場でホップ(ct.1) 右足を左足の前にステップ(ct.と) 左足に戻してステップ(ct.2) ホールド(ct.と)

4　右足をその場でステップ(ct.1) 左足を右足の前にステップ(ct.と) 左足にステップバック(ct.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

Kolubarski vez #2 (Srbija-J)

Rhythm : 2/4
Position : Usest, Open サークル、円心向き

〈Part 1〉

小節

1~2 左足ホップ(Ct.1) 右足右へステップ(Ct.+) 左足閉じてステップ(Ct
右足右へステップ(Ct.3). 右足ホップ

3 左足左へステップ(Ct.1) 右足右へ戻してステップ(Ct.+) 右足そば
に左足閉じてステップ(Ct.2) 右足その場へステップ(Ct.+)

4 3と同じように3歩ステップ(Ct. 3+4) (ただし 最後の右足ステッ
(Ct.+)はなく、ホールドになる.

5-8 1-4を繰り返す.

9-10 1-2と同じ. ただし最後の呼間(Ct4)は. 左足を右足に閉じ
てステップする.

11-12 3-4を逆足で踏む.

13-16 9-12を逆足から逆方向へステップする.

〈Part 2〉

1-2 その場で左足のホップより ホップステップステップ (Ct 1+2)
右足その場にステップ(Ct.3) 右足ホップでLODを向き, 左足
をキックする. (Ct.4)

3-4 左足より左方向へステップ (以上Ct1-4は側進)

5-16 1-4をあと3回繰り返す.

〈Part 3〉

1-2 その場で左足のホップより ホップステップステップ (Ct 1+2)
両足を開いてジャンプ(Ct.3) ポーズ(Ct.4)

3-4 そのままもう1度ジャンプ(Ct.1) さらにジャンプするが
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) ステップ(Ct.4)

5-16 1-4を3回繰り返す.

<Pitt+4>

1-2　右足よりステップ クロースステップ ポーズ (cts 1 2 3 4)
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 (cts.1) 右足を左足に閉じてステップ(同時に. 左足の膝下を横に上げる (cts.2) 左足を右足の前に交差してタッチ. 右を向く (cts.3) ステップ (cts.4)

Kolubarski Vez #2

Part 5

1-2　Part1の1-2に同じ

3-4　左足やや左にステップ(♪) 右足戻してステップ(♪) 左足、右足の後ろに交差するようにステップ(♪) 右足に戻してステップ(♪) 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回くり返す

Part 6

1-4　Part2と同じだが3-4はLOD方向へ前進

5-16　1-4を3回くり返す

Part 7

1-16　Part3と同じ[ただし3-4 ct.3の2度目のタッチはやや大きく動く]

Part 8

1-2　右左右と3歩前進(cts 1, 2, 3) 左足前方へボールタッチ(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)

5-16　1-4を3回くり返す

Part 9

1　左足その場にリープ(ct.1) 左足後ろへトー・タッチ(ct.と) 左足よりくり返す

2　1と同じ

3-4　右左右とその場でふむ

5-16　1-4から3回くり返す

No.
Date

Kolubarski Vez#2

Part 10

1−3　Part9の1−3に同じ
4　両足を閉じて前にチャグ(ct.1)、後方にチャグ
5−16　1−4を3回くり返す

Part 11

1　右足を左足にフリ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(ct.1と2)　左足キック、右足ホップ(ct.3)　左足、右足の前にステップ(ct.4)
5−16　1−4を3回くり返す

Part 12

1−3　Part11の1−3と同じ
4　Part10の4と同じ
5−16　1−4を3回くり返す//

Ｖａｌｊｅｖｓｋａ　Ｐｏｄｖａｌａ

<Ｓｒｂｉｊａ>

Ｒｈｙｔｈｍ：４／４
Ｐｏｓｉｔｉｏｎ：男女交互のｌｉｎｅ，Ｕ　ｓｅｓｔ　ｐｏｓｉｔｉｏｎ

小節　　ｆｉｇ．１
１　　やや右に向き、右足右（ｃｔ．１）左足その後ろ（ｃｔ．ト）右足右（ｃｔ．２）右足ホップし左足を前に出し（ｃｔ．３）左足　ステップ（ｃｔ．４）
２～１２　小節１を繰り返し、ＬＯＤへ進む。

しゃくとり虫パート

ｆｉｇ．２
１　　右を向き右足ヒールで右にステップ。膝を伸ばす（ｃｔ．１）左足そばにもってきてステップ（ｃｔ．２）
２～４　小節１を繰り返し、ＬＯＤへ進む。
５～８　ｆｉｇ．１の小節１を繰り返し、ＬＯＤへ進む。

グレープバイン

ｆｉｇ．３
１　　円心を向き右足右（ｃｔ．１）左足その後ろへ（ｃｔ．ト）右足右（ｃｔ．２）左足その前（ｃｔ．ト）右足右（ｃｔ．３）左足その後ろ（ｃｔ．ト）右足右（ｃｔ．４）
２　　右足の前に左足クロスステップ（ｃｔ．１）右足後ろにもどしてステップ（ｃｔ．ト）　左足、右足横へステップ（ｃｔ．２）逆足より、繰り返す（ｃｔ３ト４）
３～４　小節１～２を左足より左方へ繰り返す　ちちち　ちちち　右左右ちちち
５～８　小節１～４を繰り返す

パデバみたい

ｆｉｇ．４
１　　左足円心にむかってステップ（ｃｔ．１，２）左足その前にクロス（ｃｔ．３，４）
２　　右足で後ろにチャグ（ｃｔ．１，２）左足右足にそろえてステップ（ｃｔ．３，４）
３～４　小節１～２を繰り返す

これを２回繰り返し、最後だけｆｉｇ．４を多く行う。
地味な踊りです。皆さん、その存在を忘れないで下さい。ｐａｒｔｙでかかるとともなく、大切な動きがあるわけでもありません。そのしぶさ、元ヤクルトの渋井と争うほどです（知らないだろうな～）

Romania

ルーマニアの舞踊は他のバルカン諸国にくらべても特に壮麗で、しかもリズムに妙味のある点が特徴的である。
現在、各地方別による名前の異なる踊りは2500種もの莫大な数にのぼっており、これらすべての踊りは幾世紀もの長い間、農民たちが、踊りの動作や形態、姿勢など独自のものを誇ってきた。
踊りの中にでてくるスウィング、ホップ、スタンプ、クリックなどには種々のバラエティがあり、その他あらゆる動作の陰には困苦に耐え忍んできた人々の生命力の強さと伝統精神をうかがうことができる。

