

Roundalab Manuals



ROUNDALAB

Revised July, 2016

ラウンドラブ マニュアル

2016 年 7 月改訂



一般社団法人日本スクエアダンス協会

Japan Square Dance Association

はじめに

一般社団法人日本スクエアダンス協会（以下当協会といいます）のラウンドダンス・プログラムは国際ラウンドダンス指導者協会（以下 ROUNDALAB といいます）の Phase Rating System に準拠しています。また、当協会のラウンドダンス・プログラムにおける定義及びスタイリングは ROUNDALAB MANUALS に準拠しています。

しかしながら、英語で書かれた ROUNDALAB 資料を正しく理解することは、日本の多くのラウンドダンス指導者にとって大変難しい作業です。言語の壁は指導者が ROUNDALAB から最新の技術情報を得る妨げとなっていました。

そこで、当協会は ROUNDALAB の許諾を得て、ROUNDALAB 資料の日本語版を作成することになりました。翻訳につきましては当協会技術委員会ラウンドダンス小委員会委員の萩原洋氏にお願いしました。訳文の内容はラウンドダンス小委員会が確認し、技術委員会が承認しています。

日本のラウンドダンス指導者が一人でも多くこの資料を活用し、ラウンドダンスの普及に役立てていただければ幸いです。

2010 年 7 月 25 日

一般社団法人日本スクエアダンス協会

- 本資料は ROUNDALAB の許諾を得て、一般社団法人日本スクエアダンス協会が制作し発行するものです。
- 本資料の内容は ROUNDALAB の資料に基づいています。
- 一部または全ての引用、配布物の製作は非売品であることを条件にこれを許可します。
- いかなる配布物または引用においても、本資料内の情報についての変更や改訂はできません。
- 本資料について不明な点等がございましたら当協会事務局にお問い合わせください。

目 次

用語集-----	5	Lunge -----	32
一般用語-----	7	Maneuver -----	32
方向-----	14	Pickup -----	32
ポジション-----	16	Roll -----	33
リズム-----	20	Skip -----	33
アクションとムーブメント フェイズ I ---	25	Unwind -----	33
Bow -----	25	アクションとムーブメント フェイズⅢ-----	34
Bump -----	25	Dishrag -----	34
Curtsey -----	25	Fan -----	34
Draw -----	25	Flare -----	34
Heel -----	26	Flick -----	34
Point -----	26	Hook -----	35
Shake -----	26	Rise -----	35
Stamp -----	26	Buzz -----	35
Tap -----	26	Chair -----	35
Toe -----	26	Change Point -----	35
Touch -----	26	Figure 8 -----	35
Wiggle -----	26	Heel Pivot -----	35
Back -----	26	Slip -----	35
Behind -----	27	Swivel Walk -----	36
Chug -----	27	アクションとムーブメント フェイズⅣ-----	37
Close -----	27	Leg Crawl -----	37
Cross -----	27	Sway -----	37
Face -----	28	Hip Rock -----	37
Forward -----	28	トウ・ステップ フェイズ I -----	38
Recover -----	28	Balance Away and Together-----	39
Rock -----	28	Balance Forward and Back-----	39
Run -----	28	Balance Left and Right -----	39
Side -----	28	Box -----	40
Slide -----	28	Circle Away and Together-----	40
Step -----	29	Cross Walk-----	41
Stomp -----	29	Lady Under-----	41
Stroll -----	29	Man Under -----	41
Strut -----	29	Reverse Box -----	41
Thru -----	29	Side Two Step-----	41
Walk -----	29	Side Two Step Apart and Together -----	42
アクションとムーブメント フェイズⅡ ---	30	Two Step, Back -----	42
Brush -----	30	Two Step, Forward -----	42
Kick -----	30	トウ・ステップ フェイズⅡ -----	43
Knee -----	30	Back Lock -----	44
Lift -----	30	Back Lock Back-----	44
Pivot -----	31	Back to Back-----	45
Spin -----	31	Basketball Turn -----	45
Swing -----	31	Box Variations-----	46
Swivel -----	31	Box Left Turning -----	46
Twist -----	31	Box Right Turning -----	46
Unwrap -----	31	Broken Box -----	47
Wrap -----	31	Circle Box -----	47
Check -----	31	Open Box -----	47
Cut -----	32	Open Reverse Box -----	48
Dip -----	32	Progressive box -----	48
Hop -----	32	Solo Left Turning Box -----	48
Lock -----	32	Traveling Box -----	49

Breakaway -----	49	ワルツ フェイズ I -----	67
Change Sides-----	49	Apart and Together -----	67
Charleston -----	50	Balance Forward and Back-----	68
Circle Chase -----	50	Balance Side -----	68
Circle Pickup -----	51	Box -----	68
Cut Back -----	51	Circle Away and Together-----	69
Door -----	51	Lady Under-----	69
Face to Face-----	51	Man Under -----	69
Face to Face and Back to Back -----	52	Reverse Box -----	70
Forward Lock -----	52	Waltz Away and Together-----	70
Forward Lock Forward -----	52	ワルツ フェイズ II -----	71
Hitch -----	52	Back Twinkle -----	72
Hitch Forward and Back-----	53	Back Waltz-----	72
Hitch Four -----	53	Box Variations -----	72
Hitch Scissors-----	53	Box Left Turning -----	72
Lace -----	54	Box Right Turning -----	73
Limp -----	54	Open Box -----	73
Limp Front -----	54	Open Reverse Box -----	73
Progressive Balance Away and Together	55	Progressive Box -----	73
Progressive Scissors -----	55	Solo Left Turning Box -----	74
Quick Two Step -----	55	Canter -----	74
Reverse Twirl -----	56	Change Sides-----	74
Reverse Twirl Vine -----	56	Cross Wrap -----	75
Rock Steps -----	56	Forward Waltz -----	75
Sand Step -----	56	Lace -----	75
Scissors -----	57	Left Face Turning Waltz -----	76
Scissors Hitch-----	57	Maneuver -----	76
Scout -----	57	Pickup -----	76
Skate -----	57	Progressive Twinkle -----	77
Sliding Door -----	58	Reverse Twirl-----	77
Spot Spin-----	58	Reverse Twirl Vine -----	77
Step Swivel -----	58	Right Face Turning Waltz -----	78
Thru Scissors -----	58	Roll -----	78
Traveling Door-----	59	Solo Waltz Turn-----	78
Twirl -----	59	Spin Maneuver-----	79
Twirl Vine -----	59	Spot Spin -----	79
Twisty Vine -----	59	Sway -----	79
Two Turning Two Steps -----	60	Thru Side Close-----	79
Vine -----	60	Thru Twinkle -----	80
Vine Open -----	60	Turn Face Close -----	80
Vine Apart and Together -----	61	Twinkle -----	80
Vine Eight -----	61	Twirl -----	81
Vine Four -----	61	Twirl Vine -----	81
Vine Three-----	62	Twisty Balance -----	81
Wheel -----	62	Twisty Vine -----	81
トゥ・ステップ フェイズ III -----	63	Vine Six -----	82
Fishtail -----	63	Vine Three-----	82
Pivot Right Face -----	64	Wheel -----	82
Stair Forward -----	64	ワルツ フェイズ III -----	83
Stair Side -----	64	Back Back/Lock Back -----	83
Strolling Vine-----	65	Box Finish -----	84
Susie Q -----	65	Chasse -----	84
Two Left Turning Two Steps -----	66	Chasse Variations -----	84
Whaletail -----	66	Forward Chasse -----	84
		Thru Chasse to Banjo Position -----	84

Thru Chasse to Semi-Closed Position ---	85	Time Step -----	108
Turn Left & Right Chasse -----	85	Traveling Door-----	108
Forward Forward/Lock Forward -----	85	Underarm Turn -----	109
Hover -----	85	Walk -----	109
Hover Variations -----	86	Whip -----	109
Back Hover -----	86	チャチャ フェイズIV -----	110
Cross Hover -----	86	Aida -----	111
Forward Hover -----	86	Alemana -----	111
Hover Fallaway -----	87	Alemana from a Fan -----	112
Thru Hover -----	87	Cross Body -----	112
Impetus to Semi-Closed Position -----	87	Develope -----	113
Interrupted Box -----	88	Fan[from 1/2 Basic] -----	113
Pivot to Semi-Closed Position -----	88	Flirt -----	113
Slip Pivot-----	89	Hockey Stick -----	114
Spin Turn-----	89	Parallel Chase -----	114
Whisk -----	89	Switch -----	115
Wing -----	90	Switch Rock -----	115
ワルツ フェイズIV -----	91	Trade Places -----	115
Chair and Slip -----	92	Triple Cha Forward or Back -----	116
Change of Direction -----	92	Umbrella Turn -----	117
Develope -----	92	ルンバ フェイズIII -----	119
Diamond Turn -----	93	Back Basic -----	120
Drag Hesitation -----	94	Basic -----	120
Hesitation Change -----	94	Break -----	120
In and Out Runs -----	94	Chase -----	121
Natural Hover Fallaway -----	95	Chase with Underarm Pass -----	121
Oversway -----	95	Chase Peek-a-Boo-----	121
Promenade Sway -----	95	Chase Peek-a-Boo Double -----	122
Quick Diamond Four -----	95	Circle Away and Together -----	123
Telemark to SCP -----	96	Corte -----	123
Weave to Banjo Position -----	96	Crab Walks -----	123
Weave to SCP -----	97	Cucaracha -----	124
チャチャ フェイズIII -----	98	Cucaracha Cross -----	124
Back Basic -----	99	Fence Line-----	124
Basic -----	99	Forward Basic-----	124
Break -----	99	Hand to Hand -----	125
Chase -----	100	Kiki Walks-----	125
Chase with Underarm Pass -----	100	Lariat -----	125
Chase Peek-a-Boo-----	101	New Yorker -----	126
Chase Peek-a-Boo Double -----	102	Open Break -----	126
Circle Away and Together -----	103	Progressive Walks -----	126
Crab Walks -----	103	Reverse Underarm Turn -----	126
Cucaracha -----	104	Sand Step -----	127
Fence Line-----	104	Shoulder to Shoulder-----	127
Forward Basic-----	104	Side Walks -----	127
Hand to Hand -----	105	Sliding Door -----	128
Lariat -----	105	Spot Turn-----	128
New Yorker -----	106	Thru Serpiente-----	128
Open Break-----	106	Time Step -----	128
Reverse Underarm Turn-----	106	Underarm Turn-----	129
Sand Step -----	107	Whip -----	129
Shoulder to Shoulder -----	107	ルンバ フェイズIV -----	130
Side Walks-----	107	Aida -----	130
Sliding Door-----	108	Alemana -----	131
Spot Turn -----	108	Alemana from a Fan -----	131

