

コルタ・ジャカ

Corta Jaca

男 性

ノーマル・ホールドで壁に面して踊ります。

1. 右足 ヒールから力強く前進し（ドロッピング・アクションはありません）、両腕で女性を少し押します。 S
2. 左足 左膝を伸ばしたまま、ほんの少し左側へヒールで出ます（フラットになってはいけません）。 Q
3. 右足 左側へずらします。足はフラットのまま膝をほんの少し緩めて行ないます。 Q
4. 左足 左膝を少し緩め、ほんの少し左側へトウで後退（フラットになってはいけません）。 Q
5. 右足 左側へずらします。足はフラットのまま膝をほんの少し緩めて行ないます。 Q

任意に2～5歩を繰り返し、2,3歩目を踏んでから終わります。

MEMO ◇右足は前進後退するのではなく、ただ横へ、LODのほうへ少しずつ移動します。また、この足は左足に対して並行に移動するのであって、左足の前後にクロスするものではありません。1歩目で男性は左腕をさげ、両腕のテンションを保ちながら女性に後退のリードを与えます。

女 性

ノーマル・ホールドで壁に背面して踊ります。

1. 左足 力強く後退（ドロッピング・アクションはありません）。男性のリードを受けるため両腕はしっかりしておきます。 S
2. 右足 右膝を伸ばしたまま、ほんの少し右側へトウで後退します（フラットになってはいけません）。 Q
3. 左足 右側へずらします。足はフラットのまま膝をほんの少し緩めて行ないます。 Q
4. 右足 右膝を伸ばし、ほんの少し右側へヒールで前進します（フラットになってはいけません）。 Q
5. 左足 右側へずらします。足はフラットのまま膝をほんの少し緩めて行ないます。 Q

任意に2～5歩を繰り返し、2,3歩目を踏んでから終わります。

MEMO ◇左足は前進後退するのではなく、ただ横へ、LODのほうへ少しずつ移動します。この足は右足に対して並行に移動するのであって、右足の前後にクロスするものではありません。

【前にくる主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシックで壁に面して終わる
- (2) リバース・ベーシックの1～2で壁に面して終わる
- (3) ウィスク (男性左への)
- (4) アウトサイド・ベーシック
- (5) プログレッシブ・ベーシック ～ コルタ・ジャカで壁に面する
- (6) ロック (男性左右左をコーナーで)

【後に続く主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシックの1～3 (回転あり、なしのどちらでも可)
- (2) ウィスク (男性左への)

ロックス

Rocks

男性

ノーマル・ホールドでLODに面して踊ります。

- | | |
|--|---|
| 1. 右足 左腕を少し下ろしながら前進。両腕のテンションを通してのリードを女性が受けられるようにします。 | S |
| 2. 左足 前方へのロック | Q |
| 3. 右足 後方へのロック | Q |
| 4. 左足 前進 | S |
| 5. 右足 前方へのロック | Q |
| 6. 左足 後方へのロック | Q |

任意に繰り返します。

MEMO ◇男性はロックをする間、足の回転は起こさず両足をLODの方に向けておきます。スロー・カウントのステップは、
 (a) ボールから出てフラットになる、
 (b) ヒールから出てフラットになる、
 のどちらを使うかは踊り手の好みによります。

ロックス

女性

ノーマル・ホールドでLODに背面して踊ります。

1. 左足 まっすぐLODに後退 S
2. 右足 膝の上から弧を描いて後退。右トウを左ヒールの後ろに置きます。(トウ・ターン・アウト) Q
3. 前方の左足に体重を戻す Q
4. 右足 まっすぐLODに足を伸ばして後退 S
5. 左足 膝の上から弧を描いて後退。左トウを右ヒールの後ろに置きます。(トウ・ターン・アウト) Q
6. 前方の右足に体重を戻す。 Q

任意に繰り返します。

MEMO ◇2歩目と5歩目で足が振り出されるとき、外に向けて僅かに回転する腰の動きが起きます。

【前にくる主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシック
- (2) リバース・ベーシックの1～2
- (3) リバース・ベーシックの1～4の後、ロックスの4～6へ。
- (4) パウ(4～6歩目では体を傾けず)～ロックスの4～6へ。