Hora ホラ

この国では日曜日の午後になるといたるところでHoraの踊りが催される。互いに固く結び合った連鎖体形で弾力的に跳躍しながら踊る姿が目立つ。田畑の仕事を一応終えた後の農民たちは各町に呼びかけて踊りに打ち興じる。
ホラの最も簡単な形式といえば、4～5人の踊り手たちで踊るものであるが、現在では多勢で踊るのが普通となっている。踊りの特色はあでやかな反面動作は非常に簡単で踊っている間でも各踊り手たちの自由意志によって体形から離れたり、また連手して踊ったりすることができる。一見何の変哲もないようだがルーマニア風土を自由の中に愛しながら育成してきた農民の精神が反映し、親愛の情がよく表われているものといえよう。

私たちのサークルで扱っているHoraと名のつく踊りは…

Hora Oltenească, Hora Fetelor, Hora Pe Bătaie
ホラ　オルテニアスカ　ホラ　フェテロール　ホラ　ペ　バタイエ

Hora Nuţii, Hora Spoitrilor, Hora Munteneească …
ホラ　ヌッティ　ホラ　スポイトリロール　ホラ　ムンテニアスカ　ナどの曲がある。

Sîrba スルバ

男子は隣り同士の人と手を肩におき合い2/4拍子のリズムで長いラインを作って踊るスルバは古くから愛好されている。ジプシーの伴奏者は常に踊り手たちを楽しませ踊りの体形を乱さないよう進行させるためにこのリズムを用いるのである。概して若い男子だけで形成されることがタタく、興にのれば1日時間も踊りつづけることがある。

体形はお辞儀をするような格好で円心に向かい波を打たせるようにして連続的な跳躍で右に移動することを必要とするが、時によっては螺旋状に組まれる。

私たちのサークルで扱っているSîrbaと名のつく踊りは…

Sîrba Din Cimpoi, Sîrba Pe Loc, Sîrba Muntenească
ディン ツィンポイ　ペ ロック　ムンテニアスカ　などの曲がある。

地方別の特徴

・Moldova
モルドバ　ゆるやかな体の動きに伴いステップはあまり大きくなく、一般にタップステップが踏まれ、小さなリープも特徴的、動物に関する踊りがある。

Hora Mare, Corul Păsărilor, Trilişeşte, Arcanul (♂)
ホラ マーレ　コルル パサリロ　トリリシェステ　アルカヌル

Muntenia
ムンテニア　リズミカルなステップがタタく、シンコペーション(強弱)があり、円形か半円形で踊られる。手がついたり、スタンプがあったり等、体のゆさぶりを伴う踊り

Hora Nuţii, Hora Spoitrilor, Rustemul, Gaselniţa ...
ホラ ヌッティ ホラ スポイトリロール ルステム ガセルニッツァ など

・Oltenia

オルテニア 素早い動きと急な方向転換、その時のクロスステップ、シンコペーション足のスウィング、クリック等が特徴。優雅で上品な女性の踊り男性の妙技を伴う踊り、またかれ目のない一連のミックスの踊り等がある。

Alunelul, Vulpiuţa, Hora Olteneasca
アルネル ビュルピッツァ ホラ オルテニアスカ

・Banat

バナト 足の裏全体を使った踊り、宙または地面で足を回し同時に支持足を小さく跳躍させるなどの動きが特徴。

Soroc, Joc Din Armaş, Dans Banatian (含)
ソロック ジョクディン アルマッシュ ダンス バナティアン

・Transylvania

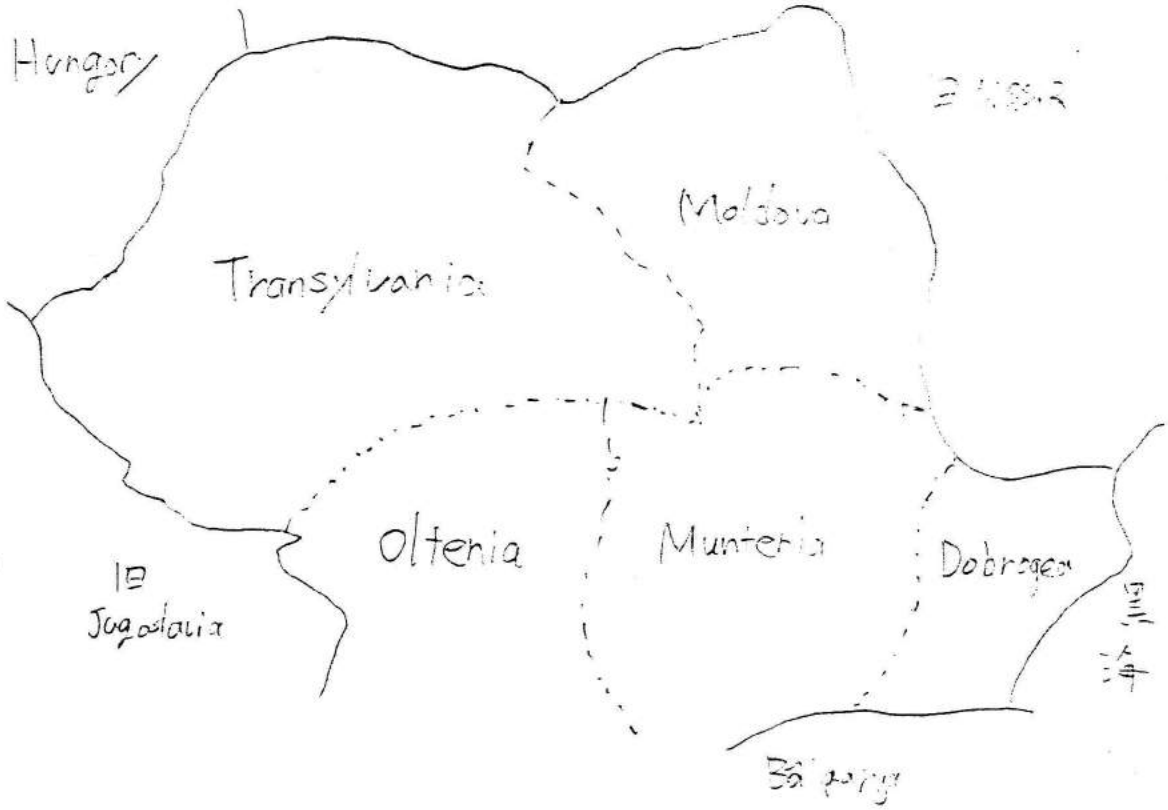
トランシルバニア アクセントの変化によって作られた。シンコペーディッドなリズムを特色とする。一般にカップルダンスが多く、パートナー同志同じステップを踏み、女性は基本となるリズムを続け、男性はコンビネーション(チャパス等)を展開する。

