

“ラテン”コリオグラフィーの追求 L4

DEVELOPING CHOREOGRAPHY - LATIN



Presented by
GEOFFREY HEARN
with
RICHARD PORTER & ELS GEVAERT
Finalists: European/British/UK/International
Professional Latin American Championships

Produced for
HEARN & SPENCER LTD.



日本語版

ラテン（L 4）

コリオグラフィーの追求

私達の第4番目のラテンアメリカンコンペ用フィガーのビデオシリーズへようこそ。このテープでは各種目の多くのベーシックフィガーをコンペ用バリエーションに発展させています。各グループは次のグループへ続けて発展しており、とても高いレベルの演技に到達することができます。

リチャード＆エルスは絶えずシェイプとリズムにおけるアイデアを通して彼ら自身のダンスを探求しており、そのことは彼らの踊りを高いレベルにまで進歩させています。他の全ての選手権レベルの競技選手と同様、彼らは基礎に基づいたコリオグラフィの展開を非常に重要視しています。

音楽いっぱいに踊った場合、時には回転量や足の方向がわずかに違ってくることに注意して下さい。また、フィガーを分解・解説している部分では、フィガーがくずれたりアクションのスピードがなくなったりすることもあります。また記述文は普通の“教える技術”に沿って書かれており、時に本当のトップダンサーにしか見せることのできない上級のアクションを述べているのではありません。画面で見るといいくつかのエンディングは新L O Dに終わっています。記述では同じL O Dにいるように書かれていますが実際にそのグループでどこを新L O Dにとるべきかは注記しております。

’90年代のダンスを御覧になれば、チャンピオン達のエキサイティングなリズムや対照的なシェイプを楽しんでいただけることでしょう。リチャード＆エルスがコンペ用フィガーのデモンストレーションをお見せします。では、ごゆっくりとヨーロッパ・英国・世界のグランドファイナリストであるリチャード ポーター&エルス ゲバートの素晴らしい技を御覧下さい。

私達は皆様がダンスを楽しみ、コリオグラフィを発展しようとされることを願います。フィガーはI S T Dのテクニックブックに基づいており、相違がある場合は注記しています。

いくつかのグループの中にあるサポートラインやドロップムーブメントは、練習する時に大変注意を要することを覚えておいて下さい。これらのグループを最初に踊る時はけがを防ぐ為に、求められる技術を指導できる先生のもとで行うのが望ましいでしょう。

コリオグラフィーの追求
DEVELOPING CHOREOGRAPHY
LATIN

チャチャチャ

グループ1
グループ2
グループ3

サンバ

グループ1
グループ2
グループ3

フレンバ

グループ1
グループ2
グループ3

パソドブレ

グループ1
グループ2
グループ3

ジャイブ

グループ1
グループ2
グループ3

チャチャチャ

グループ1

オープンヒップツイスト

- ファンポジションからオープンヒップツイストの1-5
- ヒップツイストスパイラルの6-10からCPP → スプリットキューバンブレイク
- ニューヨーク → 女子スイブル
- クイックヒップツイストtoファンポジション

LODに面して始める。

1-5 男 左足前進、オープンヒップツイストの1-4を踏む(2 3 4 &)。左足横へ、
左へ1/4回転して中央に面し、強く左膝を緩めてランジライン(1)。
女 右足後退、オープンヒップツイストの1-4を踏む(2 3 4 &)。
右足後退(1)。 2 3 4 & 1

6-10 男 体重を右足に移す(2)。左足を右足の近くに閉じる(3)。シャッセRL
Rからファンポジション、中央に面す(4 & 1)。
女 左足前進、オープンヒップツイストの6-10を踏む。 2 3 4 & 1

11-14 男 左足前進(2)。体重を後ろの右足へ移す(3)。女子が身体を横切って右
側へ来るようリード、左足横へ、膝を緩めランジライン(4)。そのまま女
子を右回転ヘリード、男子の右側へ(1)。
女 右足を左足へ閉じ、ホッケースティックの1-3を踏む(2 3 4)、右足で
右へ1/2回転し、左足は体重を乗せずに後ろへポイント(1)。 2 3 4 1

15-19 男 体重を横の右足へ移す(2)。女子の後ろへ動きながら左足前進(3)。
右足前進、シャッセRLRを踏み左へ3/8回転、CPPで逆LODに面し
て終わる。
女 左足前進、男子の前を横切りながらヒップツイストスパイラルの6-10を踏
み、CPPで逆LODに面して終わる。 2 3 4 & 1

- 20-25 男 左足CPPで前進、スプリットキューバンブレイクを踏む。
 女 CPPで右足前進より始める。 2 & 3 4 & 1
- 26-30 男 左足CPPで前進、ニューヨークを踏みフェイシングポジションで壁に面して終わる。左手で右手をとり、終わりはダブルホールドとなる。
 女 CPPで右足前進より始める。 2 3 4 & 1
- 31-35 男 そのポジションのまま、女子をRLRLRとスイブルさせる。
 女 右足で右へ回転し、左足前進（2）。左足で左へ回転し、右足前進（3）。これらのステップをLRLと繰り返す（4 & 1）。 2 3 4 & 1
- 36-38 男 そのポジションを保つ（2）。左膝を緩め、ランジライン（3）。右足横へ、女子をファンポジションヘリード（4 & 1）。
 女 ステップ32-34を繰り返す。リズムに注意（2 & 3）。左足前進、スリーステップターンLRLで左へ1/2回転し、男子の前を横切ってファンポジションへ（4 & 1）。 2 & 3 4 & 1

グループ2

- | | |
|--------------------|---------------------|
| ファンポジションからカール | → ヒップツイストスパイラルアクション |
| → シンコペーディッドリバーストップ | → クロスペーシック |
| → スプリットキューバンブレイク | → トウヒールスイブルズ |
| → ヒップツイストスパイラル | |