【後に続く主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシック
- (2) リバース・ベーシック(ロックスの1～3の後で)
- (3) パウ(ロックスの1～3の後で)
- (4) アウトサイド・ベーシック(コーナーで)
- (5) コルタ・ジャカ(コーナーで)

プロムナード・ボタ・フォゴ

Bota Fogo (In Promenade)

男 性

ノーマル・ホールドで壁に面して始め、PPで終わります。カウント1、2ではドロッピング・アクションを使い、'a'では膝を伸ばします。

- | | | |
|---------------------------------------|-------------------|------|
| 1. 左足 前進 | | 1(S) |
| 2. 右足 横に。左回転を始め、女性をPPにリードします。 | } 左へ
1/8
回転 | 'a' |
| 3. 回転を僅かに継続しながら左足に体重を戻し、PPになります。 | | 2(S) |
| 4. 右足 PPのまま前進 | | 1(S) |
| 5. 左足 横に。右回転を始め、女性をカウンターPPにリードします。 | } 右へ
1/4
回転 | 'a' |
| 6. 回転を僅かに継続しながら右足に体重を戻し、カウンターPPになります。 | | 2(S) |
| 7. 左足 カウンターPPで前進。 | | 1(S) |
| 8. 右足 横に。左回転を始め、女性をPPにリードします。 | } 左へ
1/4
回転 | 'a' |
| 9. 回転を僅かに継続しながら左足に体重を戻し、PPになります。 | | 2(S) |

任意に4～9を繰り返します。

MEMO

◇カウンターPPで踊るときには、男性は右手をある程度緩め、動き易くします。

◇このフィガーを踊る間、体重は両足の中間に保ちます。したがって、'a'カウントで足を横に出すときも、サポーターフットにはある程度の体重を残しておきます。

プロムナード・ボタ・フォゴ

女性

ノーマル・ホールドで壁に背面して始め、PPで終わります。カウント1、2ではドロッピング・アクションを使い、'a'では膝を伸ばします。

- | | | |
|---------------------------------------|-------------------|------|
| 1. 右足 後退 | | 1(S) |
| 2. 左足 横に。右回転を始めます。 | } 右へ
1/8
回転 | 'a' |
| 3. 僅かに回転を継続しながら右足に体重を戻し、PPになります。 | | 2(S) |
| 4. 左足 PPのまま前進。 | | 1(S) |
| 5. 右足 横に。左回転を始めます。 | } 左へ
1/4
回転 | 'a' |
| 6. 僅かに回転を継続しながら左足に体重を戻し、カウンターPPになります。 | | 2(S) |
| 7. 右足 カウンターPPのまま前進 | | 1(S) |
| 8. 左足 横に。右回転を始めます。 | } 右へ
1/4
回転 | 'a' |
| 9. 僅かに回転を継続しながら右足に体重を戻し、PPになります。 | | 2(S) |

任意に4～9を繰り返します。

MEMO

◇このフィガーを踊る間、体重は両足の中間に保ちます。したがって、'a'カウントで足を横に出すときも、サポーティング・フットにはある程度の体重を残しておきます。

◇このフィガーは（トラベリング・ボタ・フォゴのようには）SQQのリズムで踊りません。

【前にくる主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシック
- (2) ウィスク（男性右への）
- (3) パウ（壁に面したとき）
- (4) プロムナード・サンバ・ウォーク（男性左右左）～プロムナード・ボタ・フォゴの4～6へ。

【後に続く主なフィガー】

- (1) プロムナード・サンバ・ウォーク（男性右左右）
- (2) PPで始めるナチュラル・ベーシック（男性は2歩目で右回転し女性と向き合う）
- (3) ナチュラル・ベーシックの1～2を上のように踊り、男性は左足前進からリバース・ベーシックへ

トラベリング・ボタ・フォゴ

Bota Fogo (Traveling)

男 性

ノーマル・ホールドでLODに面して始め、女性の右側で中央斜めに面して終わります。1と2ではドロッピング・アクションを使い、'a'では膝を伸ばします。

- | | | | |
|--------|-------------------------------|-------------------|-------------|
| 1. 左足 | イン・ラインで前進 | | 1(S) |
| 2. 右足 | 横に。左回転を始めながら、女性に左回転のリードを与えます。 | } 左へ
1/8
回転 | 'a'
2(S) |
| 3. 僅かに | 回転を継続しながら、左足に体重を戻します。 | | |
| 4. 右足 | 女性の右外側に前進 | } 右へ
1/4
回転 | 1(S)
'a' |
| 5. 左足 | 横に。右回転を始めます。 | | |
| 6. 僅かに | 回転を継続しながら、右足に体重を戻します。 | | 2(S) |
| 7. 左足 | 女性の左外側に前進 | } 左へ
1/4
回転 | 1(S)
'a' |
| 8. 右足 | 横に。左回転を始めます。 | | |
| 9. 僅かに | 回転を継続しながら、左足に体重を戻します。 | | 2(S) |

