18 ナチュラル・ツイスト・ターン
Natural Twist Turn

ツイスト・ターンがフォックストロットでも使えるとは！と驚く人も多いと思いますが、そのスピードと洗練された流れが、とてもお洒落にフロアに映えるフィガーです。

♠男性

壁斜めに面して始め、中央斜めに面して終わります。
～左足首をゆるめてから～

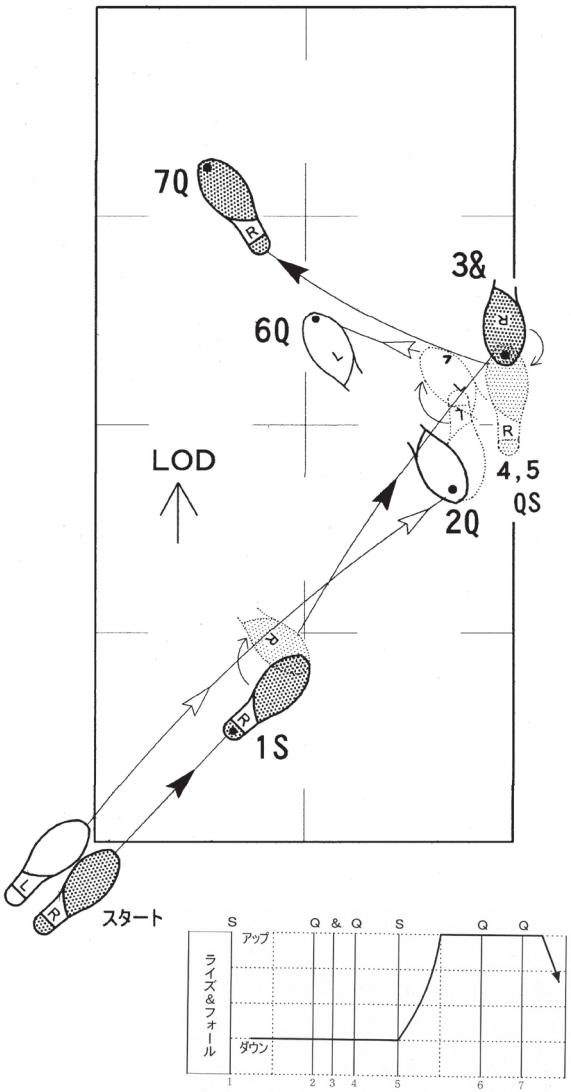
1. 右足　前進。女性にヒール・ターンさせます。(S)
2. 左足　横にステップ。中央斜めに背面します。(Q)
3. 右足　左足後ろへクロスし、LOD に背面します。(&)
4~5. 左足ヒールと右足ボールで右回転して解きます。最後は LOD に面します。(QS)
6. 左足　トウを中央斜めに向けて横少し前にステップ。(Q)
7. 右足　前進 © します。(Q)

ここに気をつけましょう！

♠1歩目から4歩目終わりまで平坦に踊ります。その中でのヒール・ターンのリードは技術を要します。

フットワーク

1.HT　2.TH　3.T　4. 右足 T と左足 H を使いフラットの意識で回転。5. 最後に右足 T にアップし、左足は T の IE で床を押さえます。6.T　7.TH



18 ナチュラル・ツイスト・ターン *Natural Twist Turn*

♥ 女 性

壁斜めに背面して始め、中央斜めに背面して終わります。
～右足首をゆるめてから～

1. 左足　壁斜めに後退。ヒール・ターンを始めます。(S)
2. 右足　左足に閉じてヒール・ターンを完了します。(Q)
3. 左足　左サイド・リードを使って前進。次にアウトサイドに出る用意をします。(&)
4. 右足　男性のアウトサイドに前進 © し、男性の周りを回り込みます。(Q)
5. 左足　横にステップ。男性とスクエアに戻り、右足をブラッシュしてきます。(S)
6. 右足　横にステップ。(Q)
7. 左足　中央斜めに後退 © します。(Q)

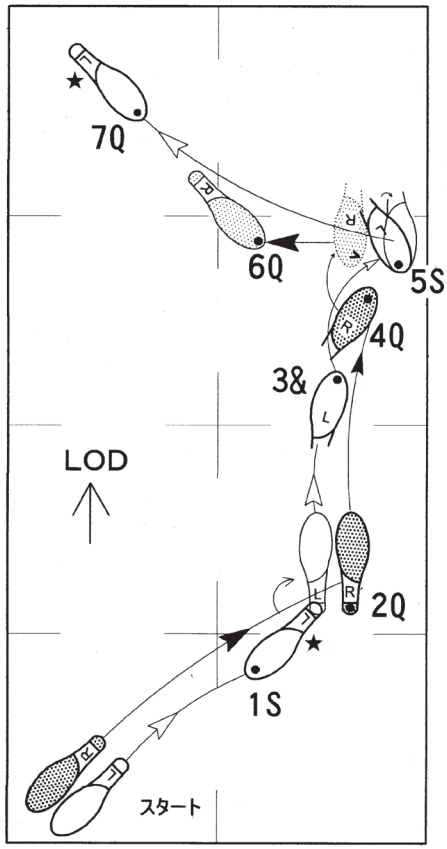
ここに気をつけましょう！

♥ 6～7歩目のように、ライズした状態から踊るフェザー・ステップをホバー・フェザーといいます。

♥ 2～3歩目が（Q&）ということは、カウントの長さはそれぞれ 1/2 しかありません。

フットワーク

1.TH　2.HT　3.T　4.T　5.T、右足 T の IE　6.TH　7.TH



アマルガメーション例

(1) スリー・ステップ ～ ナチュラル・ツイスト・ターン ～（新 LOD の壁斜めに）リバース・ウェイブ 1～6 ～ バック・フェザー ～ リバース・ウェイブの 4～6 ～ インピタス・ターン