ファンポジションで壁に面して始める。

- 1-5 男 左足前進、カールの1-5を踏み、左足横で終わる。女子は左側に直角となる。
 女 右足を左足へ閉じて始める。 2 3 4 & 1
- 6-10 男 右足横へ、ヒップツイストスパイラルの6-10を踏み、クローズドホールドとなる。左へ回転し、壁に面して終わる。
 女 左足前進より始める。 2 3 4 & 1

11-16 男 左足でスイブルし左踵を反対側の右トウへ。

リバーストップの2-7をLRL RLRと踏み、左へ1・1/2回転完了し、中央に面して終わる（リズムに注意）。

女 右足を後ろ、わずかに横へ後退して始める。

2 & 3 4 & 1

17-18 男 左足を右足の前に交叉し、クロスベーシックを踏む。左へ1回転完了し、中央に面して終わる。

女 右足を左足の後ろに交叉して始める。

2 & 3 4 & 1 2 & 3 4 & 1

Note: ホワパチャタイミングを使う。

29-31 男 右へ回転し左足CPPで前進、スプリットキューバンブレイク左右左の1-3を踏む。右手と左手のホールド、終わりでダブルホールドとなり中央に面す。

女 左へ回転し、右足CPPで前進から始める。

2 & 3

32-40 男 そのポジションを保つ。

女 左足、右足をアクロスして前進（4）。左足で左へ1/4スイブルし、右足を左足へ体重をかけずに閉じる（&）。左足で右へ1/4スイブルし、右足体重をかけずにヒールで横へ（1）。同様に右足アクロスして前進から始める（2&3）。同様に、左足から始める（4&1）。

4 & 1 2 & 3 4 & 1

41-45 男 そのポジションのまま、女子を右側ヘリード（2）。左膝を緩めて体重を移し、ランジライン（3）。右足横へ、シャッセ右左右を踏みファンポジションで終わる（4&1）。

女 左足で左に1/4スイブルし、右足アクロスして前進（2）。右足で右へ3/8回転し、逆LODに面す。左足体重かけずに後ろヘポイント、ここで男子の右側にいる（3）。左足前進しスリーステップターン左右左を踏み、ファンポジションとなる（4&1）。

2 3 4 & 1

グループ3

シャッセto CPP → 女子キューバンブレイク → ニューヨーク
→ ヒップサークル → クイックホッケースティックtoクローズドホールド
→ ヒップツイスト → ツイスト イン ブレイス → シャッセ
→ ランニングクロススペーシック → 女子スイブルズ
→ スリーステップターンtoファンポジション

壁に面してオープンポジションで始める。

1-3 男 右足横へ、シャッセRLRを踏む。

女 左足横から始める。

4 & 1

4-11 男 そのポジションを保つ。

女 CPPで右足前進し、キューバンブレイクを踏む（2&3&4&1）。

左足へ体重を移す（&）。

2&3&4&1&

12-16 男 CPPで左足前進し、ニューヨークの1-3を踏む。右手と左手のホールドで、終わりにダブルホールドとなる（2 3 4）。

横の右足へ体重を移して膝を緩める、ランジライン（1）。

女 CPPで右足前進し、ニューヨークの1-2を踏む（2 3）。

右足を左足に閉じ、右へ1/2回転（4）。左足前進し男子の左側へ動きL ODに面す。右足体重をかけずに後ろにポイント（1）。 2 3 4 & 1

17-21 男 横の左足に体重を移し、右足を左足に閉じ、ファンポジションでヒップサークルに入る（2 3）。左手の下で女子を左回転ヘリード、ダブルホールドに戻り右足横へ、シャッセRLRを踏む（4 & 1）。

女 右足を左足に閉じヒップサークルに入る（2 3）。左足前進しスリーステップターンLR Lで左へ1回転し、壁に背面して終わる（4 & 1）。

2 3 4 & 1

22-28 男 そのポジションを保つ。

女 右足前進、左足をアクロス（2）。右足でスイブル、右へ1/4回転し左足前進（&）。左足でスイブル、左へ1/4回転し右足前進（3）。右足でスイブル、右へ1/4回転し左足前進（&）。左足で左へ1/4回転スイブルし、右足体重をかけずに左足へ閉じる（4）。

そのポジションのまま右左とターンする（&1）。 2 & 3 & 4 & 1

29-33 男 そのポジションを保つ（2 3）。横の右足へ体重を移し、シャッセRLRを踏む（4 & 1）。

女 ヒップサークル（2 3）。左足横へ、シャッセLR Lを踏む（4 & 1）。

2 3 4 & 1

ここからランニングクロスベーシックアクションズに入ります。

34-39 男 左側OPに左足前進（2）。右足横へ、左に回転（&）。

女子外側に左足後退（3）。女子を右へのヒップツイストアクションにリードし、右足後退（4）。前の左足へ体重を移す（&）。

右足横へ、左へほぼ1回転完了する。

女 右足後退から始め、右左右と踏む（2 & 3）。右足で右へ3/8回転し、左足前進してスリーステップターンに入り、左へ3/4回転完了する（4 & 1）

2 & 3 4 & 1

40-45 男女 ステップ34-39を繰り返し、壁に面して終わる。 2 & 3 4 & 1

46-51 男 左側OPに左足前進（2）。右足横へ（&）。横の左足へ体重を移し、左膝を緩めランジライン。トウは壁斜に向ける。

女子を右側へリードし、右へ回転（3）。右足横へシャッセLR Lを踏みファンポジションで終わる（4 & 1）。

女 右足後退（2）。左足横へ、左へ1/4回転し、トウで逆LODに向け（&）右足前進し、右足で右へ1/2回転、スイブルでLODに面す。ここで男子の右側に直角となる（3）。左足前進し、スリーステップターンを踏み、ファンポジションで終わる（4 & 1）。 2 & 3 4 & 1

