③　リヴァース・ターン

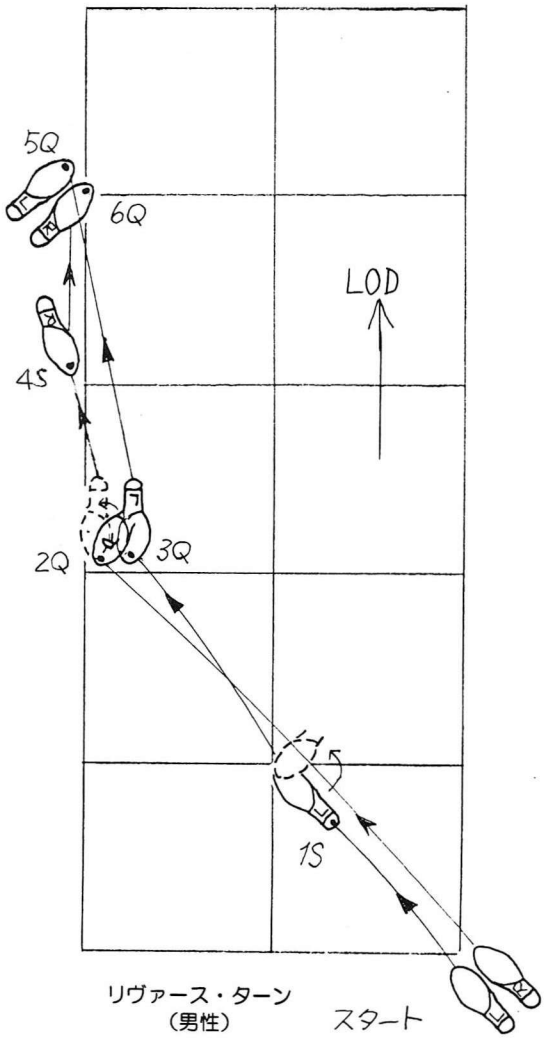
The Reverse Turn

男　　性

中央斜めに面して始め、壁斜めに面して終わります。

～右膝をゆるめながら～

1. 左足　中央斜めに前進し、左回転を始めます。ナチュラル・ターンから続ける場合この１歩はナチュラル・ターンの最終歩と重なります。　S
2. 左回転を継続しながら右足を横にステップします。　Q
3. 右足ボールで左回転を継続しながら左足を右足に揃え、ＬＯＤに背面します。　Q
4. 右足　ＬＯＤに後退しながら左回転を始めます。　S
5. 左回転を継続しながら左足を横に小さめにステップ。トウは壁斜めに向けます。　Q
6. 右足　左足に揃えます。　Q



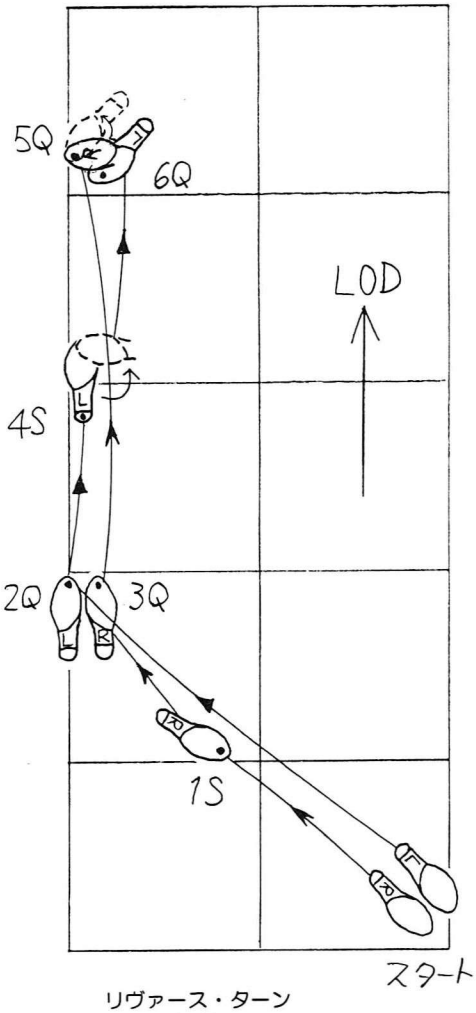
リヴァース・ターン
（男性）

工夫して　みましょう

- コーナーで壁斜めに面した時リヴァース・ターンに入り、回転量を抑えて新ＬＯＤの壁斜めに終わってみましょう。
- ４歩目の後にサイド・ステップを壁斜めに入ってみましょう。

【フットワーク】
①Ｈから　②Ｂから　③Ｂから　④Ｂから
⑤Ｂから　⑥Ｂから

ナチュラル・ターンとは反対に左へ左へと回転し、部屋の内側に進んで行ける便利なフィガーです。リヴァース・ターン後半にはシャッセが含まれておらず、ナチュラル・ターンとは相似形になっていないところが面白いですね。



リヴァース・ターン
（女性）

女　性

中央斜めに背面して始め、壁斜めに背面して終わります。

～左膝をゆるめながら～

1. 右足　中央斜めに後退し、左回転を始めます。ナチュラル・ターンから続ける場合、この１歩はナチュラル・ターンの最終歩と重なります。　S
2. 左回転を継続しながら左足を小さめに横にステップ。トウはＬＯＤに向けます。　Q
3. 右足　左足に揃えＬＯＤに面します。　Q
4. 左足　ＬＯＤに沿って前進し左回転を始めます。　S
5. 左回転を継続しながら、右足を横にステップします。　Q
6. 左足　右足に揃え壁斜めに背面します。　Q

【フットワーク】
①Bから　②Bから　③Bから　④Hから
⑤Bから　⑥Bから