Cross Body -----	132	Telemark to SCP -----	152
Develope -----	132	Weave to Banjo Position -----	152
Fan[from 1/2 Basic] -----	132	Weave to SCP -----	153
Flirt -----	133	クイックステップ フェイズⅢ -----	154
Hockey Stick -----	133	Fishtail -----	154
Latin Whisk -----	133	Hover -----	155
Switch -----	134	Back Hover -----	155
Switch Rock -----	134	Forward Hover -----	155
Trade Places -----	134	Hover Fallaway -----	156
フォックストロット フェイズⅢ -----	135	Thru Hover -----	156
Back Back/Lock Back -----	136	Quarter Turn and Rroressive Chasse ---	157
Box -----	136	Impetus to SCP -----	157
Box Variations -----	136	Spin Turn -----	158
Box Finish -----	136	Whaletail -----	158
Box Left Turning -----	136	Whisk -----	159
Progressive Box -----	137	Wing -----	159
Chasse -----	137	ジャイブⅢ -----	160
Chasse Variations -----	137	Kick Ball Change -----	161
Forward Chasse -----	137	Point Step -----	161
Thru Chasse (to Banjo Position)-----	137	Rock the Boat -----	161
Thru Chasse (to Semi-Closed Position)-	138	タンゴ フェイズⅢ -----	162
Turn Left & Right Chasse -----	138	Corte -----	162
Forward Forward/Lock Forward -----	138	Side Corte -----	163
Forward Run Two -----	138		
Hover -----	139		
Hover Variations -----	139		
Back Hover -----	139		
Cross Hover -----	140		
Forward Hover -----	140		
Hover Fallaway -----	140		
Thru Hover -----	141		
Impetus to Semi-Closed Position-----	141		
Interrupted Box -----	142		
Left Face Turn-----	142		
Maneuver -----	143		
Right Face Turn-----	143		
Slip Pivot -----	143		
Spin Turn -----	144		
Twisty Vine -----	144		
Vine -----	144		
Whisk -----	144		
Wing -----	145		
フォックストロット フェイズⅣ -----	146		
Chair and Slip -----	147		
Change of Direction -----	147		
Develope -----	148		
Diamond Turn -----	149		
Drag Hesitation -----	150		
Hesitation Change -----	150		
In and Out Runs -----	150		
Natural Hover Fallaway -----	151		
Oversway -----	151		
Promenade Sway -----	151		
Quick Diamond Four -----	151		
Reverse Turn -----	152		

用語集

◎掲載項目一覧

●General Terms(一般用語)

Across(アクロス)	Action(アクション)	Adjust(アジャスト)
And(アンド)	Apart(アパート)	Around(アラウンド)
Away(アウェイ)	Back(バック)	Backward(バックワード)
Beat(ビート)	Blend(ブレンド)	Bounce(バウンス)
Bridge(ブリッジ)	Change of Weight(チェンジ・オブ・ウエイト)	
Choreographer(コレオグラファー)		Clinic(クリニック)
Clockwise(クロックワイズ)	Comma(カンマ)	Count(s)(カウント)
Counterclockwise(カウンタクロックワイズ)		
Cuban Action(キューバン・アクション)		Cue Sheet(キュー・シート)
Cues(キューズ)	Drift Apart(ドリフト・アパート)	
End(ing)(エンド／エンディング)		
Explotson(エクスプロージョン)		Facing(フェイスング)
Figure(フィギュア)	Float Apart(フロート・アパート)	
Follow(フォロー)	Forward(フォワード)	Frame(フレーム)
Free Foot(フリー・フット)	Freeze(フリーズ)	Head Cues(ヘッド・キューズ)
Hold(ホールド)	Hyphen(ハイフン)	In Place(イン・プレイス)
Interlude(インターリュード)	Introduction(イントロダクション)	
Lead Foot(リード・フット)	Lead Hand(リード・ハンド)	Leading(リーディング)
Looking Circle(ルッキング・サークル)		
Modified(モディファイド)	Movement(ムーブメント)	Opposite(オポジット)
Overturn(オーバーターン)	Position(ポジション)	Quick(クイック)
Same(セイム)	Semicolon(セミコロン)	Sequence(シークエンス)
Slash(スラッシュ)	Slow(スロー)	Soft(ソフト)
Solo(ソロ)	Stretch(ストレッチ)	
Supporting Foot(サポーター・フット)		Syllabus(シラバス)
Syncopation(シンコペーション)		Tag(タグ)
Trail Foot(トレイル・フット)	Trail Hand(トレイル・ハンド)	Transition(トランジション)
Underturn(アンダーターン)	Workshop(ワークショップ)	

●Directions(方向)

Center of Hall(センター・オブ・ホール)
Diagonal Line of Dance and Center of Hall (ダイアゴナル・ライン・オブ・ダンス・アンド・センター・オブ・ホール)
Diagonal Line of Dance and Wall(ダイアゴナル・ライン・オブ・ダンス・アンド・ウォール)
Diagonal Reverse Line of Dance and Center of Hall (ダイアゴナル・リバース・ライン・オブ・ダンス・アンド・センター・オブ・ホール)
Diagonal Reverse Line of Dance and Wall (ダイアゴナル・リバース・ライン・オブ・ダンス・アンド・ウォール)
Line of Dance(ライン・オブ・ダンス)
Reverse Line of Dance(リバース・ライン・オブ・ダンス)

Wall(ウォール)

●Positions(ポジション)

Aida Line(アイダ・ライン)	Back to Back(バック・トゥ・バック)	
Banjo(バンジョー)	Bolero(ボレロ)	Butterfly(バタフライ)
Butterfly Banjo(バタフライ・バンジョー)		
Butterfly Sidecar(バタフライ・サイドカー)		Closed(クローズド)
Cuddle(カドル)	Escort(エスコート)	
Facing No Hands joined (フェイスング・ノー・ハンズ・ジョインド)		
Fan(ファン)	Half Open(ハーフ・オープン)	Hand Shake(ハンド・シェイク)
Left *** (レフト・***)	Left Half Open(レフト・ハーフ・オープン)	
Left Open(レフト・オープン)	Left Open Facing(レフト・オープン・フェイスング)	
Loose Closed(ルーズ・クローズド)		Open(オープン)
Open Facing(オープン・フェイスング)		
Reverse Semi-Closed(リバース・セミ・クローズド)		
Semi-Closed(セミ・クローズド)		Shadow(シャドー)
Sidecar(サイドカー)	Skaters(スケーターズ)	
Skirt Skaters(スカート・スケーターズ)		Sombrero (ソンブレロ)
Star (Left Hand or Right Hand) (スター (レフト・ハンド 又は ライト・ハンド))		
Tamara(タマラ)	Tandem(タンデム)	Varsouvienne(バルソビアナ)
Left Varsouvienne(レフト・バルソビアナ)		
Man's Varsouvienne(マンズ・バルソビアナ)		
Man's Left Varsouvienne(マンズ・レフト・バルソビアナ)		Wrapped(ラップド)

●Rhythm(リズム)

Bolero(ボレロ)	Cha Cha(チャチャ)	
Five Count Rhythm(ファイブ・カウント・リズム)		Foxtrot(フォックストロット)
Jive(ジャイブ)	Single Swing(シングル・スウィング)	
Double Swing(ダブル・スウィング)		
Triple Swing(トリプル・スウィング)		
Latin Rhythms(ラテン・リズムズ)		Mambo(マンボ)
Merengue(メレンゲ)	Modern Rhythms(モダン・リズムズ)	
Paso Doble(パソ・ドブレ)	Polka(ポルカ)	Quickstep(クイックステップ)
Rumba(ルンバ)	Samba(サンバ)	
Slow Two Step(スロー・トゥ・ステップ)		Tango(タンゴ)
American Tango(アメリカン・タンゴ)		
English Tango(イングリッシュ・タンゴ)		
Tango Argentina(タンゴ・アルゼンチーナ)		Two Step(トゥ・ステップ)
Waltz(ワルツ)	Viennese Waltz(ビアニーズ・ワルツ)	
West Coast Swing(ウエスト・コースト・スウィング)		

◎書式

各アクション又はムーブメントは次のような書式で記載されている。

- 1行目 用語の名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
2行目 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

3行目以降 用語の説明 説明は特に指定のない限り男女共通である。(必要に応じ注記等)

◎General Terms(一般用語)

●Across(アクロス)

[省略形] acrs

ダンスの進んでいく方向を横切る動き。

●Action(アクション)

[省略形] 規定無し

体重移動を伴わない動作。

●Adjust(アジャスト)

[省略形] adj

Blendを参照。

●And(アンド)

[省略形] &

1つのビートで2つのステップを行う場合の2つ目のステップを行うタイミングを表す。

これとは別にホールドを意味する場合もありまた、動き始める際の合図としても用いられる。

[参考] 日本では動き始める際の合図として「いち、に、さん、ハイ」などと声をかけるが、アメリカでは「Ready And Go」(レディ・アンド・ゴー)と声をかけることがある。

●Apart(アパート)

[省略形] apt

パートナーから離れる動き。但し、パートナーから真っ直ぐに離れる動きを言い、LODに進みながらパートナーから離れるような場合にはアパートとは言わない。例えば Waltz Away や Circle Away などの動きはアパートではない。