サンバ

グループ1

プロムナードラン → ナチュラルピボット → プロムナードラン
→ スローボルタ → ダブルジグザグ → ロンデターン
→ 男子ランジライン、女子シットライン

オープンフェイシングポジションで壁斜に面して始める。

1-3 男 右足前進、プロムナードランの1-3を踏み、左足で1/2回転を続け、ナチュラルピボットでL O Dに沿って動く。
女 左足後退から始める。 1 a 2

4-6 男 左足横へ、右へ3/8回転しL O Dに背面。左足で1/2回転を続け、ナチュラルピボットでL O Dに面して終わる(2)。L O Dに沿って右足左足とスピニを続け、L O Dに面して終わる。ウエストにホールド(a2)。
女 右足前進から始める。 2 a 2

7-9 男女 ステップ1-3を繰り返し、クローズドホールドとなる。 3 a 2

10-11 男 左足横へ右へ1/4回転し壁に面す。右手を離し、オープンポジションで左手で右手をとる(a)。右足を左足の前に踵からトウへスローボルタアクションに入る(42)。
女 右足横から始める。 a 4 2

12-19 男 右手で左手をとりダブルホールドとなり、左足横へ(a)。右足前進しアクロス(5)。左足横へ(a)。右足後退しアクロス(2)。左足横へ(a)。右足前進しアクロス(6)。右足後退し、右へ3/8回転して右手のホールドを離し、ほとんど背中と背中を向けた“V”の型となり、壁斜に背面して終わる(2)。
女 右足横から始める。 a 5 a 2 a 6 a 2

- 20 男 CPPで左足前進（7）。前へ円を描くように右足ロンデし、体重をかけずに左足へ閉じる。左へ3/8回転完了し、クローズドポジションで壁に面して終わる（2）。
- 右足に体重をのせる（8）。左足横へ、左へ1/4回転し膝を緩めて右手と左手のホールドに変え、ランジライン。女子を腕の長さの分だけ右側にし、LODに面して終わる（2）。
- 女 CPPで右足前進（7）。前へ円を描くように左足ロンデし、体重をかけずに右足へ閉じる。右へ3/8回転完了し、中央に面して終わる（2）。左足に体重を移す（8）。
- 右足横へ、右へ1/4回転しLODに面す（a）。左足体重をかけずに右足に閉じ、両膝を緩める（2）。 728 a 2

グループ2

ヒップサークル → クロスオーバーウォークス

→ 男子ホイスク、女子スリーステップターン → リバースターンの1/2
→ ダブルジグザグ → 男子バウンスアクション、女子サーキュラーボルタ

グループ1の終わりでLODに面して始める。

- 1 男 そのままのポジションを保つ。
女 ヒップサークル。 a 1 a 2
- 2-3 男 横へ体重を移動し、右膝を緩めて、ランジライン。
女 壁斜に面し左足前進（2）。左足で左へ1/2回転し、逆中央斜と男子に面して右足前進（2）。 2 2
- 4-7 男 女子を左回転させ、男子の前を横切るようにリード。ホールドを離し、左足へ体重を移す（a）。右足横へ、ホイスクを踏む（3 a 2）。
女 右足で右へ1/4回転して中央斜に面す。左足前進しスリーステップターン L R Lで左へ1回転完了する。左足で左へ1/2回転を続け、中央斜に背面して終わる。 a 3 a 2

8-10 男 左足前進しリバースターンの1-3を踏む。左へ1/2回転し、中央斜に背面して終わる。右手と左手のホールドとなる。
女 右足後退から始め、壁斜に面して終わる。 4 a 2

11-17 男 右足後退(5)。左足横へ、左へ1/8回転しフェイシングポジションで壁に面す。右手のホールドを離し、左手と右手のホールドとなる(a)。右足前進しアクロス(2)。左足横へ(a)。右足後退しアクロス(6)。左足横へ(a)。右足体重をかけずに横へポイント(2)。
女 LODに面して左足前進(5)。
右足横へ、左へ1/4回転し中央に面す(a)。左足前進しアクロス(2)。
右足横へ(a)。左足後退しアクロス(6)。右足横へ(a)。左足前進し
アクロス(2)。 5 a 2 a 6 a 2

18-25 男 そのままのポジションで、女子を男子の左側から後ろを周るようリード(7 a 2 a 8)。右足へ体重移動(a)。クローズドポジションで左足を右足に閉じる(2)。
女 右足横へ(a)。左足、右足の前へサーチュラーボルダに入り、男子の左側から周って1回転完了し、男子に面して終わる。壁に背面。 7 a 2 a 8 a 2

グループ3

右足ラン → スポットターン → ボールチェンジ → 右足ラン
→ 男子スプリットウェイト、女子ボルタスポットターン
→ 男子右足ラン、女子スリーステップターン → 男子ランジ、女子ジグザグ

LODに面し、ホールドせずにシャドウポイントで男女とも右足から始める。

1-3 男女 右足前進し、スリーステップランL R L。 1 a 2

- 4-8 男女 左手と左手のホールドで女子を腕の下ヘリード、左足前進（2）。
左足で右へ1/2回転し、前の右足へ体重移動、逆LODに面す（2）。
左足後退、右へ1/2回転し逆LODに背面（3）。右足後退しボールチェンジ。つないだ左手を男子の後ろに（a 2）。 223 a 2
- 9-11 男女 右足前進し、スリーステップターン右左右。ホールドを離す。 4 a 2
- 12-14 男 左足前進しボタフォゴアクション。両足の間に体重で終わる。
ホールドしないクローズドポジションでLODに面す。
女 左足右足の前へ、ボルタスポットターンLRLを踏み、左へ1/2回転して
男子に面し、右手を男子の胸において終わる。 5 a 2
- 15-19 男 左足へ体重移動（a）。右足を左足の前へ、スリーステップラン右左右を踏む。右足で右に1/4回転し、壁に面してダブルホールドで終わる（6 a 2）
女 左足で右へ1/2回転し、右足前進して右へのスリーステップターン。通常
より多く回り、LODに面して終わる（6 a 2）。
右足で右への回転を続け、左足体重をかけずに右足へ閉じる（a）。 a 6 a 2 a
- 20-25 男 左足横へ（7 2 8）。左へ1/4回転し、左足を右足に閉じてクローズドポジションでLODに面して終わる（2）。
女 左足前進し、ジグザグ左右左右左（7 a 2 a 8）。右足を左足に閉じて左へ
1/4回転を完了し、LODに背面して終わる。（2）。 7 a 2 a 8 a 2

