

**SOCIAL
DANCE
2**

社 交 ダ ス ン グ 講 座

第 二 卷

(一) 實 技 篇

東 京

春 陽 堂

エール ブルース (エール) (The Yale or Yale Blues)

拍子 $\frac{4}{4}$

速度 一分間三四—四〇小節位

リズム S—S—Q—Q—S—

一 概 説

この踊は北米合衆國に始まつたものである。そして、此の踊のステップは舊式ブルース、タンゴ、チャールストン、ブラツク、ボトムなどの連結から成立つてゐることは讀者が容易に氣附かれることであらう。之は圓滑な、容易な、優美な、然も變化に富む踊であり、且つ音樂が緩いから色々のステップを次から次へと考へながら組合せることができる。これを踊るには特別な音樂を必要とする譯ではない。普通の踊いブルースならばどれでも間に合ふのである。

この踊の特徴は次に示すやうな事柄である。

- 一、どのステップも爪先から踵までを平に床に附けて踊ること。
- 二、重心は主として後足に置くこと。(此點ブルースと反對)
- 三、一步一步に身體を軽く左右に揺り動かすこと。然し膝を屈めたり、伸したりする運動はあまり無いけれども、膝を弛め、決して緊張らせてはなりません。

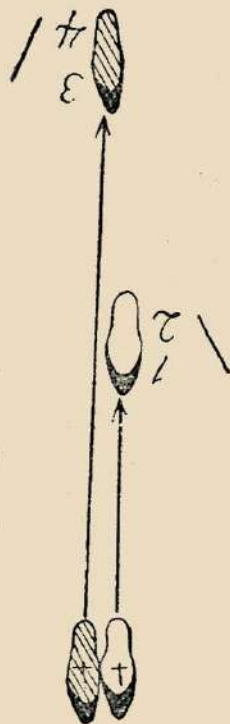
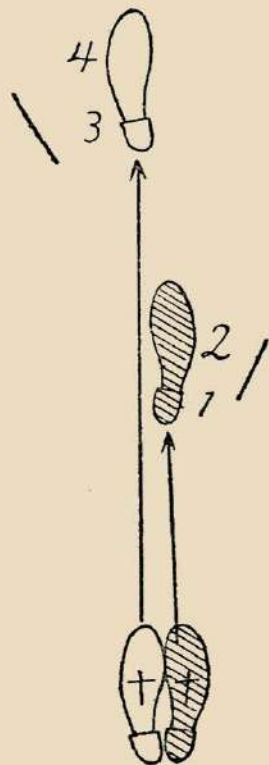
四、シャッセの時の外は二拍子に一歩の割に踊る。

このダンスもフォックストロットと同じやうに、兩脚の間に隙を置かず、互に過ぎ去る脚が他の脚と擦れ合ふやうに踊るべきものである。又爪先も外輪にならず、眞直にしてゐなくてはならない。今主なるフィガを列記して見よう。

一 ウォーク (The Walk)

兩足をキチンと揃へて立ち(外輪、内輪共に不可)どちらの足から出發してもよい。假に右足から出るとすれば、

- 1 右足前進。上體を軽く右に揺る。
- 2 休。
- 3 左足前進。上體を左に揺る。
- 4 休。



S S

- 左足後退。上體を軽く左に揺る。
- 右足後退。上體を右に揺る。
- 休。
- 休。

この時膝を弛めることを忘れてはならない。近頃ブルースを踊るとき、非常に強く膝を屈める人を見受けるが、あれはいけない。弛めるのと屈めるのは非常な相違であるから讀者は此の點に留意せられんことを望む。

モダンブルース (The Modern Blues)

創始者………ヴァイクター シルヴェスタ氏

音楽 4/4 一分間三十小節位の速さ

基礎運動 ウォークとシャッセ

ファイガ

- (1) ウォーク
- (2) 右側シャッセ
- (3) 左側シャッセ
- (4) クロスシャッセ
- (5) 右廻
- (6) 左廻
- (7) クロスシャッセ、シャッセ ターンとトウインクル
- (8) オープンリヴァースと右側シャッセ

- (9) クロス オバーとトウインクル
- (10) 右廻第二
- (11) 左廻第二
- (12) ロック
- (13) リヴァース ビヴオト ターンとクロス シャッセ
- (14) ナチュラル ビヴオト ターンとトウインクル
- (15) クロス シャッセとトウインクル
- (16) 右側シャッセとトウインクル
- (17) サイド ステップ

一 概 説

之はシャッセに基礎を置き、混んだホールでも氣樂に踊れる。踊り易い一種の新ブルースである。スロウフオックスは立派な踊手の爲の踊であるが、混んだホールや狭い室では踊ることが出来ないと言ふ不便がある。それで、ブルース調の音楽に合わせて狭い所、混んだ所でも踊れる踊りが必要になつて來るのである。尤もスロウフオックスとブルースは音楽的にも違つてゐる。第一にブルースの方が大分音楽が緩い。第二に演奏上の態度が違ふ。ブルースは涙を流しながら駄洒落を云つて笑つてゐるやうな奏法であり、スロウフオックスは飽くまで生真面目な奏法で行く。第三に根本的に樂譜の書方が違つてゐる。乃ち、スロウフオックスは流れるやうな、流暢な歌謡調で、

アクセントは第一と第三拍にある。ブルースは、スタカートでアクセントは四つの拍子みなにあるが、時として二と四にある。此の第二拍と第四拍にアクセントのあることは、數年前のエールブルースを踊るには實に相應はしい音楽である。

顧るに、ブルースも随分變つたものである。原始ブルースから、フォックスブルース、それからエールブルース、そして今次に記さうとするのは「モダンブルース」である。

此は今までのブルースが總てに於て大きな室か、隙いたホールを必要としたのであるが、今度のはシャッセを主とするもので、又フィガがみんな狭い場所で踊れるやうに仕組まれてあるから非常に重寶なのである。

二 踊 方

(1) A 前進ウォーク (The Walk Forward)

兩足を揃へて立ち、右踵に重心を置いて右踵を前に迂らせる。右足前進するに従ひ右爪先上り、左踵上る。右足が前方に達し、左足が前進に移る時右膝を少し屈げる時は一寸快活な表情を與へる。そして左足の前進も同様の要領で繰り返しく、ウォークを練習する。昔は一足毎に上體を左右に傾けたが、今はこの運動はない。そして上體は左右にも前後にも傾くことなく常に垂直に保たなければならない。又重心は常に前足に置かなくてはならない。

B 後退ウォーク (The Walk Backward)

兩足を揃へて立ち、重心を右踵に置き足爪先で、股から眞直に後に引く。左足が後に引かれるに従ひ、左踵益々上