

# 初級編 I 前半

## 第5回 タンゴ 3 と チャチャチャ 4

1. 前回までのチャチャチャとワルツ・ルンバ・タンゴの練習。
2. タンゴの新しい基本フィガー (4 番) (基本リズムとは異なる)
  - ① フォア・ステップ (Four Step) (回転無し と有り の両方を練習する)  
左足 CBMP に前進 (Q) 右足横少し後へ (Q) 左足 CBMP に後退 (Q)  
右足 P.P. で左足の少し後に揃える (Q) (プロムナードへ…P.P.)
  - ② ナチュラル・ツイスト・ターン (Natural Twist Turn)  
左足 P.P. で横に (S) 右足左足をアクロスして前進 (Q) 左足女子の前を横  
切って横へ (Q) 右足左足の後ろに交差 (S) 左足の踵と右足のボールで  
右に回転 (Q. Q.) 女子は第4歩で左足前進 (S.)、右足を男子の外へ大  
きく前進 (Q)、左足を右足に揃えてボールで回転 (Q)、P.P. で終る。  
(クローズド・プロムナードを踊り、1 番に続ける)
3. チャチャチャの新しいフィガー
  - ⑥ オープン・ベーシック 2.3.4.&.1.
  - ⑦ ナチュラル・トップ (Natural Top.) の終りの5歩 2.3.4.&.1.  
シャッセを入れる以外は、ルンバと同じ。最後で女子を右に廻す用意。
  - ⑧ ロープ・スピニング (スパイラル) (Rope Spinning) 2.3.4.&.1.×2  
トップの最後で左手を上へ挙げ女子を右へ回す、女子は男子の後から左を前  
進、シャッセを踊り、クローズド・ポジションで終る。 2.3.4.&.1.×2
  - ⑨ ナチュラル・オープニング・アウト・ムーブメント  
男子、左足横、右足に戻す、その場でシャッセ (2.3.4.&.1.)  
女子、右へ1/2 廻り右足後退、左へ1/2 廻り左足に戻る、男子に向き合い  
小さくシャッセ (2.3.4.&.1.) ベーシックの後半を踊る 2.3.4.&.1.×2
  - ⑩ クロス・ベーシック (ワパチャ・タイミング と 発展 で踊る)  
男子、左足トウを外に向けて右足の前に、右足少し右の方へ後退、左足横  
へシャッセ左右左。 女子、右足トウを外に向けて左足の後ろに交叉、  
左足少し左の方へ前進、シャッセ右左右の最後の足で左へ1回転する。  
タイミングは、2. を休んでから、&.3.4.&.1. と取る。ベーシックの後半と  
クロス・ベーシックをもう1度踊る。10 小節 2.&.3.4.&.1. 2.3.4.&.1.×2