●Around(アラウンド)

[省略形] arnd

円周上を継続して動き、指示されたポジション及び、方向になること。

●Away(アウェイ)

[省略形] awy

パートナーから離れる動き。但し、真っ直ぐにパートナーから離れるのではなく、Waltz Away や Circle Away などように進みながらパートナーから離れる場合を言う。

●Back(バック)

[省略形] bk

後方のこと。

●Backward(バックワード)[省略形] bwd

後方への動き。

●Beat(ビート)[省略形] bt

拍のこと。(音の規則的な刻みのこと)

●Blend(ブレンド)[省略形] 規定無し

あるポジションから他のポジションになめらかに替わること。

●Bounce(バウンス)[省略形] 規定無し

体を上下に動かすこと。通常シンコペイテッド(syncopated)タイミングで用いられる。

[注記] シンコペイテッド(syncopated)については Syncopation を参照のこと。

●Bridge(ブリッジ)[省略形] brg

振付けの一部を指す。ダンスを構成する主要なパートを接続する部分で、2小節以下のものを言う。

●Change of Weight(チェンジ・オブ・ウエイト)[省略形] chg of wgt

片方の足からもう片方の足に体重を移すこと。

●Choreographer(コレオグラファー)[省略形] 規定なし

振付師。

●Clinic(クリニック)[省略形] 規定無し

フィギュアやポジション等について詳しく説明する講習等。

●Clockwise(クロックワイズ)[省略形] CW

時計回り(右回り)。

●Comma(カンマ)[省略形] ,

呼間の終わりを示す記号。

●Count(s)(カウント)

[省略形] ct[s]

1拍または複数の拍。

●Counterclockwise(カウンタクロックワイズ)

[省略形] CCW

反時計回り(左回り)。

●Cuban Action(キューバン・アクション)

[省略形] 規定なし

腰から胸にかけての特徴的な動き。体を前後に動かす場合でも腰の動きは通常左右となる。

●Cue Sheet(キュー・シート)

[省略形] 規定なし

特定のダンスの振付に関する説明や指示が書かれたもの。

●Cues(キューズ)

[省略形] 規定なし

簡易的な説明のための又は、ダンサーが振付を思い出すのを助ける省略された指示。

通常キューズは男性に対する指示であり女性はそれに対応した女性の動きを行うが、男性女性両方に指示をする場合もある。

[注記] 日本では「キューズ」より「キュー」と言う方が一般的である。

●Drift Apart(ドリフト・アパート)

[省略形] 規定なし

パートナーに互いに近付いた状態から、手を繋いだまま腕の長さまでパートナーと離れること。

●End(ing)(エンド／エンディング)

[省略形] 規定なし

振付けの一部を指す。ダンスの終わりの部分を言う。

●Explosion(エクスプロージョン)

[省略形] 規定なし

パートナーから離れる素早い動き。通常、内側の手は繋いだまま Explosion した後はオープン・ポジション又はレフト・オープン・ポジションとなる。外側の手の動きは振付による。

●Facing(フェイシング)

[省略形] FCG

Facing は次の二つの場合に用いる。一つはダンサーの向きを示す場合。[例: man facing Line of Dance(男性は LOD 向き)] もう一つはパートナー同士が向き合っていることを示す場合。一般的に「フェイシング・ポジション」という言葉は、手をつないでいる、いないに関わらずパートナーと向き合っているポジションのことを指す。

●Figure(フィギュア)

[省略形] fig

1小節以上にわたるステップの組合せのこと。アクションを含む場合もある。

●Float Apart(フロート・アパート)

[省略形] float apt

Drift Apart を参照。

●Follow(フォロー)

[省略形] 規定なし

リードする人が行う視覚的又は身体的な指示に適切に反応すること。リードは一般的に男性が行う。

●Forward(フォワード)

[省略形] fwd

前方への動き。

●Frame(フレーム)

[省略形] 規定なし

ダンスにおける上半身や体の上部[頭、首、肩、腕、手]の位置のこと。よい「フレーム」は下半身(腰、脚、足)とともに、良いバランスやリード、フォロー、動作、容姿を作り出す。

●Free Foot(フリー・フット)

[省略形] free ft

体重の乗っていない足。

●Freeze(フリーズ)

[省略形] 規定なし

指示された間、体も足も動かさないこと。

●Head Cues(ヘッド・キューズ)

[省略形] 規定なし

キューシートの詳細説明の上側に書かれた部分のこと。通常4小節ずつ書かれており、太字が用いられている。

[注記] 日本では「ヘッド・キューズ」より「ヘッド・キュー」と言う方が一般的である。

●Hold(ホールド)

[省略形] 二

1カウントの間、ステップやアクションを行わないこと。

●Hyphen(ハイフン)[省略形] -

1カウントの間、ホールドすることを示す記号。

●In Place(イン・プレイス)[省略形] in plc

その場で移動せずに一方の足から他方の足に体重を移動すること。

●Interlude(インターリュード)[省略形] intld

振付けの一部を指す。ダンスの主要なパートを接続する部分で、3小節以上のものを言う。

●Introduction(イントロダクション)[省略形] intro

振付けの一部を指す。ダンスの初めの部分を言う。Wait の部分も含む。

●Lead Foot(リード・フット)[省略形] ld ft

男性の左足、女性の右足。

●Lead Hand(リード・ハンド)[省略形] ld hnd

男性の左手、女性の右手。

●Leading(リーディング)[省略形] ldg

ダンスの振付けを通してパートナーに指示すること。男性が行う。

[注記] 日本では「リーディング」より「リード」と言う方が一般的である。

●Looking Circle(ルッキング・サークル)[省略形] 規定なし

ダンスの説明の際、全員がインストラクターを見ることが出来るようにカップルで円心を向き男性が女性の斜め後ろに立つこと。

●Modified(モディファイド)[省略形] mod

フィギュアや振付けの一部を変更すること。

●Movement(ムーブメント)[省略形] mvt

体重移動を伴う動作のこと。

●Opposite(オポジット)

[省略形] opp

男性が右足でステップする際に女性が左足をステップするなど、男女が反対の足や反対の手を使うこと。

男女が反対の足でステップすることを Opposite Footwork(オポジット・フットワーク)という。

●Overturn(オーバーターン)

[省略形] ovrtrn

回転を伴うフィギュアにおいて通常の回転量より多く回転すること。

●Position(ポジション)

[省略形] pos

ラウンドダンスを踊る際のパートナーとの位置関係や手のとり方などのこと。

●Quick(クイック)(タイミングを表す場合)

[省略形] Q

1ビートで1つのステップ又はアクションを行うこと。

●Same(セイム)

[省略形] 規定なし

男性が右足でステップする際に女性も右足をステップするなど、男女が同じ足や同じ手を使うこと。
男女が同じ足でステップすることを Same Footwork(セイム・フットワーク)という。

●Semicolon(セミコロン)

[省略形] ;

小節の終わりを示す記号。

●Sequence(シークエンス)

[省略形] seq

フィギュアやアクションの順番。

●Slash(スラッシュ)

[省略形] /

1カウントを複数に分けるための記号。

●Slow(スロー)(タイミングを表す場合)

[省略形] S

2ビートで1つのステップ又はアクションを行うこと。

●Soft(ソフト)

[省略形] 規定なし

身体や身体の一部をリラックスさせた状態を保つこと、又はそのような状態での動きのこと。膝に関する説明においては、リラックスした状態や少し曲げた状態のことを言う。腕に関する説明においては、硬直したり、緊張したり、無理に伸ばしたりしていない状態のことを言う。スタイリングに関する説明においては、フィギュア、ムーブメント、アクションの予備動作や始めと終わりの部分で、鋭い動きや歯切れの良い動きとは対照的な、リラックスしてなめらかで優雅な状態のことを言う。

●Solo(ソロ)

[省略形] 規定なし

あるフィギュアをパートナーと手を取らないで個々で行うこと。

●Stretch(ストレッチ)

[省略形] 規定なし

体を伸ばすこと。一般的に左右どちらかを他方より、より伸ばす。

●Supporting Foot(サポーター・フット)

[省略形] supporting ft

体重の乗っている足。

●Syllabus(シラバス)

[省略形] 規定なし

ダンスのイベント(アニバーサリー、コンベンションなど)で配布するキューシートや教育的な資料の冊子のこと。その他の情報[例:ダンスプログラム、インストラクターの履歴、参加者リストなど]も含まれていることもある。シラバスは一般的に紙や電子媒体[例:CD]で配布される。

●Syncopation(シンコペーション)

[省略形] sync

強拍と弱拍の通常的位置関係を変えること。例えば通常ワルツは123で踊るが、ある部分だけを12&3で踊る場合などを指す。

あるフィギュアをシンコペーションを使って動く場合、Syncopated *** (シンコペイテッド ***)と**言う**。例えばVineを12&3で動く場合はSyncopated Vine (シンコペイテッド・バイン)と**言う**。

●Tag(タグ)

[省略形] 規定なし

End(ing)を参照。

●Trail Foot(トレイル・フット)

[省略形] trl ft

男性の右足、女性の左足。

●Trail Hand(トレイル・ハンド)

[省略形] trl hnd

男性の右手、女性の左手。

●Transition(トランジション)

[省略形] trans

オポジット・フットワーク(Opposite Footwork)からセイム・フットワーク(Same Footwork)に又は、セイム・フットワークからオポジット・フットワークに変えること。

[注記] オポジット・フットワークとセイム・フットワークについては Opposite、Same の項を参照のこと。

●Underturn(アンダーターン)

[省略形] undrtrn

回転を伴うフィギュアにおいて通常の回転量より少なく回転すること。

●Workshop(ワークショップ)

[省略形] 規定なし

ダンスの説明のための講習等のこと。

◎Directions(方向)

●Center of Hall(センター・オブ・ホール)

