# 16 ヒール・ピボット
*Heel Pivot*

かつての「クオーター・ターンズ」というフィガーが、「右へのクオーター・ターン」と、このフィガーに分割されました。従って、別名は「左へのクオーター・ターン」なのですが、回転量は 1/4 に限らず、3/8 まで可能です。

## ♠ 男 性

中央斜めに背面して始め、壁斜めに面して終わります。

～左足首をゆるめて～

*1.* 右足　中央斜めに後退します。(S)

*2.* 右足ヒールで回転しながら、左足を右足に引き寄せてヒールを揃え、壁斜めに向こうとします。(Q)

*3.* 壁斜めに向いた所で、左足ボールで軽く床を押えながら右足ヒールでの右回転を終え、右足を左足と平行に。(Q)

*4.* 左足　壁斜めに前進します。(S)

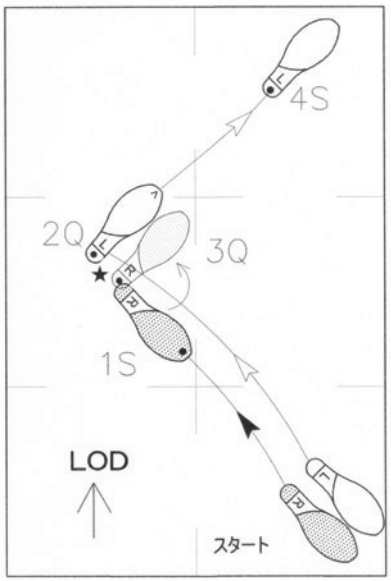
**ここに気をつけましょう！**

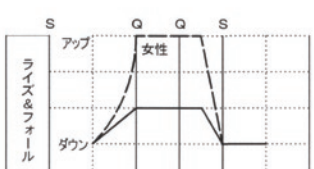
♠ 1 歩目は後退のステップですが、バランスがヒールより後ろに行かないように気を付けましょう。

♠ 2 歩目の踊り方として、引き始めの一瞬のみ左足ヒールを使い、瞬時にボールで壁斜めにポイントする踊り方もできます。

**フットワーク**

1.TH　2.H　3. 右足 H、左足 T で床を押さえる　4.H



## 16 ヒール・ピボット *Heel Pivot*

### ♥ 女 性

中央斜めに面して始め、壁斜めに背面して終わります。

～左足首をゆるめてから～

*1*. 左足　中央斜めに前進。左回転を始めます。(S)
*2*. 右足　横にステップ。壁に背面します。(Q)
*3*. 左回転を継続しながら、左足を右足に閉じます。(Q)
*4*. 右足　壁斜めに後退。(S)

**ここに気をつけましょう！**

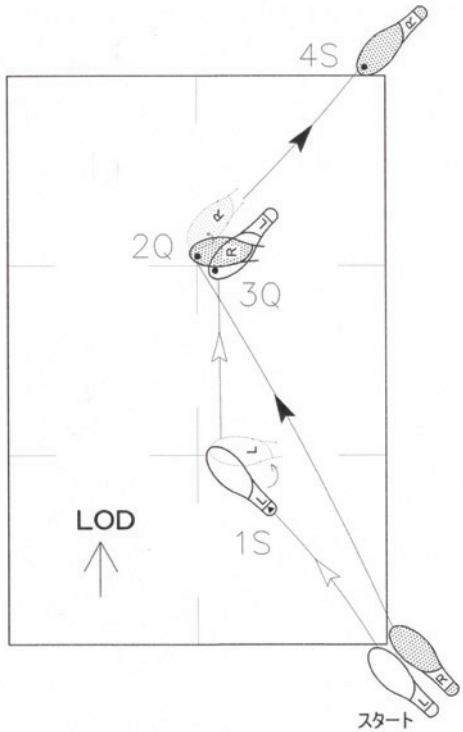
♥男性がヒール・ピボットしようとシャッセ・ターンしようと、女性が 1 歩目を出そうとする瞬間は、ほとんど変わりませんから、男性のリードに耳を傾けておけば大丈夫です。もちろん、1 歩目はヒールから出てくださいね。

**フットワーク**

1.HT　2.T　3.TH　4.TH








アマルガメーション例

(1) ナチュラル・スピン・ターン ～ ヒール・ピボット ～（中央斜めに）クイック・オープン・リバース
(2) クイック・オープン・リバース ～ ヒール・ピボット ～ クロス・シャッセ ～ ロック・ステップ