Haţegane, Crihalma (♀), Brîul De La Făgăraş
ハシェガネ クリハルマ ブリュール デラ ファガラッシュ

・Dobrogea

ドブロジア　ここは元はブルガリアのドボルジャ地方と同じであったと思われる。
農作業の表現などが取り入れられ、上くさく、またコミカルでもある。
足を踏みならし手を振る。
Paidușca, Papușelele (♀)
パイデュシュカ　パプシレーレ

Romania 略図



No.
Date

Sîrba Pe Loc　　Muntenia – Romania

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

Rhythm： 2/4 拍子

Position： Tホールドのライン

小節

＝ Fig 1 ＝

1～2　右足右へステップ(ct1) 左足その後にステップ(ct2)
右足右へステップ(ct3) 左足キック(ct4)

3～4　小節1～2を逆足からくり返す

5～16　小節1～4を3回くり返す

＝ Fig 2 ＝

1～2　右足右にステップ(ct1) 左足その後にステップ(ct2)
右足右にステップ(ct3) 左足スイング(ct4)

3～4　小節1～2を逆足からくり返す

5～16　小節1～4を3回くり返す

＝ Fig 3 ＝

1～2　Fig 1の小節1～2に同じだが、4コ間目は左足を右足前にタッチ. 体を右に向ける

3～4　左足前に強くステップし、右足後ろに上げる(ct1)
右足をうしろにしステップ(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を逆足からくり返す

7～16　小節3～6を2回半くり返す

No.

Date

Fig 4

1-2 右足その場にステップ. 左足を左に振り (ct1)
左足を右足にクリック (ct2)
2 逆足よりくりかえす
3-4 右足右へステップ (ct1) 左足その後ろにステップ (ct4)
4 小節1と同じ
5-8 小節1〜4を逆足からくり返す
9-32 小節1〜8をあと3回くり返す

Fig 5

1 Fig 4. の小節1に同じ
2 左足をその場にステップ (ct1) 右足をその場にスタンプ (ct2)
3-4 Fig 4. の小節3〜4に同じ
5-8 小節1〜4を逆足よりくり返す
9-32 小節1〜8をあと3回くり返す

要は 全Fig. とも4往復すればよいのです……。

曲名は その場のスルド という イミ.

左クリック
右クリック
左クリック.
左足 左へステップ (1)
右足 そのうしろにステップ (2)

メモ

〈 Bâlgarija の民族舞踊 〉

ブルガリアの踊りは、他のスラブ民族に見られるような陽気さを長い抑圧のためか持っていない。
厳粛に緊張して踊っているように見えるのは、身体をしゃんと伸ばし、弛緩される事はあまりないからである。

リズムはマケドニアと同様に変則拍子が多い。これはメロディーがトルコ起源のものが多かったためである。

また、マケドニアでは、何カウントかを使って1つのステップを踏むことが多いのに比べ、ブルガリアはリズムにのって、オンカウントで次々と踏み込んで踊られる。
細かくきざむようにリズムをとり、シャープな踊りが多い。

舞踊の中で最も重要なのは多種のホロである。
これは、ヨーロッパの民族的集団舞踊である。
リーダーのつく vodeno horo（ヴォデノ・ホロ）、特に選ばれたものだけが踊る na prât（ナ・プラート）など種類は多い。

Šop, Sever, Dobrudža, Trakija などの地方は曲数も多く、特徴も知られているが、Rodopi, Strandža などは、あまり紹介されていない。
また Šop は Srbija（特に東部）とのつながりを、Pirin は Makedonija とのつながりを念頭において、国境の枠ごとではなくもっと広範囲に様々な踊りを分類することも必要である。

Sever … 陽気で元気のよい動き、Eleno Mome, Dajčovo など。
Dobrudža … 様々なステップの組み合わせをもち、重々しいビートアクセントのあるステップ。肩や腰の動きが特徴的で堂々と見応えのある踊り。
男性の踊りは難しいとされる。
Sitna Zborenka, Račenik, Dobrudžanska Râka など。

Šop …… 非常に速い、すばやい小さなステップで、音楽は激しい。体の振動を伴う。
力強さと絶妙なリズムの変化をもつ。
Graovsko Horo, Radmirsko Horo など。

Trakija … Šopに比べて荘重。
西トラキア、東トラキアはだいたい同じ。
ステップはワイドで時にスタンプなどによって
変化がつけられる。
Trâgnala Rumjana, Dzinovsko など。

Pirin … Makedonijaの動きに似ている。
静かでひかえめ。Karamfile など。

Rodopi … 民謡の宝庫といわれているが、あまり紹介されて
いない。

その他、リズム、衣装などの詳しい事は春合宿で紹介しま

Radmirsko Horo　Sop-Balgarija

（ラドミルスコ　ホロ）

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　その場で右足リーブして左膝、曲げて右足の前へシャープに持っていく（ct.1）、左足リーブして右膝、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）へリーブ（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）、右足前へリーブ（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。

Dzinovsko　　Trakija - B

ブルガリア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つのバリエーションを基にして、三上真氏がフィギアを加え構成したものである。

Rhythm : 2/4
Records : Radoko Tonev - TFL等

小節　　＜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 (ct 1) 右足ホップ (ct2)

2　小節1を逆足より繰り返す。

3－4　右、左、右、左とランニングステップ (cts 1.2.3.4) だが、前進する時は、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　基本ステップをふみながら、男女の位置交換を行う。即ち連手を引き合い、男性CWに1回転しながら女性の前を通り、女性は左側に移動する (cts 1.2.3.4)。

3－4　その場で4歩ふむ。

5－8　男女の立場を逆にして小節 1/4 回転し、シングルサークル状になる。

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(ct 1) 右足ホップ(ct 2) ジャンプ(ct 3) 左足ホップ(ct 4)

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に前進する。

13－16　基本ステップを1回その場でふみ、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(ct 1) 右足ホップ(ct 2) ジャンプ(ct 3) 左足ホップ(ct 4)