任意に4～9を繰り返します。

MEMO

◇プロムナード・ボタ・フォゴ同様、このフィガーを通して体重は両足の間にあります。

【前にくる主なフィガー】

- (1) リバース・ベーシック (LODに面するように回転して)
- (2) バウ (LODに面するように回転して)
- (3) アウトサイド・ベーシック・ムーブメントの1～4を踊り、男性は左へ1/4回転してLODに面します。そこから、トラベリング・ボタ・フォゴの4歩目をOPに入り、5～6で右へ1/8回転します。

【後に続く主なフィガー】

- (1) アウトサイド・ベーシック・ムーブメントの5～8へ。男性は6歩目か8歩目で女性とスクエアに戻ります。
- (2) トラベリング・ボタ・フォゴの4～6歩目からバウへOPから入ります。カウントはSQQの方が望ましいでしょう。男性はバウの2歩目で女性とスクエアに戻ります。

トラベリング・ボタ・フォゴ

女性

ノーマル・ホールドでLODに背面して始め、男性の右側で中央斜めに背面して終わります。1と2ではドロッピング・アクションを使い、'a'では膝を伸ばします。

- | | | |
|-----------------------------|-------------------|-------------|
| 1. 右足 後退 | | 1(S) |
| 2. 左足 横に。左回転を始めます。 | } 左へ
1/8
回転 | 'a'
2(S) |
| 3. 僅かに回転を継続しながら、右足に体重を戻します。 | | |
| 4. 左足 後退 | | 1(S) |
| 5. 右足 横に。右回転を始めます。 | } 右へ
1/4
回転 | 'a'
2(S) |
| 6. 僅かに回転を継続しながら、左足に体重を戻します。 | | |
| 7. 右足 後退。 | | 1(S) |
| 8. 左足 横に。左回転を始めます。 | } 左へ
1/4
回転 | 'a'
2(S) |
| 9. 回転を僅かに継続しながら、右足に体重を戻します。 | | |

任意に4～9を繰り返します。

MEMO

◇遅めから中位の速さの音楽で踊る場合、カウントをSQQと取ることもできます。その場合にはドロッピング・アクションや膝を伸ばすアクションは使わず、左右への回転量も少なめにします。

プロムナード・ボタ・フォゴとトラベリング・ボタ・フォゴに関すること (男性/女性)

◇カウントの'a2'では両足のトゥはできる限り近くに置き、カウント1でステップした足とできる限り並行にします。

◇トラベリング・ボタ・フォゴは男性後退でも踊れます。その場合男性は女性のステップを、女性は男性のステップを4歩目から行ない、9歩目までの6歩を必要に応じて繰り返します。この場合の前後にくるフィガーは次のようになります。

【前にくる主なフィガー】

- (1) 逆LODに面して始めるアウトサイド・ベーシックの1～2
- (2) リバース・ベーシックの1～2：パートナーとイン・ラインで7歩目から始めます。
- (3) リバース・ターンの1～3：パートナーとイン・ラインで7歩目から始めます。

【後に続く主なフィガー】

- (1) アウトサイド・ベーシックの3～8

バウ

Bow

どの方向にも踊れます。前のフィガーの最後で男性は女性をクロス・ホールドにリードします。ドロッピング・アクションは使われません。

男 性

- | | | |
|---------------------------|---|----------------|
| 1. 左足 前進。腰からほんの少し前方へ傾けます。 | } | S |
| 2. 右足 横に。傾きを保ちます。 | | 左へ約
1/4回転 Q |
| 3. 左足 右足に閉じる。傾きを保ちます。 | } | Q |
| 4. 右足 後退。腰からほんの少し後ろへ傾けます。 | | S |
| 5. 左足 横に。傾きを保ちます。 | } | 左へ約
1/4回転 Q |
| 6. 右足 左足に閉じる。傾きを保ちます。 | | Q |