[省略形] COH

ライン・オブ・ダンスに向かって左の方向。円心、センターとも言う。

●Diagonal Line of Dance and Center of Hall

(ダイアゴナル・ライン・オブ・ダンス・アンド・センター・オブ・ホール)

[省略形] DLC

ライン・オブ・ダンス と センター・オブ・ホール の間の方向。斜め円心、DC(ディーシー)、ダイアゴナリ・センター(Diagonally Center)とも言う。

●Diagonal Line of Dance and Wall

(ダイアゴナル・ライン・オブ・ダンス・アンド・ウォール)

[省略形] DLW

ライン・オブ・ダンス と ウォール 間の方向。斜め壁、DW(ディーダブリュー)、ダイアゴナリ・ウォール(Diagonally Wall)とも言う。

●Diagonal Reverse Line of Dance and Center of Hall

(ダイアゴナル・リバース・ライン・オブ・ダンス・アンド・センター・オブ・ホール)

[省略形] DRC

リバース・ライン・オブ・ダンス と センター・オブ・ホール の間の方向。逆斜め円心、RDC(アールディーシー)、リバース・ダイアゴナリ・センター(Reverse Diagonally Center)とも言う。

●Diagonal Reverse Line of Dance and Wall

(ダイアゴナル・リバース・ライン・オブ・ダンス・アンド・ウォール)

[省略形] DRW

リバース・ライン・オブ・ダンス と ウォール の間の方向。逆斜め壁、RDW(アールディーダブルリュ)、リバース・ダイアゴナリ・ウォール(Reverse Diagonally Wall)とも言う。

●Line of Dance(ライン・オブ・ダンス)

[省略形] LOD

ダンスが進んでいく方向。ライン、LOD(エルオーディー)とも言う。

●Reverse Line of Dance(リバース・ライン・オブ・ダンス)

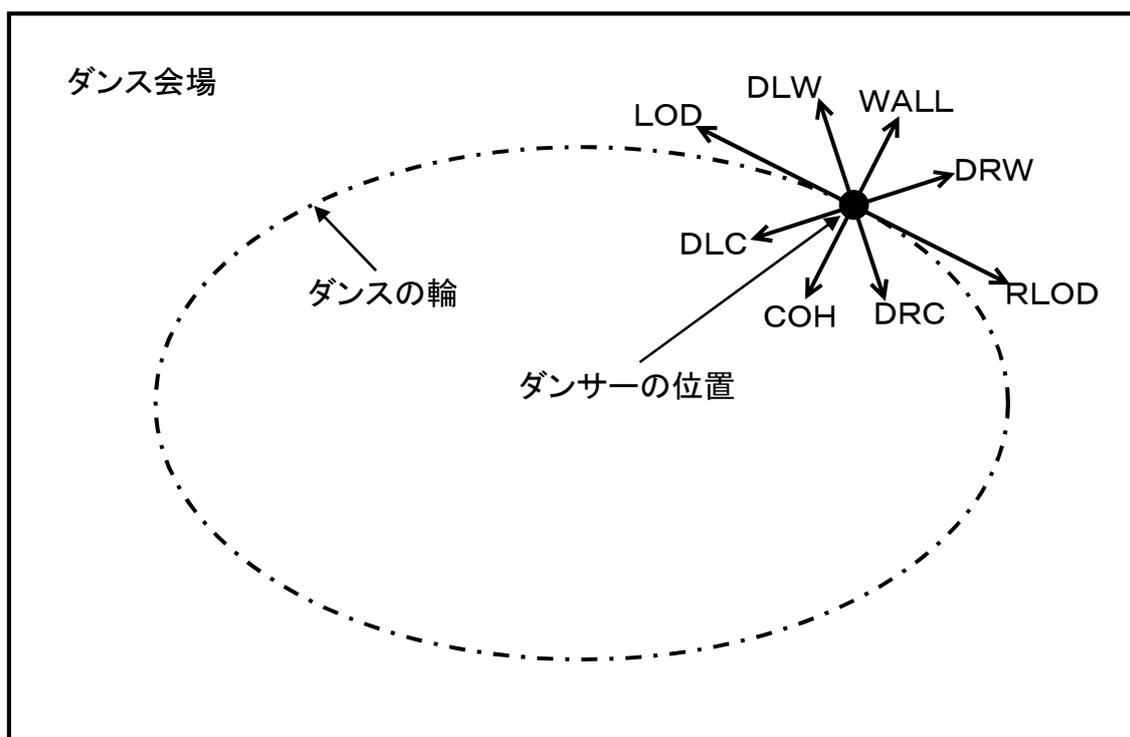
[省略形] RLOD

ダンスが進んでいく方向と反対の方向。リバース、リバース・ライン、逆LOD(エルオーディー)、RLOD(アールエルオーディー)とも言う。

●Wall(ウォール)

[省略形] 規定なし

ライン・オブ・ダンスに向かって右の方向。壁とも言う。



◎Positions(ポジション)

●Aida Line(アイダ・ライン)

[省略形] 規定なし

V・バック・トゥ・バック・ポジションで男性の左手と女性の右手を繋いで前に伸ばし、他の腕は横か又は斜め上に伸ばす。男女とも前を向き、男性は右足に女性は左足に体重を乗せ、他の足は前に伸ばすか又は床を軽く押してもよい。

上記説明では男性の左手と女性の右手を繋いでいるが、男性の右手と女性の左手を繋いだ上記とは全く左右が対称となったポジションでもよい。

[注記] V・バック・トゥ・バック・ポジションとは男女が横に並び、互いに遠い方の肩を少しパートナーに近づけるようにやや背中合わせになったポジションをいう。上から見た場合に“V”の字に見えるポジション。

●Back to Back(バック・トゥ・バック)

[省略形] 規定なし

パートナーと背中合わせのポジション。

●Banjo(バンジョー)

[省略形] BJO

上体はクローズド・ポジションのままで、右足を前にステップした際パートナーの左側にステップ出来るように腰を少し左に向けたポジション。

●Bolero(ボレロ)

[省略形] 規定なし

パートナーと向き合い、右腰を近づけて互いの右手をパートナーの腰に回したポジション。左手は肘を曲げ左側から内側にカーブを描いて上げる。左手を頭の上に上げてても良いが左手をつないだり、左手の指先が触れたりすることはない。異なる腕の使い方や左腰を近付けたりするバリエーションもある。

●Butterfly(バタフライ)

[省略形] BFLY

パートナーと向き合い、肩の高さで男性の左手と女性の右手、男性の右手と女性の左手を繋いだポジション。左右の肘はクローズド・ポジションのリードハンドのように保ち、クローズド・ポジションと同じように互いに少し左にずれる。

●Butterfly Banjo(バタフライ・バンジョー)

[省略形] BFLY BJO

バタフライ・ポジションから互いに少し左にずれたポジション。

●Butterfly Sidecar(バタフライ・サイドカー)

[省略形] BFLY SCAR

バタフライ・ポジションから互いに少し右にずれたポジション。

●Closed(クローズド)

[省略形] CP

パートナーと向き合い肩は平行に保つが、右足を前にステップした際パートナーの足の間にステップ出来るように互いに少し左にずれたポジション。

男性の右手首は女性の左脇の下に、手は女性の背中に置かれ、指と指は離さず指先はやや下を向ける。男性の右肘は高く保ち外を向ける。女性の左手は肘を曲げ、手を男性の右上腕に軽く添える。女性の左肘も高く保ち外を向ける(女性の左肘は男性の右肘より外側となる)。

男性の左手と女性の右手は繋いで緩やかなカーブを描いて横に伸ばし、手の高さはほぼ女性の肩の高さとする。

男女とも高く強くそして自身の左側に立たなければならない。上半身をストレッチすることで左側に立つことが出来るようになる。

●Cuddle(カドル)

[省略形] 規定なし

パートナーと向き合い、男性の手は女性のウエストの両側又は背中の中の下の部分(お尻のすぐ上)にやさしく置く。女性の手は男性の肩、首あるいは顔に当てる。

●Escort(エスコート)

[省略形] ESCP

オープン・ポジションから手を離し、男性は右肘を曲げて手を腰に当て、女性は左腕を男性の右腕に通し手を男性の前腕に添えたポジション。

●Facing No Hands joined (フェイスング・ノー・ハンズ・ジョインド)

[省略形] FCG NO HNDS JND

パートナーと手を繋がずに向き合ったポジション。手は繋がらないだけでなく互いにパートナーに触れない。

●Fan(ファン)

[省略形] 規定なし

男性の左手と女性の右手を繋ぎ、ある角度を持って向き合ったポジション。男性の向きに対して女性はほぼ90度右を向く。女性の右足は体重を乗せずに前方に置き、男性の左足は体重を乗せずに左側方に置く。

●Half Open(ハーフ・オープン)

[省略形] 1/2 OP

男女が同じ方向を向き女性が男性の右側に位置し、男性の右掌を女性の背中に当て、女性は左腕を男性の右腕の上を通し掌を男性の右肩或いは右肩のそばに置いたポジション。他の手は横に伸ばす。

●Hand Shake(ハンド・シェイク)

[省略形] 規定なし

パートナーと向き合い、右手同士を腰の高さで繋いだポジション。

●Left *** (レフト・***)

[省略形] L ***

あるポジションを鏡に映したように左右を反転したポジション。その名称は元のポジションの名称の前に「レフト」を付加する。例えばレフト・ハーフ・オープン・ポジションはハーフ・オープン・ポジションを左右反転したポジションである。

●Left Half Open (レフト・ハーフ・オープン)

[省略形] L 1/2 OP

男女が同じ方向を向き女性が男性の左側に位置し、男性の左掌を女性の背中に当て、女性は右腕を男性の左腕の上を通し掌を男性の左肩或いは左肩のそばに置いたポジション。他の手は横に伸ばす。

●Left Open (レフト・オープン)

[省略形] LOP

男女が同じ方向を向き女性が男性の左側に位置し、男性の左手と女性の右手を繋いだポジション。繋いだ手はやや前方とし、女性の手を上側とする。他の手は横に伸ばしてもよい。