ルンバ

グループ 1

- オープンヒップツイストスピンの1-3 → ヘジテーション
→ クイックオーバーターンドファンアクション → ヘジテーション
→ ファンポジション → アレマーナの1-3 → ヘジテーション
→ シャドウウォークス→ 男子ランジライン、女子ジグザグからシャドウホールド

逆壁斜に面して始める。

- 1-3 男 左足前進し、オープンヒップツイストの1-3を踏む。ステップ3で女子を右へスピンさせる(23&)。左足横へ、トウを壁斜に向けランジライン。
再び左手で右手をとり、女子を右側に直角にする(41)。
女 右足後退し、オープンヒップツイストの1-3を踏む(23&)。
左足を右足に閉じてスピン。右へ1・1/8回転し、LODに面して終わる。
左足体重をかけずに横へポイント(41)。 234&1

- 4-7 男 膝をお緩めてラインを伸ばす(23)。
女子を身体の前から左側へ動かしながら、右足へ体重移動(4)。左足を右足に閉じ、左へ回転(&)。女子の背後でLODに面し右足前進。男女とも同じ方向に面す。(1)。
女 そのままのポジションでボディリズムを使う(23)。左足前進しスリーステップターンLRL。左へ1回転完了し、LODに面して終わる(4&1)。 234&1

- 8-10 男 そのままのポジションで腕をわずかに伸ばす(23)。左足を右足に閉じ、女子を右に回転させながら、右へ1/4回転して壁に面す(&)。右足横へ、ファンポジションとなる(41)。
女 そのままのポジションで体重を前に延長し、右膝を上げる(23)。
鋭く右へ1/2回転し、ファンポジションでLODに背面して終わる(41) 23&41

11-14 男 左足前進し、アレマーナの1-2を踏む（23）。左足体重をかけずに後ろにアクロスし、逆中央斜に背面。手を低く、女子が身体を横切って右側へ来るようリード。右手で左手をとりダブルホールドとなる（&）。そのポジションを保つ（41）。

女 右足を左足に閉じアレマーナの1-3を踏む。右へ1/2回転しL O Dに面す（23&）。左足体重をかけずに後ろへ伸ばす（41）。 23&41

15-17 男 そのポジションを保つ（2）。左足前進し2歩ウォーク（341）。

女 そのままのポジションでヒップサークル（2）。左足PPで前進し2歩ウォーク（341）。 2341

18-23 男 左足横へ。女子を左側へジグザグさせながら膝を緩め、トウを壁斜に向ける（23）。右足を左足に閉じる（&）。左足体重をかけずに前にポイントし、女子を左へ回転させシャドウホールドとなる。

男女とも壁斜に面す（41）。

女 左足前進（2）。右足横へ、左へ1/4回転し壁に背面（&）。左足後退しアクロス（3）。右足横へ（&）。左足前進し右へ1/4回転する。左足で左へ7/8回転 спинし、壁斜に面す（4）。右足後退（1）。

2&3&41

グループ2

ヒップサークル → 男子ランジ、女子スリーステップターン

→ サーキュラーウォークス → 男子ランジ、女子カールアクション

→ ヘジテーション → 男子ロック、女子クロスオーバーウォークス

→ アレマーナ → クローズドヒップツイストウイズエキストラツイスト

・ シャドウホールドで、男女とも壁斜に面して始める。

1 男女 右足のポジションのままヒップサークルを2回。

2341

2-4 男 左足前進し、膝を緩めてフォワードランジライン。女子を前ヘリードし、ホールドを離す（23）。左膝を伸ばし、終わりにオープンポジションで右手と右手のホールドとなる（41）。

女 左足前進、スパイラルの4-6を踏み、壁斜に背面して終わる。 2341

5-7 男女 右足OPにサーキュラーウォークを3歩踏み、右へほぼ1/2回転完了する。

2341

8-11 男 左足OPに前進し、サーキュラーウォークを2歩踏む（23）。左足横へ、膝を緩め、右へ1/2回転より多めに回り、トウを壁斜に向けて終わる。女子を上げた右手の下で左回転ヘリードする（41）。

女 左足OPに前進し、サーキュラーウォークを3歩踏む（23&）。右足前進、右足で左へ1/2回転しカールアクション。男子の右側に直角となり、LO Dに面して終わる（41）。 23&41

12-14 男 そのままのポジションで右手のホールドを左手に替える（2）。女子を前進させながら右足に体重移動（3）。左足を右足へ閉じ、女子を左へ回転させてクローズドホールドで終わる（41）。

女 そのポジションを保つ（2）。壁斜に面して左足前進（3）。左足で左へ1/2回転し、逆中央斜に面して右足前進（41）。 2341

15-17 男 右足後退し、アレマーナの4-6を踏む。

女 左足前進から始める。 2341

18-22 男 左足横へ、クローズドヒップツイストの2-3を踏む（23）。左足体重をかけずに後へ、女子を左と右へ回転させる（4）。女子を左へ回転させながら左足横へ（1）。

18-22 女 右へ1/2回転しながら右足後退し、クローズドヒップツイストの1-2を踏む（23）。LRLと回転し、右足前進からのヒップツイストアクションを3回（4&1）。 234&1