でCWに1回転し、更にその場に4歩ランニングステップをふむ。

<男性>

その場で基本ステップをふむ。

※左手は、女性は腰にとり四指前方、男性は背中におく。

5－16　小節1－4を3回繰り返す。

Part 6

1－4　男女とも両手を腰にとり、右肩リードで右足ステップ(ct 1) ホップ(ct 2) 左足ステップ(ct 3) ホップ(ct 4) 1×上で1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い、同時に両手を胸の前でぐるぐる回す。
<男性>
1本の前で拍手(ct 1) 背後で拍手(ct 2) 1本の前で拍手(ct 3)
両手で両ももをたたく(ct 4) 両手を腰にとりスクワットダウン(cts 5.6)
両足でリカヴァー(cts 7.8)

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、その場でふむ。この時、両手は左脇に流して(ct 1) 弓風を描くように斜め上方に回し(cts 2.3) 正面にきたらふりおろす(ct 4) そして4歩のランニングステップに合わせて前、後、前、後とふる(cts 5.6.7.8)

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。
※男性はその場で基本ステップを4回行う。

Part 8

<男性>

1－4　基本ステップ1回でCWに1/2回転して円外向きとなる。

5－8　両腕を前方に振り上げ、軽くとび上がる(cts 1.2) スクワットダウン(cts 3.4) スクワットしたまま軽くジャンプ(cts 5.6) その反動で図のような姿勢になる。(cts. 7.8)

9－10　そのままの姿勢で体を2回上下させる。
11－14　体を反転させ、腕立て伏せの姿勢になる（cts 1.2）両足を右に振る（cts 3.4）両足を左に振る（cts 5.6）両足を右に振る（cts 7.8）
15－16　両足を引き寄せる（cts. 1.2）両足で立ち上がる（cts. 3.4）
<女性>
1－2　その場で、ジャンプ、右ホップ（cts 1.2）ジャンプ左ホップ（cts. 3.4）ただが、1周数カウントの時、体の前で拍手（両腕を大きく回す。楕円を描くように）
13－16　小節1－2を7回繰り返す。

Part 9

1－　<男性>
1－2　体の前で拍手（ct. 1）両手でももをたたく（ct. 2）再び拍手（ct. 3）右手で右足のくるぶしをたたく（ct. 4）
3－4　小節1－2のcts 1－3を繰り返し、左手で左足のくるぶしをたたく（ct. 4）
5－6　小節1－2を繰り返す。
7－8　拍手（ct. 1）左脚を上げてその下で拍手（ct. 2）再び拍手（ct. 3）右脚を上げてその下で拍手（ct. 4）
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（cts. 1.2）両足でリカヴァー（ct. 3）ポーズ（ct. 4）
<女性>
1－16　Part 5の小節1－4を2回行う。

Part 10

1－4　Part 6の小節1－4を行う。（男性円内向き、女性円外向き）
5－12　Part 5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（cts. 1.2）ジャンプ、左ホップ（cts. 3.4）以上でCWに1回転する。その場で

右、左、右とステップ(cts.5.6.7) 左足をヒールスタンプ(ct.8)
<男性>
Part6の小節13-16に同じだが、最後に両手を高く上げてポーズ。

Gitna Zborenka Dobrudza - B

Rhythm : 2/4

Position : ベルトホールド

小節

Fig. 1

1 左足を左へステップ(ct.1) そのそばに右足スタンプ(ct.と) 左足を残したまま右足を右にステップ(ct.2) ポーズ(ct.と)

2 小節1をくり返す

3 左足を左へステップ(ct.1) そのそばに右足スタンプ(ct.と) 右足を右へステップ(ct.2) そのそばに左足スタンプ(ct.と)

4 左足を左へステップ(ct.1) そのそばに右足スタンプ(ct.と) 右足をやや前にステップ(ct.2) 左足を前方へ鋭くチャグし、左足を前へキック(ct.と)

5-6 小節4をくり返して円心へ進む

7-8 左足から4歩ゆっくり後退、最後はクローズ (ct.1.2.3.4)

Fig. 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(ct.1)右足を　〃　、左足　〃(ct.2)

8　左足をその場でリープし右足を前方へ上げる(ct.1)右足をその場でリープし(ct.2)左足をそのそばにスタンプ(ct.2と)

9-10　小節7-8をくり返す

11-12　左足から4歩ゆっくり後退最後はクローズ

Fig. 3

1-2　Fig.1の小節1-2に同じ

3-6　左足から8歩ゆっくりと前進(cts.1-8)右足で前へ鋭くキック(ct.と)

7-10　左足からゆっくりと後退(cts 1-8)

Fig. 4

1-2　Fig 1の小節1-2に同じ

3-4　左足からゆっくり前進(cts 1-4)

5　左足リープ(ct.1)右足後ろから前へブラッシュ(ct.と)左足ホップ(ct.2)右足左斜め後ろへブラッシュ(ct.と)

6　左足ホップ(ct.1)右足後ろから前へブラッシュ(ct.と)左足ホップ(ct.2)右足ステップ(ct.と)

7　左足から4歩その場でステップ(cts1-4)ただし最後の右足ステップと同時に左肩をひく

8　左足スタンプと同時に左肩を出す(ct.1)左肩を軽くひく(ctと)以上をもう1度くり返すが(ct.2)最後は左肩をもどす

10-12　5-8をくり返す

13　左足から4歩ゆっくりと後退(cts1-4)

☆ 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。フィギアは、リーダーの"ホシバ"で変わり、構成は自由です。Sitnaは易しい、Krivoは難しいの意です。

No.