●Left Open Facing (レフト・オープン・フェイスング)

[省略形] LOP-FCG

パートナーと向き合い、男性の左手と女性の右手を繋いだポジション。

●Loose Closed (ルーズ・クローズド)

[省略形] LCP

クローズド・ポジションから互いに少し離れたポジション。

●Open (オープン)

[省略形] OP

男女が同じ方向を向き女性が男性の右側に位置し、男性の右手と女性の左手を繋いだポジション。繋いだ手はやや前方とし、女性の手を上側とする。他の手は横に伸ばしてもよい。

●Open Facing (オープン・フェイスング)

[省略形] OP-FCG

パートナーと向き合い、男性の右手と女性の左手を繋いだポジション。

●Reverse Semi-Closed (リバース・セミ・クローズド)

[省略形] RSCP

クローズド・ポジションから男性が右に 1/8、女性が左に 1/8 向きを変えたポジション。

●Semi-Closed (セミ・クローズド)

[省略形] SCP

クローズド・ポジションから男性が女性を自身の右側に保ったまま上体をやや右に回転することで女性に右を向かせたポジション。女性はダンスの進んでいく方向を見る。

●Shadow(シャドー)

[省略形] SHDW

お互い同じ方向を向き、女性が男性の右前にいるポジション。パートナーと触れない振り付けもあるが、接触する方がリードとフォローができるので好ましい。

「シャドー」のバリエーション

- ・ Left Shadow: お互い同じ方向を向き、女性が男性の左前にいるポジション。
- ・ Man's Shadow: お互い同じ方向を向き、男性が女性の右前にいるポジション。
- ・ Man's Left Shadow: お互い同じ方向を向き、男性が女性の左前にいるポジション。

●Sidecar(サイドカー)

[省略形] SCAR

上体はクローズド・ポジションのままで、左足を前にステップした際パートナーの右側にステップ出来るように腰を少し右に向けたポジション。

●Skaters(スケーターズ)

[省略形] SKTRS

男女が同じ方向を向き女性が男性の右前に位置する。左手同士は男性前で繋ぐ。男性の右手は女性の後ろに横に伸ばす。女性の右手は掌を外に向けて右腰の辺りに置く(この場合、男性は右手を女性の右手に添えてもよい)又は、下に下ろしておく若しくは、横に伸ばす或いは、スカートを持って広げる等、自由にしていよい。

●Skirt Skaters(スカート・スケーターズ)

[省略形] SKIRT SKTRS

スケーターズ・ポジションと同様だが、女性は右手でスカートをつまむ。

●Sombrero (ソムブレロ)

[省略形] 規定なし

パートナーと向き合い、右腰を近づけて互いの右手をパートナーの腰に回したポジション。左手は肘を曲げ左側から内側にカーブを描いて頭の上に上げる。左手をつないだり、左手の指先を触れたりすることもある。腕の使い方や左腰を近づけたりするバリエーションもある。

●Star (Left Hand or Right Hand) (スター (レフト・ハンド 又は ライト・ハンド))

[省略形] L Hnd Star 又は R Hnd Star

レフト・ハンド・スターは以下の通り。

男女が反対の方向を向き正面より互いに右にずれた位置に立ち、左の掌同士を肩の高さ或いは肩より高い位置で合わせる。

ライト・ハンド・スターは互いの右掌を合わせた上記と左右対称のポジションとなる。

●Tamara(タマラ)

[省略形] 規定なし

女性のタマラの場合、パートナーと向き合い互いに左にややずれ、女性は左手を背中を通して右腰近くに置き、男性は右手でその左手を取る。他方の手は繋いでカーブを描いて高く上げ窓を作る。男性のタマラの場合は男女が逆になる。

●Tandem(タンデム)

[省略形] 規定なし

男女が同じ方向を向いて前後に並んだポジション。

[注記] 男女のどちらが前かは決まっていないが、実際の振付では女性が前に位置するケースが多い。

●Varsouvienne(バルソビアナ)

[省略形] VAR

男女が同じ方向を向き女性が男性の右少し前に位置するポジション。女性は両手を肩の高さ或いはそれより高い位置とし、掌は前を向き指先は上又は斜め上に向ける。男性は右腕を女性の肩或いは頭の後ろを通して女性の右手を取り、左手で女性の右手を取る。通常、男性は親指と他の指とで女性の指をつまむようにして女性の手を取る。

手の位置や高さは体格に合わせて調整する。

●Left Varsouvienne(レフト・バルソビアナ)

[省略形] L VAR

Varsouvienne Position を左右反転したポジション。男女が同じ方向を向き女性が男性の左少し前に位置する。

●Man's Varsouvienne(マンズ・バルソビアナ)

[省略形] 規定無し

Varsouvienne Position の男女を入れ替えたポジション。男女が同じ方向を向き男性が女性の右少し前に位置する。

●Man's Left Varsouvienne(マンズ・レフト・バルソビアナ)

[省略形] 規定無し

Varsouvienne Position を左右反転し更に男女を入れ替えたポジション。男女が同じ方向を向き男性が女性の左少し前に位置する。

●Wrapped(ラップド)

[省略形] WRP

男女が同じ方向を向き男性が女性の左後ろに位置するポジション。女性の左手を体の前を通し、男性は右手を女性の背中を通して女性の右ウエストで女性の左手を取る。女性の右手は体の前(左手の上)で男性の左手と繋ぐ。

◎Rhythm(リズム)

●Bolero(ボレロ)

[省略形] BL

音楽は4/4拍子。タイミングは通常SQQでテンポは遅い。

●Cha Cha(チャチャ)

[省略形] CH

音楽は4/4拍子。多くのフィギュアは1小節が5つのステップから成り、基本のタイミングは123&4である。

●Five Count Rhythm(ファイブ・カウント・リズム)

[省略形] 規定無し

音楽は4/4拍子で基本のタイミングは SS; QQS; と2小節にまたがる。

●Foxtrot(フォックストロット)

[省略形] FT

音楽は4/4拍子。基本的なフィギュアは通常1小節である。タイミングは多くの場合SQQで4カウントを使って3つのステップを行う。しかし、上級のフィギュアにおいてはより多くの小節を使ったり異なるタイミングで踊る場合もある。

●Jive(ジャイブ)

[省略形] JV

音楽は4/4拍子。基本的なフィギュアは6カウントで、ジャイブのタイプにより決められた数のステップを行う。通常、各フィギュアは男性は左足から女性は右足からの ロック(Rock)・バック、リカバリー で始まる。ジャイブのタイプは以下の通りである。

①Single Swing(シングル・スウィング)

[省略形] SS

タイミングは QQS; S である。6カウントで4つのステップを行う。トリプル・スウィングのQaQの3つのステップを1つのステップに置き換える。

②Double Swing(ダブル・スウィング)

[省略形] 規定無し

タイミングは 1,2,3,4; 1,2, である。6カウントで6つのステップ又はアクションを行う。例を以下に示す。

左足でロック(Rock)・バック, 右足にリカバリー, ボールで床を押さえるように左足をステップ(体重は完全には乗せない), 左足に完全に体重を乗せる; ボールで床を押さえるように右足をステップ(体重は完全には乗せない), 右足に完全に体重を乗せる,

③Triple Swing(トリプル・スウィング)

[省略形] 規定無し

タイミングは 1,2,3a,4; 1a,2, である。6カウントで8つのステップを行い、3a,4 と 1a,2 の部分では通常 ジャイブのシャッセ(Chasse)を行う。

●Latin Rhythms(ラテン・リズムズ)

[省略形] 規定なし

これは社交ダンスの用語で次のリズムの総称である。ボレロ、チャチャ、ジャイブ、マンボ、パソ・ドブレ、ルンバ、サンバ、スロー・トゥ・ステップ。

●Mambo(マンボ)

[省略形] MB

音楽は4/4拍子。タイミングは QQS で、マンボの「テンポが速い」という特性から一般的に4カウント目はフリーズするのが望ましい。この4カウント目のフリーズがマンボに歯切れよさを与える。マンボの動きはルンバに似ているがルンバよりテンポが早く、腰の動きはルンバほど強調されない。マンボのフィギュアはルンバやチャチャのフィギュアと似ている。

●Merengue(メレンゲ)

[省略形] MR

音楽は2/4拍子だがステップはしばしば4/4拍子で表現される。1カウントで1つのステップを行う。メレンゲは腰と体の動きそして、スィブルにより特徴付けられる。タイミングは 1,2; 1,2; だが、4/4拍子で表現される場合は 1,2,3,4; となる。

●Modern Rhythms(モダン・リズムズ)

[省略形] 規定なし

これは社交ダンスの用語で次のリズムの総称である。フォックストロット、クイックステップ、タンゴ、ベアニス・ワルツ、ワルツ。

●Paso Doble(パソ・ドブレ)

[省略形] PD

音楽は2/4拍子だがステップはしばしば4/4拍子で表現される。各フィギュアは通常男性は右足から、女性は左足から始まる。行進曲のように1カウントで1つのステップを行い、堂々と直立した姿勢で踊る。音楽とダンスは闘牛士とケープを思い起こさせる。

3/4拍子や6/8拍子の音楽が用いられることもある。

●Polka(ポルカ)

[省略形] 規定無し

音楽は2/4拍子。小さな3つのステップ又は早いトゥーステップの後にホップ(hop)或いはリフト(lift)を継続して行うのが基本ステップのパターン。タイミングは & 1, 2;。

●Quickstep(クイックステップ)

[省略形] QS

音楽は4/4拍子。基本のステップはシンコペーションも含めさまざまなタイミングで踊られる。基本フィギュアの多くが1小節より多くの小節を使う。

●Rumba(ルンバ)

[省略形] RB

音楽は4/4拍子。タイミングは通常QQSである。

●Samba(サンバ)

[省略形] SB

音楽は4/4拍子又は2/4拍子で1小節で6つのステップを行う。通常のタイミングは 1a,2,3a,4; である。

●Slow Two Step(スロー・トゥ・ステップ)