23-26 男 そのポジションのまま女子を右回転ヘリードし、ファンポジションとなる。右足に体重移動して終わる。

女 右足で右へ1/2回転しながら左足小さくロンデ（2）。左足前進、クローズドヒップツイストの4-6を踏み、ファンポジションへ（3&41）。

23&41

グループ3

アレマーナの1-3 → 男子ランジ、女子ヘジテート

→ テレスピンからローレッグライン → スローライズ

→ クイックホッkeesティックの4-6から男子スピニ

→ 女子スピニとデベロッペ → ランからドロップライン

→ ライズからロンデ → スリーステップターン

ファンポジションで壁に面して始める。

3 男 左足前進し、アレマーナの1-3を踏むが、最後で左足を横に、膝を緩める。トウを壁斜に向け、ランジライン。手を低くして、女子を横切らせ、右側に来るようリード。

女 右足を左足に閉じ、アレマーナの1-3を踏む（23&）。右足で右へ1/2回転し、左足体重をかけずに後へポイント（41）。 23&41

4-12 男 そのポジションを保つ（2）。横の右足へ体重移動（3）。左足前進し、左へ1/8回転してLODに面す。女子と正対（&）。右足横へ、1/2回転してLODに背面（4）。左足横へ、左へ1/4回転して壁に面す（&）。そのポジションを保つ（1）。横へ体重を移し、右膝を緩めてトウは逆壁斜に向ける。女子を強く左側ヘリードし、ファンポジションとなる（2）。ゆっくりとライズし左足に体重で終わる（341）。

4-12 女 そのポジションを保つ(2)。左足前進(3)。右足を横へ、左へ1/2回転してL O Dに背面(&)。左足を右足へ閉じ、ヒールターン。1/2回転しL O Dに面す(4)。右足前進(&)。左足前進(1)。右足後退、左へ1/2回転し、L O Dに背面(&)。右膝を緩め、左足体重をかけずに後へ伸ばし、ローレッグラインとなる(2)。ゆっくりとライズ(3 4 1)。

2 3 & 4 & 1 & 2 3 4 1

13-17 男 そのままのポジションで、女子をオーバーターンドホッkeesティックアクションヘリード(2)。右足前進、右へ1/4回転し逆L O Dに面す(3)。C P Pで左足前進(&)。女子を右回転ヘリード、ホールドを離し左へ1・1/4回転 спин(4)。両足を開いて体重は中心におき、クローズドポジションで逆壁斜に面して終わる(1)。

女 左足前進し、ホッkeesティックの4-6からC P Pへ(2&3)。C P Pで右足前進し、逆L O Dに面す(&)。右足で右へ3/8回転し、左足体重をかけずに右足へ閉じる。中央に面す(4 1)。 2 & 3 & 4 1

18-21 男 そのままのポジションで、女子を左へ1/2回転させ、両手を女子の腕の上におきタンデムホールドとなる(2)。女子を支える(3)。女子を左へ回転させ、クローズドポジションで終わる(&4 1)。

女 右足で左へ1/2回転、逆壁斜に面し、左足を右膝まで上げる(2)。膝の高さで左足を伸ばす。ディベロッペ(3)。右足で左へ1/2回転し、中央斜に面す(&)。左足体重をかけずに後へポイント(4 1)。 2 3 & 4 1

22-25 男 左足横へ、シャッセL R Lを踏む(2&3)。女子の胸の周りを持ち、膝を緩めて女子の身体を後へ倒す。ドロップライン(4 1)。

女 そのポジションを保つ(2)。左足前進(3)。右足を男子の方へ前進(&)左足を男子の右腰のそばに持ち上げ、右膝を緩めて身体を後へ倒す(4 1)。

2 3 & 4 1

26-27 男 ゆっくりと両膝を伸ばす（2 3 4）。右足へ体重移動、女子を男子の右側で右回転させる（1）。

女 まっすぐなポジションに戻る（2 3 4）。男子の右側で左足に体重をおき、右足でハイロンデ（1）。 2 3 4 1

28-32 男 右足で右回転し、女子を男子の後ヘリード（2）。左足横へ、右へ3/4回転し、女子をオーバーターンドホッケースティックヘリード（&）。右足前進（3）。そのままのポジションで女子を右回転させ、オープンポジションとなる（4 1）。

女 中央に背面し右足後退（2）。左へ1/4回転、L O Dに面して左足前進し、ホッケースティックをオーバーターンして左へ1回転より多く回る（& 3 &）左足で右へ1/2回転し、L O Dに背面して終わる（4 1）。 2 & 3 & 4 1

ハンドブレ

グループ1

フォールアウェイリバースターン	→ オープンテレマーク
→ サーキュラージグザグズ	→ ベーシックムーブメント
→ クイックシャッセズ	→ ドラグ
→ クドピック	→ スリップピボット
→ オープンテレマーク	→ オポジションプレスライン

クローズドポジションで壁に面して始める。

1-8 男 右足スリップアップル、フォールアウェイリバースターンとオープンテレマークに入り、終わりにはPPで壁斜に面し、LODに沿って動く。

女 左足スリップアップルから始める。

1 2 2 2 3 2 4 2

9-14 男 そのままのポジションで、女子をサーキュラージグザグヘリード（5 & 2 & 6）。右足を左足へ閉じ左へ1/4回転、女子を左側にし中央斜に面す（2）

女 PPで左足前進、サーキュラージグザグで男子の周りを動き、左へ1/2回転完了する（5 & 2 & 6）。右足体重をかけずに左足へ閉じる（2）。

5 & 2 & 6 2

15-18 男 左足OPに前進し、ベーシックムーブメントの4歩で女子の周りを動き、左へ3/4回転し、壁斜に面して終わる。左手のホールドを離し腕をシェイプ。

女 右足前進から始め、逆中央斜に面して終わる。

7 2 8 2

19-22 男 左足前進し、シャッセを2回LRLRと踏みLODへ動く。

女 壁斜に背面し、右足横から始める。

& 1 2 & 2 2

23-30 男 再びクローズドホールドとなり、その場で左足に体重移動（&）。右足横へ、左へ1/4回転して中央に面し、スロードラグに入る（3 2 4）。左足を右足に閉じる（&）。PPで右足体重をかけずに前へポイントし、クドピックの1-3を踏む（2 5 2）。右足後退、スリップピボットで左へ1/2回転しLODに面す（6）。