任意に繰り返します。

女 性

- | | | |
|---------------------------|---|----------------|
| 1. 右足 後退。腰からほんの少し後ろへ傾けます。 | } | S |
| 2. 左足 横に。傾きを保ちます。 | | 右へ約
1/4回転 Q |
| 3. 右足 左足に閉じる。傾きを保ちます。 | } | Q |
| 4. 左足 前進。腰からほんの少し前方へ傾けます。 | | S |
| 5. 右足 横に。傾きを保ちます。 | } | 右へ約
1/4回転 Q |
| 6. 左足 右足に閉じる。傾きを保ちます。 | | Q |

任意に繰り返します。

【前にくる主なフィガー】

- | | |
|------------------------------------|---------------------|
| (1) リバース・ベーシック | (2) ナチュラル・ベーシックの1～2 |
| (3) アウトサイド・ベーシックの1～6 | (4) ウィスク (男性右への) |
| (5) プログレッシブ・ベーシックの1～2 | (6) ロックスの1～2 |
| (7) トラベリング・ポタ・フォゴの6歩目からバウの1歩目をOPに。 | |

【後に続く主なフィガー】

- (1) リバース・ベーシック
- (2) トラベリング・ポタ・フォゴ (LODに面したとき)
- (3) プロムナード・ポタ・フォゴ (壁に面したとき)
- (4) ウィスク (男性左への) (壁に面した場合)
- (5) ウィスク (男性右への) : バウの1～3を踊り壁に面したとき

ボルタ (サンバ・ウィスクからの)

Volta (from Samba Whisks)

女性のステップは男性の反対になります。

男性 (左回転の)

ナチュラル・ベーシックの1～2から左と右へのウィスクを踊り、右足体重で終わります。

1. 左回転しながら、左足ヒールを右足トゥにつけます。 1(S)
2. 右足 少し右に移動 'a'
3. 左回転しながら、左足ヒールを右足トゥに引き寄せます。 2(S)
4. 右足 少し右に移動 'a'
5. 左回転しながら、左足ヒールを右足トゥに引き寄せます。 1(S)
6. 右足 少し右に移動 'a'
7. 左回転しながら、左足ヒールを右足トゥに引き寄せます。 2(S)

続いて右と左へのウィスクを踊り、左足体重で終わります。そこから右回転のボルタへ入ります。

男性 (右回転の)

1. 右回転しながら、右足ヒールを左足トゥに引き寄せます。 1(S)
2. 左足 少し左に移動 'a'
3. 右回転しながら、右足ヒールを左足トゥに引き寄せます。 2(S)
4. 左足 少し左に移動 'a'
5. 右回転しながら、右足ヒールを左足トゥに引き寄せます。 1(S)
6. 左足 少し左に移動 'a'
7. 右回転しながら、右足ヒールを左足トゥに引き寄せます。 2(S)

左へのウィスクを踊りナチュラル・ベーシックに続けます。

リバース・ターン

Reverse Turn

男 性

ノーマル・ホールドでLODに面して始め、ノーマル・ホールドで壁斜めに面して終わります。

1. 左足 前進	} 左へ 3/8回転	1(S)
2. 右足 横少し後ろに		'a'
3. 左足 右足前にクロス		2(S)
4. 右足 後退	} 左へ 1/2回転	1(S)
5. 左足 横に。殆ど右足に揃える。		'a'
6. 右足を左足に閉じる		2(S)

MEMO ◇リバース・ターンを繰り返すときは1～3で左へ1/2回転します。2～3歩目でボディを左へ、5～6歩目で右へ傾けても構いません。

女 性

男性のステップを4～6、1～3の順でステップします。

MEMO ◇2～3歩目でボディを右へ、5～6歩目で左へ傾けても構いません。

【前にくる主なフィガー】

- (1) ナチュラル・ベーシック前半
- (2) リバース・ベーシック・ムーブメント
- (3) リバース・ターン
- (4) ロックスの前半

【後に続く主なフィガー】

- (1) リバース・ベーシック・ムーブメント
- (2) ウィスク (男性左への)
- (3) 左足前進で始めるポタ・フォゴ
- (4) 左足後退で始めるトラベリング・ポタ・フォゴ
- (5) リバース・ターン