[省略形] ST

音楽は4/4拍子、2/4拍子又は6/8拍子でタイミングはSQQである。

4/4拍子の場合はカウント1、3、4でステップする。

2/4拍子の場合はカウント1、2、&でステップする。

6/8拍子の場合はカウント1、4、6でステップする。

●Tango(タンゴ)

[省略形] TG

音楽は2/4拍子又は4/4拍子。各フィギュアのタイミングはバラエティに富んでいる。タンゴは次のような要素を含む。

- ・膝は常に緩んでおり柔らかく保たれている。
- ・上下動は無い。カーブを描いての前進。
- ・ステップする際に靴底が床をこすらない。
- ・前進する際はヒールから床に接する。
- ・歯切れの良い動き。

タンゴには以下のタイプがある。

①American Tango(アメリカン・タンゴ)

[省略形] 規定無し

ゆっくりとした気だるい動きを基本とするが、対照的な素早いシャープな動きも併せ持つ。

[注記] 従来はアルゼンチン・タンゴと呼ばれていた。

②English Tango(イングリッシュ・タンゴ)

[省略形] 規定無し

素早いシャープな動きを基本とするが、対照的なゆっくりとした気だるい動きも併せ持つ。

[注記] インターナショナル・タンゴと呼ばれることもある。

③Tango Argentina(タンゴ・アルゼンチーナ)

[省略形] 規定無し

イングリッシュ・タンゴとアメリカン・タンゴを組合わせたタンゴで、ポジションの変化やステップ等がそれらより多彩である。

●Two Step(トゥ・ステップ)

[省略形] TS

音楽は4/4拍子で基本のリズムはQQS。基本のフィギュアは1小節で3つのステップ等を行い4カウント目はホールドする。トゥ・ステップはしばしば基本のリズムに加えてQQQQやSSなどのリズムも用いられる。

●Waltz(ワルツ)

[省略形] WZ

音楽は3/4拍子で1小節は3カウントである。
ワルツにはビアニーズ・ワルツという種類もある。

①Viennese Waltz(ビアニーズ・ワルツ)

[省略形] 規定無し

速いテンポのワルツ。そのテンポは1分間に50小節或いはそれ以上である。その速いテンポは多くのワルツのフィギュアに変化を与え、それがビアニーズ・ワルツを独特のものにしている。

●West Coast Swing(ウエスト・コースト・スウィング)

[省略形] WC

基本的なタイミングを 1, 2, 3, 4; 5&, 6, とする一種のジャイブ。床の上に描かれた細長い四角形の中で踊るようなイメージの基本的にあまり移動しないダンス。四角形の長手方向を女性が往復し、男性は女性の動きを邪魔しないように女性を避けるように動く。

フェイズ I アクション と ムーブメント

◎掲載項目一覧

●Actions(アクション)

Bow(バウ)	Bump(バンブ)	Curtsy(カーティシー)
Draw(ドロー)	Heel(ヒール)	Point(ポイント)
Shake(シェイク)	Stamp(スタンプ)	Tap(タップ)
Toe(トウ)	Touch(タッチ)	Wiggle(ウィグル)

●Movements(ムーブメント)

Back(バック)	Behind(ビハインド)	Chug(チャグ)
Close(クローズ)	Cross(クロス)	Face(フェイス)
Forward(フォワード)	Recover(リカバー)	Side(サイド)
Rock(ロック)	Run(ラン)	Stomp(ストンプ)
Slide(スライド)	Step(ステップ)	Walk(ウォーク)
Strut(ストラット)	Thru(スルー)	

◎書式

各アクション又はムーブメントは次のような書式で記載されている。

- 1行目 アクション又はムーブメントの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
- 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
- 2行目右側 キューイングの際の言い方
- 3行目以降 アクション又はムーブメントの説明 説明は特に指定のない限り男女共通である。
(必要に応じ注記)

◎Actions(アクション)

●Bow(バウ)

[省略形] 規定無し [キュー] Bow

[男性] 男性が行う。左手をウエストの前に、右手を後ろにし、上体を前に傾ける。

●Bump(バンブ)

[省略形] 規定無し [キュー] Bump

[男女] パートナーと互いに腰をぶつけ合う。

●Curtsy(カーティシー)

[省略形] 規定無し [キュー] Curtsy

[女性] 女性が行う。右足を左足の後ろにポイントし右足の膝を少し緩め、手でスカートをつまむ。

●Draw(ドロー)

[省略形] 規定無し [キュー] Draw

[男女] 体重の乗った脚は真っすぐ伸ばし、他方の足を体重の乗った足の方向へ床の上を滑らせる。

[注記] 体重は移動しない。

●Heel(ヒール)

[省略形] 規定無し [キュー] Heel

[男女] 指示された方向又は場所の床にヒールを接する。

●Point(ポイント)

[省略形] pt [キュー] Point

[男女] 指示された方向の床に体重の乗っていない足のトゥを接する。

●Shake(シェイク)

[省略形] 規定無し [キュー] Shake

[男女] 振付に従って体を動かす。

[注記] 定義があるわけではなく、実際に何をするかはキューシートに書かれた具体的な説明による。

実際には shake(振る、揺する)の単語が示すように肩や腰を細かく動かすことが多い。

●Stamp(スタンプ)

[省略形] 規定無し [キュー] Stamp

[男女] 体重が乗っていない足で床を鳴らす。スタンプした足に体重は乗せない。

●Tap(タップ)

[省略形] 規定無し [キュー] Tap

[男女] トゥで鋭く床をたたく。タップした足に体重は乗せない。

●Toe(トゥ)

[省略形] 規定無し [キュー] Toe

[男女] 指示された方向又は場所の床につま先を接する。

●Touch(タッチ)

[省略形] tch [キュー] Touch

[男女] 体重の乗っていない足のトゥを体重の乗っている足の内側のそばの床に接する。このとき両足は基本的に平行であること。

●Wiggle(ウィグル)

[省略形] 規定無し [キュー] Wiggle

[男女] 腰を左右に素早く動かす。

◎Movements(ムーブメント)

●Back(バック)

[省略形] bk [キュー] Back

[男女] 後ろにステップする。

●Behind(ビハインド)

[省略形] bhd [キュー] Behind

[男女] 左足を右足の後ろに交差してステップする。又は右足を左足の後ろに交差してステップする。

●Chug(チャグ)

[省略形] 規定無し [キュー] Chug

[男女] 小さく後ろに移動する動き。両足に体重が乗った状態で膝を曲げて素早く伸ばすことにより、両足を床の上を滑らせる。

[注記] ジャンプと似ているが、ジャンプと異なりチャグでは足は床から離れない。

●Close(クローズ)

[省略形] cl [キュー] Close

[男女] 両足を揃えて並行にし、体重を一方の足から他方の足に移動する。

●Cross(クロス)

[省略形] X [キュー] Cross

[男女] 左足を右足の前又は後ろに交差してステップする。或いは右足を左足の前又は後ろに交差してステップする。

確実に交差させる。例えば左足を前にクロスする場合、左足は右足の前にはステップするのではなく、右足よりも右側にステップする。

クロスには以下の種類がある。

①Cross Behind(クロス・ビハインド)

[省略形] Xbhd [キュー] Behind

[男女] 後ろに交差してステップする。

②Cross in Back(クロス・イン・バック)

[省略形] Xib [キュー] Cross in Back

[男女] 後ろに交差してステップする。

③Cross in Front(クロス・イン・フロント)

[省略形] Xif [キュー] Cross in Front

[男女] 前に交差してステップする。

④Cross Left in Back(クロス・レフト・イン・バック)

[省略形] XLib [キュー] 規定無し

[男女] 左足を後ろに交差してステップする。

⑤Cross Left in Front(クロス・レフト・イン・フロント)

[省略形] XLif [キュー] 規定無し

[男女] 左足を前に交差してステップする。

⑥ Cross Right in Back(クロス・ライト・イン・バック)

[省略形] XRib [キュー] 規定無し

[男女] 右足を後ろに交差してステップする。

⑦ Cross Right in Front(クロス・ライト・イン・フロント)

[省略形] XRif [キュー] 規定無し

[男女] 右足を前に交差してステップする。

● Face(フェイス)

[省略形] fc [キュー] Face

[男女] パートナーと向き合うようにステップする。

● Forward(フォワード)

[省略形] fwd [キュー] Forward

[男女] 前にステップする。

● Recover(リカバー)

[省略形] rec [キュー] Recover

[男女] (あるステップの後に)元の足に体重を戻す。体重を戻す足はあまり動かさないが、必要ならばその場で足の方角は変えてもよい。

● Rock(ロック)

[省略形] rk [キュー] Rock

[男女] リカバーすることを前提に指示された方向にステップする。

● Run(ラン)

[省略形] 規定無し [キュー] Run [歩数]

[男女] 早いタイミングで前進すること。

● Side(サイド)

[省略形] sd [キュー] Side

[男女] 左足又は右足を横にステップする。

● Slide(スライド)

[省略形] sld [キュー] Slide

[男女] 指示された方向に床から足を離さないで動かす。

[注記] Glide(グライド)とキューされることもある。

●Step(ステップ)

[省略形] stp [キュー] Step

[男女] 体重の乗っていない足を指示された方向或いは、指示された場所に動かしその足に体重を乗せる。

●Stomp(ストンプ)

[省略形] 規定無し [キュー] Stomp

[男女] 床を鳴らすようにステップし、その足に体重を乗せる。

●Strut(ストラット)

[省略形] 規定無し [キュー] Strut [歩数]

[男女] 上半身を揺らしながら2歩以上ステップする。

[注記] Stroll(ストロール)あるいは Swagger(スワッガー)とキューされることもある。

●Thru(スルー)

[省略形] thru [キュー] Thru

[男女] パートナーとの間を通過させるようにステップする。

[注記] 男女ともが上記動作を行う場合に限り thru という。例えばバンジュー・ポジションから男性が右足前進、女性が左足後退を行うような場合は thru とはいわない。