女 その場で右足に体重移動から始める。

3 2 4 & 2 5 2 6

31-33 男 左足前進、オープンテレマークを踏み、PPでLODに沿って終わる。

女 右足後退から始める。

2 72

34-36 男 左膝をわずかに緩め、女子を前ヘリードし、ホールドを離す(8)。後の右足に体重移動(&)。左足逆LODに後退し、オポジションプレスラインとなる(2)。

女 LODに面して左足後退(8)。右足後退、左へ1/2回転してLODに背面(&)。左足後退し、オポジションプレスライン(2)。 8 & 2

お詫び：ビデオではフィガーを分解・解説している中で、ステップ23-30のカウントが誤っています。どうかスローティーチングカウントの方を参考にして下さるようお願い致します。

グループ2

オポジションプレスライン → ジグザグ → ダブルアップベル
→ ジグザグ → ダブルアップベル
→ シャッセケーブアクション → オポジションプレスライン
→ フラメンコアクションズ → ダブルアップベル
→ ダブルジグザグ → レフトフットバリエーション

男女とも左足体重のオポジションプレスラインで、男子はLOD、女子は逆LODに面して始める。

1-3 男 そのポジションを保つ(1)。前の右足へ体重移動(2)。左足を右足へ閉じ、右へ3/8回転して中央斜に背面。女子の背中を右手でホールドする(2)。

女 そのままのポジションから始め、LODに面して終わる。 12 2

4-6 男 右足後退、ジグザグRLRを踏む。壁斜に面してOPに終わり、クローズドホールドとなる。

女 左足左側OPに前進から始める。 2 & 3

7-9 男 そのままのポジションで、女子を左側ヘリード（2 &）。左足体重をかけずに右足へ閉じ、ダブルアップル。左へ1/2回転して壁斜に背面（4）。

女 右足前進、右へ1/8回転し中央に面す（2）。左足前進、左へ1/4回転し逆L O Dに面す（&）。右足体重をかけずに左足へ閉じ、左へ1/2回転してL O Dに面す（4）。

10-12 男 左足後退、ジグザグLRLを踏み、左側OPで中央斜に面して終わる。
女 OPに右足前進から始める。 2&5

13-15 男 そのポジションを保つ(2)。右足を左足に閉じ、ダブルアップル。左へ
 1/2回転して逆壁斜に面す(6)。
 女 そのポジションを保つ(2)。左足前進(&)。右足体重をかけずに左足へ
 閉じ、ダブルアップル。左へ3/8回転しLODに面す(6)。 2&6

16-18 男 左足横へ、シャッセケープの8-10を踏む。
女 右足前進より始める。 2 & 7

19-22 男 左膝をわずかに緩め、女子を前ヘリードし、ホールドを離す(2)。後の右足へ体重移動(&)。左足逆LODへ後退し、オポジションプレスライン(8)。そのポジションを保つ(2)。

女 LODに面して左足前進(2)。右足後退、左へ1/2回転してLODに背面(&)。左足後退し、オポジションプレスライン(8)。そのポジションを保つ(2)。

23-30 男女 右足へしっかりと体重移動（1）。左足アクロスして前進（&）。後の右足へ体重移動（2）。左足後退し、プレスライン（&）。左足前進し、ダブルフォワードロックステップLRLR（2&2&）。 1&2&2&2&

31-36 男女 ステップ23-26を繰り返す（3 & 2 &）。右足前進（4）。左足体重をかけ
ずに右足へ閉じ、ダブルアップル。男子は壁、女子はLODに面す（2）。

3 & 2 & 4 2

37-42 男 左足横へ強くステップし、体重を半分かけ、女子をダブルジグザグヘリード
(5 & 2 &)。左足へ完全にのる（6）。右足体重をかけずに左足へ閉じ、
左へ1/4回転してLODに面す（2）。

女 左足前進し、ダブルジグザグLR LRL (5 & 2 & 6)。右足を左足に閉じ、
左へ1/2回転完了してLODに背面（2）。 5 & 2 & 6 2

43-48 男 右足アップル(&)。レフトフットバリエーションの3-7を踏む（7 2 &
8 2）。

女 左足アップルから始める。 & 7 2 & 8 2

グループ3

ナチュラルピボット フロム PP → シャッセケープ

→ レフトターン → シャッセケープ → ジグザグからクローズ

クローズドポジションで壁に面して始める。

1-4 男 右足アップルし、プロムナーズの1-4を踏む。

女 左足アップルから始める。 1 2 2 2

5-7 男 右回転を続け、ナチュラルピボットRLRを踏み、LODに面して終わる。

女 左足から始め、ナチュラルピボットに入る。 3 2 4

8-10 男 左足横へ、シャッセケープバリエーションの8-10を踏む。

女 右足前進から始める。 2 & 5

- 11-13 男 女子が身体の周りを回るようにリードしながら、ポジションを保つ（2）。
右足横へ小さくステップ（&）。左足体重をかけずに右足へ閉じ、左へ1回
転を完了（6）。
- 女 左足前進（2）。右足前進（&）。左足を右足へ閉じ、左へ1回転を完了。
男子の周りを回ってL O Dに面して終わる（6）。 2 & 6
- 14-16 男 左足横へ、シャッセケープバリエーションの8-10を踏む。
女 右足前進から始める。 2 & 7
- 17-20 男 P PでL O Dに沿って右足前進（2）。そのままのポジションで女子をジグ
ザグヘリード（& 8）。左足を右足へ閉じ、右へ1/4回転して壁に面す
(2)。
- 女 左足前進、ジグザグL R Lを踏み、L O Dに背面して終わる（2 & 8）。右
足を左足へ閉じ、右へ1/4回転して壁に背面（2）。 2 & 8 2