Date

Dajčovo (sever)

Rhythm : 9/16 ♪♪♪♪

Position : 低く連手したライン または オープンサークル

ダイチョボステップ… 左足ホップ♪右・左・右とステップ
右足ホップ♪左・右・左とステップ
} 下の説明ではこれを2回とする

前奏 ⑧小節

Fig I ①—⑧ その場でダイチョボ8回
連手は♪♪で前、♪♪で後ろに振る

Fig II ①—④ ダイチョボ4回で右回りにひし形をえがく
⑤—⑧ 右回りをもう1度
⑨—⑯ 同様に左回りに2回ひし形をえがく
連手はいずれも、前進する時は肩の高さで細かく、後退する時はFig Iと同様に振
wホールド状態

Fig III ①—④ その場でダイチョボ4回
⑤☆ 左足ホップ♪右足ボールスタンプ♪左足ホップ♪右足ヒールスタンプ♪
⑥ その場でダイチョボ1回（左足ホップより）
⑦☆ 右足ホップ♪左足ボールスタンプ♪右足ホップ♪左足ヒールスタンプ♪
⑧ その場でダイチョボ1回（右足ホップより）
⑨—⑫ その場でダイチョボ4回（最後の♪で右足を前に出す）
⑬☆ 右足より低くシザース3回♪♪♪ 左足前へタップ♪
⑭☆ 左足より低くシザース3回♪♪♪ 右足前へタップ♪
⑮☆—⑯☆ ⑬・⑭をもう1回ずつ
⑰—⑳ その場でダイチョボ4回

Dajobovo (Sever) 9/16

Fig III 続き ㉑☆左足ホップ♪右足を左足の前下方へキック♪左足ホップ♪右足その場にステップ♪
㉒☆右足ホップ♪左足を右足の前下方へキック♪右足ホップ♪左足その場にステップ♪
㉓☆－㉔☆ ㉑・㉒をもう1回ずつ
連手 ☆印…肩の高さ 無印…Fig I と同じ

Fig IV Fig II と同じ

Fig V ①☆－③☆右足リードで小さく12歩前進する
④☆ 右足を右横に小さくひざをしめて上げ♪右足を左足に閉じてステップ♪
左足を左横に小さくひざをしめて上げ♪左足を右足に閉じてステップ♪
⑤－⑧ ダイチョボ4回で後退
⑨－⑯ ①－⑧をもう1度
連手 ☆印…肩の高さ 無印…Fig I と同じ

Fig I ― Fig V をくり返す

Fig VI ①－⑯ ややを向きダイチョボ16回で右へ進む
連手 Fig I と同じ
⑰－㉔ 円心を向き右足を前へアクセントをつけステップ♪
左足を小さく右へステップ♪右足後ろへステップ♪左足小さく右へステップ♪
くり返して右へ進む

Jablochico (Russia)

Rhythm: 2/4　　Position: 男性内側のダブルサークル

Fig I Walk & Brush

①－④ 互いに右手を上げて伸ブ. 右足より4歩で互いに接近し、握手し上下4回振る
⑤－⑧ 男女ともその場を7歩でCWソロターン&スタンプ
⑨－⑫ 男女ともその場を7歩でCCWソロターン&スタンプ
①－⑫ ブラッシュステップ　男性RLOD・女性LODより3往復

Fig II 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
左足をひざの高さで左手で外側のヒール打つ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
同様に左足から行いCWに1/2ターン⑤－⑧
①－⑫ 男性スラップステップを6回行いつつ女性のまわりを1回転する
即ち 右足ステップ①
左足ヒールを左手で打つ②
左足ステップ③ 右足ステップ⑤
左足ステップ④

①－㉔
この間、女性はレストステップ
即ち 右足ステップ①
左足ヒールタッチ②
左足ステップ③
右足ヒールタッチ④

Fig III Women Brush Solo

①－㉔
この間、男性はレストステップ

①－⑫ 女性 ブラッシュソロをLODより3往復.
この時ブラッシュ側の手を流す

Jablochico (Russia)

Fig III 続き

男性 レストステップ

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
即ち 右足ステップ①
左手を流しつつ左足をブラッシュ ②
左足よりステップ2歩 ③・④
左足ステップ、ホールド ⑤・⑥

⑨ ― ⑫ 女性 右足より8歩でその場をCWに1回転

Fig IV 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
即ち 右足ステップ① 左足ヒールスタンプ ④
左足ステップ② 右足ヒールスタンプ ④
右足ステップ③ 左足ステップ ④
右足スカッフ・ホールド ⑤・⑥

① ― ⑤ 男性 スタンプステップをRLODより2往復
即ち 右足ステップ① 左足ヒールスタンプ ④
左足ステップ② 右足ヒールスタンプ ④
右足ステップ③ 左足ステップ ④ 右足スカッフしつつ CCWに½ターン ⑤・⑥
同様に右足より行い ①・④・②・④・③・④
右足スタンプしつつ CWに½ ターン ⑤・⑥

⑦ ― ⑫ 男性 右足より6歩でその場をCWに1回転 ⑨―⑪
右足スタンプ ⑫
左腕を高く伸ばし右腕を下げ
右ヒールを前にタッチしてポーズ ④

① ― ㉔
女性. レストステップ

→ 男性ポーズと同時に
右足を前に伸ばす

Jablochico (Russia)

Fig V Women Extending Step Solo

①－⑧ 男性 レストステップ

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 右足を重くひざ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 ⑧ ②
同じことを左足より行う

⑤－⑫ 女性 その場をエクステンディングステップ8回でCWに1回転

⑦－⑧ 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

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

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

Fig VI Pas de Basque, Brush Solo & Buzz

①－⑧ 男女とも右よりパデパ8回でLODに前進

⑨－⑫ パデパ4回でCCWにカップルターン

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（Fig Iと同じように）

①－⑫ 男性 Fig IIの前半のスラップステップベリエーション（＋スタンプ）を行う
女性 小さなターンでCWに1回転

Fig VII 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ひじを広げる

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に回転
4歩目の時腕は外側に広げ、最後に手を腰におく

Jablochico

Fig Ⅶ Russian Skip、Buzz & Pose

①－⑥ 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円外を向き男性は左手、女性は右手を上げて広げる

Hopak　　Russia

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おり、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・ブ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
No Introduction　　LOD向き

	Fig 1 (パドバスク)
1～16	LODに左足からのパデバスクステップで左右に1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。
	Fig 2 (タッチ・アンド・キック・ステップ)
1～16	右足ホップ、左足つま先を右足の前にタッチ(ct.1)、右足再びホップ。左の膝を伸ばして強くキック(ct.2)、左右左とランニングステップ(ct.3,4.)、以上を逆足からさらに行い、全部で8回行う。
	Fig 3 (ロシアンポルカ)
1～16	ロシアンポルカステップで左足から16回前進。ロシアンポルカは、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さずに行う。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ないことに注意。

Hopak

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14呼間CWに回転する。2呼間で右左右とスタンプ3回。女性はそのままCW回転を再開。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 バルソピアナポジションに組み、左足前方にフォール(ct.1)、右足で左足をカットし、左足の膝を伸ばして前に出す(ct.2)。ランニングステップ3歩で右左右と前進。(ct3と4)