●Walk(ウォーク)

[省略形] wlk [キュー] Walk [歩数]

[男女] ゆっくりとしたタイミングで前進すること。

フェイズⅡ アクション と ムーブメント

◎掲載項目一覧

▪ Actions(アクション)

Brush(ブラッシュ)	Kick(キック)	Knee(ニー)
Lift(リフト)	Pivot(ピボット)	Spin(スピン)
Swing(スウィング)	Swivel(スイブル)	Twist(トウイスト)
Unwrap(アンラップ)	Wrap(ラップ)	

▪ Movements(ムーブメント)

Check(チェック)	Cut(カット)	Dip(ディップ)
Hop(ホップ)	Lock(ロック)	Lunge(ランジ)
Maneuver(マヌーバー)	Pickup(ピックアップ)	Roll(ロール)
Skip(スキップ)	Unwind(アンワインド)	

◎書式

各アクション又はムーブメントは次のような書式で記載されている。

- 1行目 アクション又はムーブメントの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
- 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
- 2行目右側 キューイングの際の言い方
- 3行目以降 アクション又はムーブメントの説明 説明は特に指定のない限り男女共通である。
(必要に応じ注記)

◎Actions(アクション)

●Brush(ブラッシュ)

[省略形] 規定無し [キュー] Brush

[男女] 体重の乗っていない足を床又は、体重の乗っている足の内側に軽くこする。

[注記] 体重は移動しない。

●Kick(キック)

[省略形] kck [キュー] Kick

[男女] 膝を上げ、素早く脚を伸ばす。キックした足のトゥは下向きとなる。

●Knee(ニー)

[省略形] 規定無し [キュー] Knee

[男女] 体重の乗っていない脚の膝を曲げ、体重の乗っている脚の前に交差する。

●Lift(リフト)

[省略形] 規定無し [キュー] Lift

[男女] 体重の乗った脚のヒールを少し上げ、もう一方の脚を前又は横に動かし床から離す(上げる:リフトする)。リフトした脚は真っすぐ伸ばしトゥは下を向いている。前進しているときは前にリフトし、横に進んでいるときは横にリフトする。

●Pivot(ピボット)

[省略形] pvt

[キュー] Pivot

[男女] 体を強く回転させることによって体重の乗った足のボールの上で回転する。他方の足は前か後ろに保つ。

●Spin(スピン)

[省略形] spn

[キュー] Spin

[男女] 体を回転させることによって体重の乗った足のボールの上で回転する。体重の乗った足のヒールは上げる場合と上げない場合がある。他方の足は体の下に保つ。

●Swing(スウィング)

[省略形] 規定無し

[キュー] Swing

[男女] 体重の乗っていない足を上げ、その脚を前に動かす。スウィングした脚は真っすぐ伸ばし、トゥは下を向け床から約3インチ(約7.5センチ)離す。

●Swivel(スイブル)

[省略形] swvl

[キュー] Swivel

[男女] 体の向きを変えることによって足(片足又は両足)の向きをその場で変える。足は床から離さない。

●Twist(トウイスト)

[省略形] twst

[キュー] Twist

[男女] 体重移動をすることなく上体の向きを変える。

●Unwrap(アンラップ)

[省略形] unwrp

[キュー] Unwrap (to 終わりのポジション)

[男女] ラップド・ポジションから男性の左手と女性の右手を離し、他方の手は繋いだまま女性が右に指示された方向まで回転する。

●Wrap(ラップ)

[省略形] wrp

[キュー] Wrap

[男女] オープン・ポジションやバタフライポジションから男性の右手と女性の左手を繋いだまま女性が左回りに男性と同じ向きになるまで回転し、ラップド・ポジションになる。

◎Movements(ムーブメント)

●Check(チェック)

[省略形] ck

[キュー] Check

[男女] 動きを止めるステップで、動く方向を変える為に用いる。チェックの後に動いていく方向はチェックの前に動いていた方向と正反対である必要は無い。

●Cut(カット)

[省略形] 規定なし [キュー] Cut[男女] 一方の足を他方の足のすぐ前に交差し脚と脚を接触させてステップする。
Cut Back のような一連の動きの始めのステップとして用いられる。

●Dip(ディップ)

[省略形] dp [キュー] Dip

[男女] 指示された方向にステップし、膝を緩める。もう一方の脚の膝と足首は真っすぐ伸ばして爪先は床に着けておく。

●Hop(ホップ)

[省略形] 規定無し [キュー] Hop[男女] 体重の乗っている足(片足又は両足)で少し飛び上がり、飛び上がった足で着地する。
[注記] 右足で飛び上がれば右足で着地し、左足で飛び上がれば左足で着地し、両足で飛び上がれば両足で着地する。

●Lock(ロック)

[省略形] lk [キュー] Lock[男女] 一方の足を他方の足の前又は後ろに交差し脚と脚を接触させてステップする。
[注記] バック・ロック(Back Lock)やフォワード・ロック(Forward Lock)のような一連の動きの2歩目のステップとして用いられる。

●Lunge(ランジ)

[省略形] lun [キュー] Lunge (方向)

[男女] 指示された方向(前又は横)にステップし膝を曲げる。

●Maneuver(マヌーバー)

[省略形] manuv [キュー] Maneuver[男性] クローズド・ポジションで右足を前にステップし右に回転する(回転量は最大で1/2まで),
[女性] クローズド・ポジションで左足を後ろにステップし右に回転する(回転量は最大で1/2まで),
[注記] バンジョー・ポジション又はセミ・クローズド・ポジションから行う場合もある。セミ・クローズド・ポジションから行う場合女性は前にステップする。
終わりの方向は振付による。

●Pickup(ピックアップ)

[省略形] pu [キュー] Pickup男性は向きを変えずに女性を男性の前にリードし、クローズド・ポジションとなる。
[男性] 右足を小さく前にステップ,
[女性] 左足を男性の前にステップし左に回転してクローズド・ポジションとなる,
[注記] 通常はセミ・クローズド・ポジションから行いクローズド・ポジションとなる。

●Roll(ロール)

[省略形] 規定無し

[キュー] Roll (歩数) (to 終わりのポジション)

[男女] 男女が別々に右又は左に回転しながら指示された方向に進むようにステップし指示されたポジションとなる。

●Skip(スキップ)

[省略形] 規定無し

[キュー] Skip (歩数)

[男女] ステップした足で軽くホップして前進すること。様々なタイミングで用いられる。

●Unwind(アンワインド)

[省略形] 規定無し

[キュー] Unwind

[男女] 左右の脚を交差した状態から行い、足を動かさずその場で体を回転させ、脚の交差を解く。回転量は開始時の脚の交差の具合による。

[注記] 通常、交差した脚に体重を乗せて終わる。(この場合の「交差した脚」とは Unwind を行う前に交差するようにステップした脚のこと)

フェイズⅢ アクション と ムーブメント

◎掲載項目一覧

▪ Actions(アクション)

Dishrag(ディシュラグ)

Fan(ファン)

Flare(フレアー)

Flick(フリック)

Hook(フック)

Rise(ライズ)

▪ Movements(ムーブメント)

Buzz(バズ)

Chair(チェアー)

Change Point(チェンジ・ポイント)

Figure 8(フィギュア・エイト)

Heel Pivot(ヒール・ピボット)

Slip(スリップ)

Swivel Walk(スイブル・ウォーク)

◎書式

各アクション又はムーブメントは次のような書式で記載されている。

1行目 アクション又はムーブメントの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目右側 キューイングの際の言い方

3行目以降 アクション又はムーブメントの説明 説明は特に指定のない限り男女共通である。
(必要に応じ注記)

◎Actions(アクション)

●Dishrag(ディシュラグ)

[省略形] 規定無し

[キュー] Dishrag

[男女] 体重の乗っている足の側の手を繋ぎ頭より高く上げ、互いにパートナーから離れるように手を繋いだままその場で回転し指示されたポジションになる。

[注記] 様々なリズムでパートナーと向き合ったあらゆるポジションから行うことができる。両手を繋いで行う場合もある。

●Fan(ファン)

[省略形] 規定無し

[キュー] Fan

[男女] 体重の乗っていない足のトゥを床を滑らせて前又は後ろに弧を描くように動かす。扇(fan)を開いたり閉じたりするような動きとなる。体重の乗っている足は膝を緩めて行う。

●Flare(フレアー)

[省略形] flr

[キュー] flare

[男女] 体重の乗っていない足を前又は後ろに弧を描くように動かす。扇(fan)を開いたり閉じたりするような動きとなる。但し Fan とは異なり、Flare する足は床から少し浮かせて動かす。

●Flick(フリック)

[省略形] flk

[キュー] Flick

[男女] 体重の乗っていない足を素早く後ろに動かすこと。その足に体重は乗せない。

●Hook(フック)

[省略形] hk [キュー] Hook

[男女] 体重の乗っていない足を他方の足のすぐそばに前又は後ろに交差する。通常 Hook の後に続く動作でフックした足に体重が移動する。

●Rise(ライズ)

[省略形] 規定無し [キュー] Rise

[男女] 自分の体を持ち上げること。重心は体重の乗った足のボールとトゥの間となる。

◎Movements(ムーブメント)

●Buzz(バズ)

[省略形] 規定無し [キュー] Buzz (歩数)

[男女] 体重の乗っていない足で床を蹴ってその場で回転する。一人でもカップルでも行うことができる。

●Chair(チェアー)

[省略形] chr [キュー] Chair

[男女] ステップした際のダンサーのシルエットが椅子のように見える前へのランジ

[注記] ランジした足は椅子の前脚と座の部分、体は背もたれの部分、もう一方の足は後ろ脚となる。通常セミ・クローズド・ポジションで男性は右足を、女性は左足を前にランジする。

●Change Point(チェンジ・ポイント)