ジャイブ

グループ1

チェンジオブプレイスR to L ウィズ レディズレフトターンズ

→ フォールアウェイ スロー・アウェイ → 2ステップターン

→ フットポインツ → チキンウォークス

→ サイドロックス → シャッセズ アンド キックボール・チェンジズ

クローズドポジションで壁に面して始める。

1-8 男 左足後退、チェンジオブプレイスR to Lを踏み、左へ回転しながら、女子をずっと左回転ヘリード。クローズドポジションに戻り、逆中央斜に面して終わる。

女 右足後退から始める。

1 2 3 a 4 1 a 2

9-16 男 左足後退、フォールアウェイ スロー・アウェイを踏む。左回転を続け、5/8回転完了し、LODに面して終わる。

女 右足後退から始め、ステップ13で左へ1回転より多く回り、ステップ16で右へ1回転し、LODに面してタンデムポジションで終わる。

3 4 1 a 2 3 a 4

17-18 男 左足横へ、女子を右回転ヘリードし、ホールドを離す(1)。右足へ半分体重をかけ、両足に体重で終わる。オープンポジションで再び左手と右手のホールドとなる(2)。

女 右足前進(1)。左足体重をかけずに右足へ閉じ、右へ1/2回転してLODに背面(2)。

1 2

19-27 男 L R L Rと腰をロックして女子をポイントさせ、チキンウォークに入る。ステップ27で女子を右回転させ、タンデムホールドとなる。

女 左足に体重をのせる(a)。右足体重をかけずに前へポイント(3)。右足を左足へ閉じる(a)。左足体重をかけずに前へポイント(4)。左足を右足へ閉じる(a)。チキンウォークスR L R(1 2 3)。左足を右足へ閉じ、右へ1/2回転完了(4)。

a 3 a 4 a 1 2 3 4

28-36 男 左膝を緩めてランジ (a 1 2)。右膝を緩めてランジ (a 3 4)。左足横へ、シャッセLRLを踏み、オープンポジションで右手と左手のホールドとなる (1 a 2)。

女 右足横へ (a)。左足体重をかけずに右足へ閉じる (1 2)。左足横へ (a) 右足体重をかけずに左足へ閉じる (3 4)。右足横へ、シャッセ (1 a 2)。

a 1 2 a 3 4 1 a 2

37-45 男 右足キックボールチェンジ (3 a 4)。右足横へ、シャッセRLRで女子の前を横切り、オープンポジションで左手と右手のホールドになる (1 a 2)。左足キックボールチェンジ (3 a 4)。

女 左足キックボールチェンジから始める。 3 a 4 1 a 2 3 a 4

グループ2

メレンゲシャッセ	→ トウヒールスイブルズ	→ フットフリックス
→ タップス	→ フットフリックス	→ シャッセ
→ フットフリックス	→ ランジ、女子シットライン	
→ ヒップサークル	→ ローリング イントゥ アンド オファーム	

ソロでレフトサイドバイサイドポジションに立ち、壁に面して始める。

9 男 左足横へ、左へのメレンゲシャッセをLRLRLRと踏み、女子の後を動く (1 2 3 4 1 2)。左足横へシャッセLRLを踏み、ソロでライトサイドバイサイドポジションとなる。

女 右足横から始める (1 2 3 4 1 2 3 4)。 1 2 3 4 1 2 3 a 4

10-19 男女 右足前進 (1)。左足体重をかけずに右足へ閉じる (2)。左踵体重をかけずに横へ (3)。左足アクロスして前進 (4)。右足体重をかけずに左足へ閉じる (1)。右踵体重をかけずに横へ (2)。【トウヒールスイブルズ】左足でホップ (a)・右足体重をかけずに前へフリック (3)。わずかに弾みながら右足を左足へ閉じる (a)。左足体重をかけずに前へフリック (4)

1 2 3 4 1 2 a 3 a 4

20-30 男女 左足を右足の前に交叉（a）。右足体重をかけずにトウの先を左足の後へタップ（1）。左足でホップ（a）。もう一度タップ（2）。右足を左足へ閉じる（a）。左足を前にフリック（3）。わずかに弾みながら左足を右足の前に交叉（a）。右足を後にフリック（4）。右足横へ、シャッセRLR
(1 a 2)。 a 1 a 2 a 3 a 4 1 a 2

31-38 男女 右足でホップ（a）。左足アクロスして前へフリック（3）。右足でホップ（a）。左足横へフリック（4）。右足でホップ（a）。左足アクロスして後退（1）。右足横へ（a）。男子に左足を横へ、膝を緩めてランジライン。右手と左手のホールド（2）。【女子は左足体重をかけずに右足へ閉じ、シットライン（2）】 a 3 a 4

a 1 a 2

39 男女 そのままのポジションでヒップサークル。 a 3 a 4

40-44 男 右足横へ、サンバのホイスクを踏み、女子を腕の中へ巻き込む（1 a 2）。女子を右回転させ、左足へ体重を戻す（3）。右足横へ、左へ1/4回転し、オープンポジションで終わる（4）。
女 左足前進、スリーステップターンRLRで1・1/4回転完了し、男子の腕の中で終わる（1 a 2）。右足前進（3）。左足後退、右へ1/2回転する（4）。 1 a 2 3 4

グループ3

サーキュラーメレンゲツイスト → ロータリースローアウェイズ
→ オーバーターンドチェンジオブプレイスL to R
→ エクストラスピント → シャッセ
→ ダブルボールチェンジス → シンプルスピント

オープンポジションで逆LODに面し、右手と左手のホールドで始める。

1-8 男 左足後退（1）。前の右足へ体重を戻す（2）。左足横へ、メレンゲシャッセRLR LRLRを踏み、女子をヒップツイストさせながら、女子の周りを回り、右へ1/2回転完了してLODに面して終わる（3 4 1 2 3 4）。

1-8 女 右足後退（1）。前の左足へ体重を戻す（2）。右足OPに前進（3）。右へ回転し、左足を右足へ閉じる（4）。左へ回転し、このヒップツイストアクションを2回RLRLと踏み、壁に背面して終わる（1234）。