以上逆足から同様に計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におく。(右腰接近) 左手は斜め上方45°くらい。

右足から14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呼間で右左右とスタンプ。左腰接近の逆のポジションにくみかえ左足から同様にCCWに14呼間で回り、2呼間で右左右

Fig 7 (Fig 2のくり返し)

1~8 バルソピアナポジションに組み、左右2回ずつタッ

Hopak

チアンドキックステップを行う。

Fig 8 (ロシアンポルカと女性スピン)

1~8 左手をはなし、男性LOD、女性RLODを向く。男性はFig3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。女性は男性の右手下を8回ロシアンステップをふみながらCWに回転しつつLODに進む。

Fig 9 (女性のアラウンド)

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(LOD向き)、女性をリードして自分の回りを回らせる。すなわち、女性はロシアンポルカステップ3回でccwに1週し、1回でつないだ手の下をccwに1回転。以上をもう1度繰り返す。

Fig 10 (プッシュ・アウェイ)

1~8 男性円外、女性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回で互いに別れて進む。プッシュステップのときは身体が右に傾く。2呼間で右左右とスタンプし、このとき両手は腰にとる。

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。最後の2呼間で左右左とスタンプ。

Hopak

男性はLODにサイドジャンプを行って戻る。すなわち、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。このとき、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に上げ、顔は右手方向を向く。以上を全部で8回行う。

Fig12 (トゥ・ヒール・タッチ・キック・ステップ)

1~8 (男性) 円タト向きでパートナーと向き合い、トゥ・ヒール・タッチ・キック・ステップを行う。左足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ヒールスタンプ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④。同様にして右足ホップしつつ左足で左側に行う⑤~⑧。この間に両手は①背中で手を合わせる。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) 左足ホップと同時に体を左に向け、右足を前にトゥポイントし、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ヒールポイントし体の向きを前に戻し、手を逆にかえる。同様に、右足ホップで右側に行う。左右4回ずつ合計8回行う。

Fig13 (プリシャドカ)

1~8 (女性) Fig12のステップを続ける。

Hopak

(男性)　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。すなわち、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)

1～8　(女性)　さらにFig12のステップを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)　Fig13終了時点でしゃがんでいるのでそのままベントキック。すなわち、右足をけるように前に出す。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く前方に出す。

女性は左手で男性の右手をとり、右手を斜めに伸ばす。//

No.

Date

ロシアの歴史とフォークダンス

18世紀に入るとピョートル大帝が立ち、次にカロリナII世の時代にはますます他国との抗争が激化し、軍隊のための課税は農民に重くのしかかった。それ以来ロシア帝国はますます強大になり、貴族やツァーの権力は強くなり、農民は農奴化して土地にしばりつけられ、貴族と農民との差は開く一方であった。農民は常に圧迫され、貴族はその富をもって豪華な生活を送っていた。

このように農民と貴族という異なる世界をもつために、そこに生まれ、伝承された踊りもまた、平民の踊りと貴族の踊りと2つの系統を持っているのである。平民の踊りはペザント・ダンス(以下P.D.と略す)といい、貴族の踊りはボール・ルーム・ダンス(以下B.R.Dと略す)という。

P.D.は貴族からの圧迫をはらすかのように力強く活発である。テンポは速く、深くしゃがんでけり出すベントキックが大きな特徴である。

B.R.DはP.D.とちがって滑るような優雅なステップを使って踊る。なお、P.D.は1つのフィギュアをはっきり区別し、切れのよい感じがするのに対して、B.R.Dはスムーズに踊らなければならないから、各フィギュアははっきり区別せず連続的に行う。

Kalocsai Ugro's　　Hungary

カロチャ地方のウグローシュ(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になっている。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、ひざを曲げてひざより下は下におろす

ct 1　右足をおろしながらほとんど交差させずに着地
両足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 左足は少しひざを曲げ上がりはじめる。

ct ア　ct アを右足で行い、左足をあげる。

手の動き…… 前の呼間で両ひじを曲げて、両手を顔の前で軽く振り、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のばし、手の甲を上に向ける。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, アをくり返す。

Basic Step 2

ct ア　右足を右斜め前に上げながら、左足で踏み切り、右上方へ高く上げる。

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。
両足はフラット

Kalocsai Ugro's

ct1 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にけり上げる
ct2 左足を右足の後に交差してステップ
ct3 ct1と同様

fig 1

男女前進 女性は男性のまわりをスピン 男性はその場ステップ

小節

1~2 その場で音楽を聞く。最後の呼間 ct4のアで男女ともBasic Step(以下B.S.)1のct1を行い、準備する。(4コ間)

3~8 B.S.1を3回行い、前進、互いに近づく(12コ間)

9~12 男性は右手、女性は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にまわってもとに戻る。逆手は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、ct18のアの左足ホップで左に半回転し、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ないが、最後には正面を向く。(12コ間)

fig 2

プロムナード 女性の移動と右にすすむ

1~4 プロムナードポジションになり、男女ともB.S.1をその場で、女性はct8で左足を男性の前にふみこみ回転

5 男性はその場でB.S.1のct1~2のア(左から)を行う。右手を左にひき、女性を左側にリードする。
女性はB.S.1のct1~2ア(右から)を行い、男性は左

Kalocsai Ugro's

に移動する。
正面を向き、B.S.1の3～4アップ(左から)を行う。
6～8　男性はその場でB.S.1を1回して、左手をひき、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回で右にすすむ
13～14　その場でB.S.1を1回行う。
15～18　Fig2の小節5～8をくり返す。

fig3
女性前進(回転)し、男性のまわりをスピン
男性は女性の後を追い、前進とその場ステップ
(男性)
1～2　B.S.1を行い、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、追いこす
7～8　B.S.1を1回でまわりこみ
9～18　fig1の小節9～18をくり返す
(女性)
1～4　B.S.1を行い、fig1の位置までもどる(4コ間)
5～8　その場でB.S.1を2回行い、右まわりに回転し、最後に男性の方を向く。
9～18　fig1の小節9～18をくり返す

fig4　fig2の1～18を行う
fig5　fig3の1～18を行う
fig6　fig2の1～18を行う

Kalocsai Ugro's

fig 7

1～17　fig3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ト2で拍手)

18　男性、女性ともに正面を向き、プロムナードポジションになってポーズ

注意　◦女の子はチーフを右手に持ちます。
◦早大と他大とでは踊り方に違いがあります。この資料はすべて早大版です。他大流の踊りを知りたい方は'91夏合宿資料を御参照下さい。

