

## 第6回 ブルース 1 と ジルバ 2

1. チャチャチャ、ワルツ、ジルバ、マンボの復習。
  2. 全てのワルツの「1」では、前進をヒール・リードでとることを説明する。後退の時は、出来るだけ「前の足」の（「3」）爪先を上げることを説明。
  3. ブルース ワルツは 3/4 拍子であったが、ブルースは 4/4 拍子であること、基本的なリズムは S.S.Q.Q. であることを説明。2 歩前進又は 2 歩後退と教え、チェック・バックは「1 歩前進、1 歩後退」（前進、戻すでも良い）。それに対しピボット・ターンは「後退、前進」と教える。（最初回転は少なめで良い）
  4. 今後、数多く出てくる「ナチュラル・…」について説明する。即ち、既に L.O.D. については説明したが、その為には右回り（右の肩を後ろに引く）が多くなると L.O.D. に沿って踊れない。従って、右に回るステップ（男性が前進して）を「ナチュラル何々」反対に回るものを「リバース・…」という。ピボット・ターンは、クォーター・ターンを少し多く廻った（135 度）ナチュラル・ターンの前半の後に（LOD に背面した後）続ける。L.O.D. に沿って踊るため、回転角度、壁斜め等アライメントを理解させる。
  5. ジルバの新しいフィガー リンクの後にウォークスを続け、女子を押し出して（自分は戻って）右回り左回りに入る。チェンジ・オブ・ハンド・ビハインド・バックのリードと手の変え方（男子は後ろ向きになりながら、右手を上から取ること）を理解させる。（リズムは同じく全て「S.S.Q.Q.」で教える）
  6. ジルバの「1」で、ダブル・ホールドで互いに前進、後退のベーシック・ムーブメントが続けて出来る様であったら、出来れば、「S.S.Q.Q.」ではなく、「1.2.3.4.5.6.」と細かくリズムをとる方法を教えたい。即ち、「1.」と「3.」で傍にタップする方法。（第3回ジルバ の最後で説明済み）
- ◎ ジルバの最終ルーティン ベーシック、右回り、左回り、ダブル・ホールドのベーシック（2回）、リンク、ウォークス、右回り、左回り、チェンジ・オブ・ハンズ・ビハインド・バックと左回り（2回）、リンク。で最初のベーシックに戻る。（必ず、ベーシックに戻る） 合計 S.S.Q.Q.×14（21小節）