1 2 3 4 1 2 3 4

9-12 男 女子が横切って左側に来るようリードし、ホールドを離す。左足を右足の後にタップ（1）。左足後退（2）。右足横へ（3）。レフトサイドバイサイドポジションで左手を女子の背中におき、左足前進（4）。

女 右足後退（1）。体重を前へ戻す（2）。右足横へ、男子の前を横切って左側へ動く（3）。左足後退、左へ7/8回転完了し、LODに面して終わる（4）。

1 2 3 4

13-16 男 右足横へ、女子の前を横切りながら、女子の背中で右手に持ち替える（1）。左足横へフリック（2）。左足後退（3）。右足横へ、左へ1・3/8回転し、オープンフェイシングポジションで壁斜に背面し、右手と右手のホールドとなる（4）。

女 男子の周りを左へ回りながら右足横へ（1）。左足前進（2）。右足横へ（3）。左足後退、左へ7/8回転完了し、逆中央斜に背面して終わる（4）。

1 2 3 4

17-25 男 左足後退、チェンジオブプレイスL to Rを踏む。ステップ21で女子をオーバーターンさせ、左手と右手ホールドに替える。ステップ24で女子を右へスピンドラムさせる（123a4 1a2）。左足横へ、オープンフェイシングポジションで両足に体重をおき、左手と右手のホールドとなる（34）。

女 左足後退し、ステップ17-20を踏む。ステップ21でオーバーターンし、タンデムポジションで終わる（123a4）。左足前進（1）。右足前進（2）。右へ1・1/2回転して左足を右足へ閉じる（34）。

1 2 3 a 4 1 a 2 3 4

26-28 男 右へ1/4回転、CPPとなり、壁に面して右足前進し、シャッセRLRを踏む。

女 左足前進から始める。

1 a 2

29-31 男 左へ1/2回転し、左足ボールを右足の後に交叉（3）。右足ボールを左足の後に交叉（a）。前の左足に体重を戻す。PPで中央に面し、右手と左手のホールドに替える。

女 右足を左足の後に交叉して始める。

3 a 4

32-34 男女 反対の足からステップ29-31を繰り返し、CPPで壁に面して終わる。

1 a 2

35-36 男 左足前進し左へ回転、女子を右回転させ、ホールドを離す（3）。右足横へ、
1・1/4回転完了し、オープンフェイシングポジションでLODに面し、
左手と右手のホールドとなる（4）。【シンプルスピン】

女 右足前進から始める。

3 4

編集後記

皆様、お楽しみ頂けましたでしょうか。この冊子の翻訳にあたりまして、原文に忠実に訳す事を心掛けております。その為、ビデオでの実技と若干相違点がございますがご了承いただけますようお願い申し上げます。その他、お気付きの点がございましたら編集部までお知らせ頂けましたら幸いです。

コリオグラフィーの追求（L 4） DEVEROPING CHOREOGRAPHY-LATIN

翻訳編集／発行 ハーン&スペンサーLTD, ジャパン

〒654 神戸市須磨区平田町2丁目3-9
新板宿ビル5F

無断転載を禁ず

ジェフリー・ハーンとリチャード・エルスグパートによる 《コリオグラフィーの追求》

シンプルなフィギュアを追求し、競技用グループへ発展させます。この様な専門的な手法を見て、そして身につけましょう。チャチャチャ、サンバ、ルンバ、パソドブレ、そしてジャイブのそれぞれ3グループを収録しました。どのようにシェーブ、リズムを基本のフィギュアから競技用へと発展させて行くのかお見せ致します。

このビデオは皆様の勉強の機会を広げることでしょう。そして、皆様も16とおりの踊りやすく、かつ競技向けグループが使えるようになることでしょう。

ジェフリー・ハーン解説によるダンスマスター・ビデオシリーズ

	作品番号	作 品 名	内 容
モダン	M-1	ボールルームラインズ	13の有名ピクチュアフィギュアの紹介と23のそれを使った競技用グループ。
	M-2	ボールルームコンペティションフィギュア vol. 1	20の基本フィギュアを競技用グループにまとめたフィギュア集。
	M-3	ボールルームコンペティションフィギュア vol. 2	14の基本フィギュアと、それを使った20の競技用グループ。
	M-4	ボールルームライン90年スタイル	8の基本的ピクチュアフィギュアとそれを使った15のグループ。
	M-5	ボールルームライト&シェイド	リズムとシェイプそして振り付けの角度から12の競技用グループ+世界チャンピオンの華麗なデモ。
	M-6	デベロッピングコリオグラフィー	世界チャンピオン マーカス&カレンヒルトンが踊る、15の競技用フィギュアの解説とデモンストレーション。
	B-1	マスター イン キャバレット	ヒリアー、ヒルトン、ウェルシユ、ジョンウッドらの世界チャンピオンによるフルデモンストレーション。
ラテン	L-1	ラテンコンペティティブアクションズ	5つの基本的フィギュアのテクニックとスタイルを15の競技グループの中で解説。
	L-2	ラテンアームスインフォーカス	最近のラテンダンスの腕と手のシェイプとリズムを15の競技グループの中で解説。
	L-3	ラテンライト&シェイド	5種目のラテンダンスをリズムとアクションの面から対比させ15のグループで解説。
	L-4	デベロッピングコリオグラフィー	見て学ぶシリーズ、15の競技用グループとリチャード&エルスポーター組のデモ。

当社取り扱い商品

- ・ダンスシューズ ハーン社、スーパー社
- ・C D ダンス用CD、(世界各国の物から日本盤まで)
- ・小 物 ヒールカバー、ストッキング、つけづめ、男性用燕尾用小物セット、等

カタログをご送付致します。お問い合わせください。



ハーン&スペンサージャパン

●電話でのお申込みは—

■0120-078-736

●FAXでのお申込みは—

24時間受付(078)736-2059

受付時間:AM 10:00~PM 6:00 日曜・祝日は休ませていただきます。