Subuli　　philippines

～・～・～ 女性パート ～・～・～　　4/4 拍子

〈エントランス〉

1～4　右足からのサンバステップで小さく前進。この時、右腕を胸の前で左右に振る。

5～8　cts 1～4と同じ事をしながら正面に向って男性の右側へ来る。

9～10　帽子を右手に持って、右へ(cts 1.2)左へ(cts 3.4)、前へ(cts 1.2)かざし、かぶる(ct 3)。帽子は内側を見せるようにする。

11～12　腰を振り(ひざを右左交互に前に出す)、スカートを持ってゆらす。

〈Fig. 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。

～8　1～4を右足から逆回転する。

〈Fig. 2〉

～2　右足からのミンシングステップで右へ移動。この時、両手を肩の高さで前方に伸ばし、cts 1.2で手のひらを下に向け、cts 3.4で上に向ける。

～4　小節1～2を逆足から逆へくり返す。

～8　小節1～4をくり返す

〈Fig. 3〉

～2　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へ持って行く。最後のクローズする足には体重をおかない。

～4　左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持ってきてかぶる。

～8　小節1～4に同じ。

〈Fig. 4〉

～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。

～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。

<Fig 4>

5～8　小節 1-4 に同じだが、ステップを大きくして進む。

〈Fig. 5〉

1～8　Fig. 1　小節 1～8 に同じ。

〈Fig. 6〉

1-2　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、帽子を左腰の所に持つ。最後のクローズする足には体重をおかない。

3-4　小節 1-2 を逆に行う。

5-8　小節 1-4 に同じ。

〈ファイナル〉

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。

♡ 女の子は白いTシャツにロングスカート、麦わら帽子をかぶって踊ります。
なかなか可愛らしいです。元気に踊りましょう。

フィリピン

Subli （スブリ）

スブリは、フィリピン・ルソン島のパ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、タガログ語の、"sub-sub"（ゴミ）と、"bali"（こわす）に由来していて、男性の妻をな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　（← いさましく上半身裸でもいいらし

女性　頭に麦わら帽子＋サングラス?

〈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4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る

〈通称おサルステップ〉

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　帽子を右手に持ち、右へかざす。(ct1 ~ 左へct1.2) 右へ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 裾をふり、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ct1でたたき、ct3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

[Figure 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。

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。

[Figure 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ct1，2で手のひらを下に向けct3，4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ct1とct3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。

[Figure 3]

男性：Fig 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、帽子を上

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いってかぶる。

5-8　1-4 に同じ

[Figure 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、右手を上に上げ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

[Figure 5]

男女ともFig 1に同じ

[Figure 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　　左手で右ひざをたたく（ct1,2）右手で左ひざをたたく（ct3,4）

2　　左手で右ひざをたたく（ct1）右手で左ひざをたたく（ct2）左手で右ひざをたたく（ct3）

3~4　1~2 を逆から行う

5~8　1~4 を繰り返す

ウルトラマンフラッシュのようにする

［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ナ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、ステップした方の手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。

おつかれさんです

某K氏によると実は奥の深い曲らしい。

ちょっとはずかしいけどね。

Caballito Blanco

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 6～8 feet 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　Yap 男子は　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　Buss Step 4回で2回転し、右足よりスタンプ3回

III 4　左足（先に、右足をあげる）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 Yap（Intro II）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
} Fig-1 の I～V におなじ

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

Ending

IntroとFig-1をくり返す
Fig-1のVI Do Sa Doをした後、男女共拍出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、体は内向きではなく、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)

ZILLER TALER LÄNDLER　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。ヨーデルで歌い、チターを奏して踊られる。オーストリアのマーガレット・クレブスに上って紹介された。

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　外側の手は中指後方で腰におく。

I 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。

II 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、女性は親指を近付ける。各小節ごとに円心、円外と連手の下を振りながら、レントラーステップでLODに進む。

III 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上げ、女性はその下をCCWに3/4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上げ、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。

IV ナット

1 手をつないだまま女性はCCW 3/4回転、男性はCWに1/4回転して、男性は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手を背中にまわす。

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、右手同士、左手同士に持ち替える。

V 女性のリードとアラウンド

1-4 男性LOD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納める。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こむようにして、男性を中心としてCCWに1回転、レントラーステップ4回で回る。

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回で納動

13－16　5－8のようにCWに1回転。

VI リトルウィンドー

1－2　男性はLOD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取り合い、女性と向き合う。

3－4　連手を右手上で取り合ったまま、女性はCWに1 3/4回転、男性はCCWに1/4回転してウィンドーをつくる。右腰を接近させ互いウィ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CWに回る。

9－12　男性LOD向きで左手を上げ、女性はCCWに2回転半、男性はCWに半回転して左腰接近のウィンドーをつくる。（男性円外、女性円内向き）

13－16　レントラーステップ4回でCCWに回る。

VII ビックウィンドー

1－4　右手を上げて女性はCWに3回転し、3回転目に右手を下げる。男性はCCWに1/4回転し、ビックウィンドーをつくる。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CWに回る。

9－12　女性はCCWに3回転、男性はCWに1/4回転して今と逆のビックウィンドーをつくる。即ち1回転した後に右手を上げ、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CCWに回る。

VIII 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時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下さい。(特に2人で回転する時など)
・原書にはビックウィンドーの時に現地では右腰接近の時もしできれば男性からKissを贈り、左腰接近の時は女性はそのお返しにKissを贈るとされている。

<リフトについて>

・何よりもタイミングが大切！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鍛えましょう。(男性が男性を持ち上げることもできます。)
・女性は恐がってはいけません。タイミングが崩れます。パートナーを信頼すること。
・男性は最後まで責任を持って着地させること。もし女性が落ちそうになったら、下敷きになっても守ってあげて下さい。
・男性は足を前後に構え、上げる時は一気に頭上まで上げるのがコツ！

Scandinavian Polka　　Sweden

2/4拍子　男性内側のWサークル、内側の手を連手してLOD向き

小節　(Part1)（クラップダンス）

1-8　男女共外側の足よりポルカ4ステップ8回で前進　連手は後ろ前に振る

9-16　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　男性内外向きのWサークルになる。男性バウ　女性は右足を軽くうしろへカーテシー

18　男女共拍子ろつ　(ct 1+2)

19-20　小節17-18をくり返す

21-22　互いに右拍手、左拍手　(ct 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 (ct 1+2) にスタンプを3回

25-28　小節17-18をくり返す

29-30　互いに右手人差指でパートナーを3回さし (ct 1+2)　同じく左手の人差指で3回指さす。(ct 1+2)

31-32　小節23-24をくり返す。

(Part2)（ヒールトーポルカ）

1-4　クローズドポジションでLODへ男性左足、女性右足よりヒールトウポルカを行い。(ct 1+2 1+2)　RLODへもくり返す。

※左足からのヒールトウポルカは　左にヒールタッチ (ct 1)　右足その場でホップ (ct +)　左足トウタッチ (ct 2)　右足その場ホップ (ct +)　その後ポルカ4ステップ (ct 1+2)　右足からも同様に右方向へ。

- 上体を揺らしながら楽しそうに。

5-8　ポルカターンでLODへ2回転

9-24　小節1-8を2回くり返す。

(Part3)（ノルウェージャンポルカ）

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 (ct 1.2.1) 4歩目に向きを変えて互いに手をつなぎかえタッチ (ct 2)

3-4　小節1-2を逆にくり返す。

5-6　小節1-2をくり返すが4歩目はステップ。

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3回くり返す。

Part 4

1-16　Part 1のあいさつをくり返す。

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、LOD向きで男女共、左足を前へキック（ct.1）キックした足を右足にかけるようにクロス　と同時に右足ホップ（ct.2）右足よりポ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（ct.1+2）
3-4　小節1-2を右足から同様に行う
5-8　ポルカステップ4回で前進
9-24　小節1-8を2回くり返す（計3回）

Part 6

1-16　Part 1のあいさつのくり返し

Part 7（スカンジナビアン・ポルカ）

1-2　互いに向きあい、男性左足、女性右足からLOD方向へスリーステップターンを行い（ct.1.2.1）拍手1回（鼓の横）
3-4　RLODへ同様に逆足からくり返す。
5　男性左足・女性右足から互いに近づくように2歩前進（ct.1.2）（この時腰をおとす。　がニがニ）
6-8　ピボットターンを3回転（ジョルダーウェストポジ）
9-24　小節1-8を2回くり返す（計3回）

Part 8

1-16　Part 1のあいさつのくり返し

Part 9

1-16　Part 1の小節1-16と同じ

※特に明記しない場合5指後方で腰に手をあてる。

メモ

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 －

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

－ Part A －

1　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)右足を左足の後ろへクロスする(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CP)
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にトウインクルを行いLOD中央斜めを向いた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SCP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Maneuve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向き)

- 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、Bjo 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　Part Bの1~8小節を繰り返し、男性が壁向きのCPになる。

- Interlude -

1　男性壁向きのCPで円心へ左足をひいてDip

2　右足Recover

- Part C -

1　男性壁向きのB. fly 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 ールしてRSCPになる)

3　RLOD方向へトゥインクルしてLOD向きのCP

4　女性をPick UpしてLOD向きのCP

5~6　男性左足から5、2つの左回りのワルツターンを行い、壁向きのCP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Loose - CP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）Part A の小節3を行う。
12　〃　を繰り返す。
13~16　Part A の 小節13~16を行う

－ Tag －

1~5　Part A の小節1~5のフィギュアを行い、男性壁向きのCPになる。
6　LODへ左足を横にステップ。RSCPになってRLODへ左足をポイント.

構成（Seguense）
・Introduction － A － B － Interlude － A － B － C － B － Tag

参考資料：東京学芸大学　春合宿資料

LOVE SONG cha - cha

America

* position : closed.pos
* Rec. ; LoveSong Are Gettin Harder to Sing

<Introduction>

Meas

1 Wait;
2 Wait;
3 (Box) Side, Close, Fwd, -;
4 (Box) Side, Close, Bk, -;

<Part A>

1 (Sissors) Side, Close, Close/cha, cha, (S-car)
2 Side, Cloce, Cloce/cha, cha, (Banjo)
3 Turn/cha cha, Turn/cha cha;
4 Turn/cha cha, Turn/cha cha;
5 (Sissors) Side, Close, Close/cha, cha, (S-car)
6 Side, Cloce, Cloce/cha, cha (Banjo)
7 Turn/cha cha, Turn/cha cha;
8 Turn/cha cha, Turn/cha cha;
9 (Hitch) Fwd, Close, Bk/cha, cha;
10 Bk, Close, Fwd/cha, cha;
11 (Vine) Side, Bk, Side, Frt;
12 Pivot, -, 2, -;
13 (Sissors) Side, Close, Close/cha, cha; (S-car)
14 Side, Close, Close/cha, cha; (Banjo)

<Interlude 1>

Meas

1 (LOD) Side/Chk, -, Rec, -; (cp, Fc, Wall)
2 (Box) Side, Close, Fwd, -;
3 Side, Close, Bk, -;
4 (Back Box) Side, Close, Bk, -;
5 Side, Close, Fwd, -; (Scp, Fc, LOD)

<Part B>

Meas

1 (Scp) Fwd Two-Step;
2 Fwd Two-Step;
3 Fwd, -, Check, -; (woman turn to Banjo
4 Behind, -, Side, -;
5 (Bjo) Fwd, Lk, Fwd, -;
6 Fwd, Lk, Fwd, -;
7 Fwd/Turn, -, Rec, -;
8 Fwd/Turn, -; Rec, -;
9 Fwd Tow-Step;
10 Fwd Tow-Step;
11 Fwd, -, Check, -; (woman turn to Banjo
12 Behind, -, Side, -;
13 Fwd, Lk, Fwd, -;
14 Fwd, Lk, Fwd, -;
15 Fwd/Turn, -, Rec, -;
16 Fwd/Turn, -, Rec, -;

<Interlude 2>

Meas

1 Corte, -, Twist, -;
2 Kiss, -, Rec, -;

<Ending>

Meas

1 (LOD) Side/Check, -, Rec, -;
2 APT, -, Point, -;

<Sequence>

1, Part A 2, Interlude 1 3, Part B
4, Part A 5, Interlude 1 6, Part B
7, Interlude 2 8, Part A 9, Ending

＊参考資料 東海大学体育会フォークダンス部
1987年春合宿テキスト

・Interlude 2のタイミングがつかみにくいかもしれません
頑張って下さい。（見せ場ですので、バッチリきめましょう。）

・Cha Cha が軽やかに踏めるように練習してください。