[省略形] chg pt [キュー] Change Point

[男女] 右足をクローズし、直後に左足をポイントすること。通常、ポイントは横に行く。

[注記] 左右どちらの足からでも行うことができる。
クローズとポイントを一連の動きとして行う。

●Figure 8(フィギュア・エイト)

[省略形] fig 8 [キュー] Figure 8

[男女] 床に数字の「8」の字を描くように進むこと。様々なリズムで用いられる。

●Heel Pivot(ヒール・ピボット)

[省略形] Heel Pvt [キュー] Heel Pivot

[男女] 一方の足のヒールで回転すること。

●Slip(スリップ)

[省略形] slp [キュー] Slip

[男性] 低い体勢からライズしながら上体の左回転を始め、右足のトゥを左足の真後ろに置き左回転を続け、右足に体重を完全に乗せる。

[女性] 低い体勢からライズしながら上体の左回転を始める、左足を男性の(女性から見て)左側にステップする。

●Swivel Walk(スイブル・ウォーク)

[省略形] swvl wlk

[キュー] Swivel Walk (歩数)

[男女] 前にボールでステップし、ステップした足でスイブル(Swivel)する。

フェイズⅣ アクション と ムーブメント 抜粋

◎掲載項目一覧（網掛けのアクションは未掲載）

・ Actions(アクション)

Gancho(ガンチョ)

Heel Pull(ヒール・プル)

Latin Cross(ラテン・クロス)

Leg Crawl(レッグ・クロール)

Ronde(ロンデ)

Sway(スウェイ)

Broken Sway(ブローケン・スウェイ)

Hover Sway(ホバー・スウェイ)

・ Movements(ムーブメント)

Hip Rock(ヒップ・ロック)

◎書式

各アクション又はムーブメントは次のような書式で記載されている。

1行目 アクション又はムーブメントの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目右側 キューイングの際の言い方

3行目以降 アクション又はムーブメントの説明 説明は特に指定のない限り男女共通である。
(必要に応じ注記)

◎Actions(アクション)

●Leg Crawl(レッグ・クロール)

[省略形] 規定無し

[キュー] Leg Crawl

[男女] 女性の左足の動作。トウを床に向けて男性の右腿の外側に沿って上げていく。男性は膝を緩めた状態から伸ばしていく。

[注記] 通常クローズド・ポジションで男性が左足を後ろにステップしてから行う。

●Sway(スウェイ)

[省略形] 規定無し

[キュー] Sway

[男女] 体重の乗っていない足の方へ体全体を傾けること。

◎Movements(ムーブメント)

●Hip Rock(ヒップ・ロック)

[省略形] 規定無し

[キュー] Hip Rock

[タイミング] S

[足形] RK SD

[男女] 横にロック(Rock)し腰を斜め後ろに回すように動かす。

フェイス I Two Step (トウ・ステップ)

◎掲載フィギュア一覧

Balance Away and Together(バランス・アウェイ・アンド・トウギャザー)

Balance Forward and Back(バランス・フォワード・アンド・バック)

Balance Left and Right(バランス・レフト・アンド・ライト)

Box(ボックス)

Circle Away and Together(サークル・アウェイ・アンド・トウギャザー)

Cross Walk(クロス・ウォーク)

Lady Under(レディ・アンダー)

Man Under(マン・アンダー)

Reverse Box(リバース・ボックス)

Side Two Step(サイド・トウステップ)

Side Two Step Apart and Together(サイド・トウステップ・アパート・アンド・トウギャザー)

Two Step, Back(トウステップ、バック)

Two Step, Forward(トウステップ、フォワード)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目中央 キューイングの際の言い方

2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。

3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。

4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎トウ・ステップの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、基本のタイミングはQQSである。基本的に1～3カウント目までは1カウントにつき1ステップし、4カウント目はホールドする。

●Balance Away and Together(バランス・アウェイ・アンド・トウギャザー)

[省略形] bal awy & tog[キュー] Balance Away and Together[タイミング] QQS; QQS;[足形] TRN AWY, CL, SIP -; TRN TOG, CL, SIP, -;

パートナーと向き合ったポジションで男性左足、女性右足から行う場合、次のようになる。

[男性] ①内側の手を繋いだまま左に向きを変えてパートナーから離れるように左足をステップ、右足をクローズ(この時パートナーとやや背中合わせの状態)、左足をその場でステップ、-;

②右に向きを変えてパートナーと向き合うように右足をステップ、左足をクローズ、右足をその場でステップ、-;

[女性] ①内側の手を繋いだまま右に向きを変えてパートナーから離れるように右足をステップ、左足をクローズ(この時パートナーとやや背中合わせの状態)、右足をその場でステップ、-;

②左に向きを変えてパートナーと向き合うように左足をステップ、右足をクローズ、左足をその場でステップ、-;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

このフィギュアは(例えばLOD方向などに)進んで行くフィギュアではなく、元の位置に戻る。

●Balance Forward and Back(バランス・フワード・アンド・バック)

[省略形] bal fwd & bk [キュー] Balance Forward and Back [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, CL, SIP, -; BK, CL, SIP, -; (BK, CL, SIP, -; FWD, CL, SIP, -;)

クローズド・ポジションで男性左足、女性右足から行う場合、次のようになる。

[男性] ①左足を前にステップ、右足をクローズ、左足をその場でステップ、-;
②右足を後ろにステップ、左足をクローズ、右足をその場でステップ、-;

[女性] ①右足を後ろステップ、左足をクローズ、右足をその場でステップ、-;
②左足を前にステップ、右足をクローズ、左足をその場でステップ、-;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、様々なポジションから行うことが出来る。通常、男性は左足、女性は右足から行う。

オープン・ポジション、セミ・クローズド・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性の1歩目は前にステップ、4歩目は後ろにステップとなる。

●Balance Left and Right(バランス・レフト・アンド・ライト)

[省略形] bal L & R [キュー] Balance Left & Right [タイミング] QQS; QQS;

[足形] SD, CL, SIP, -; SD, CL, SIP, -; (SD, CL, SIP, -; SD, CL, SIP, -;)

[男性] ①左足を横にステップ、右足をクローズ、左足をその場でステップ、-;
②右足を横にステップ、左足をクローズ、右足をその場でステップ、-;

[女性] ①右足を横にステップ、左足をクローズ、右足をその場でステップ、-;
②左足を横にステップ、右足をクローズ、左足をその場でステップ、-;

[注記] 通常、男性は左足、女性は右足から行う。

どちらの足からでも行うことが出来るが、必要に応じて方向をキューすること。

このフィギュアは2小節から成るが、1小節目だけ或いは2小節目だけを用いることも出来る。

●Box(ボックス)

[省略形] 規定無し [キュー] Box [タイミング] QQS; QQS;

[足形] SD, CL, FWD, -; SD, CL, BK, -; (SD, CL, BK, -; SD, CL, FWD, -;)

[男性] ①左足を横にステップ、右足をクローズ、左足を前にステップ、-;
②右足を横にステップ、左足をクローズ、右足を後ろにステップ、-;

[女性] ①右足を横にステップ、左足をクローズ、右足を後ろにステップ、-;
②左足を横にステップ、右足をクローズ、左足を前にステップ、-;

[注記] クローズド・ポジション、オープン・ポジション、バタフライ・ポジションなどから行うことが出来る。オープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性の3歩目は前にステップ、6歩目は後ろにステップとなる。

● Circle Away and Together(サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)

[省略形] circ awy & tog [キュー] Circle Away and Together [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD TRN, CL, FWD TRN, -; FWD TRN, CL, FWD TRN, -;

トウステップで円を描くようにパートナーから離れ、円を描くように近付いて指示されたポジションとなる。LOD向きのオープン・ポジションで男性左足、女性右足から行う場合は次のようになる。

[男性] ①パートナーから離れるように左に向きを変え左足を前にステップし円状の動きを始める、右足をクローズ、左足を前にステップ、-;

②円状の動きを継続しパートナーに近づくように右足を前にステップ、左足をクローズ、右足を前にステップし指示されたポジションになる、-;

[女性] ①パートナーから離れるように右に向きを変え右足を前にステップし円状の動きを始める、左足をクローズ、右足を前にステップ、-;

②円状の動きを継続しパートナーに近づくように左足を前にステップ、右足をクローズ、左足を前にステップし指示されたポジションになる、-;

[注記] このフィギュアは2小節から成るが、前半だけ(Circle Away)又は後半だけ(Circle Together)を用いることも出来る。

Circle Away をLOD向きのオープン・ポジション又は壁向きのバタフライ・ポジションでリード・フットから行う場合、男性は左回りに円心の方向に進み、女性は右回りに壁の方向に進み、パートナーと4～6フィート(120～180cm)離れた位置で男女とも逆LODを向きとなる。

Circle Together をパートナーと4～6フィート離れた位置で男女とも逆LODを向いた状態でトレイル・フットから行う場合、男性は左回りに壁の方向に進み、女性は右回りに円心の方向に進み、指示されたポジションとなる。

タイミングやパートナーと離れる距離は上記以外にも色々なバリエーションがある。

Circle Away 2 Two Steps(QQS; QQS)や Circle Together 2 Two Steps(QQS; QQS)、Circle 4(SS; SS)は代表的なバリエーションである。

● Cross Walk(クロス・ウォーク)

[省略形] X wlk [キュー] Cross Walk (歩数) [タイミング] 規定無し

[足形] XIF,

[男女] 一方の足を他方の足の前に少し交差させて少し上半身を揺らしながらステップする。ステップする際はトウから床に着ける。

[注記] 「少し交差」とは、例えば右足をステップする際は左足の前より少しだけ左側にステップするということ。

● Lady Under(レディ・アンダー)

[省略形] W undr [キュー] Lady Under (to 終わりのポジション) [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, FWD, -;

[男性] 指示された手を繋いだまま指示された方向へ左足を前にステップ、右足をクローズ、左足を前にステップ、-;

[女性] 繋いだ手の下をくぐって右足を前にステップ、左足をクローズ、右足を前にステップ、-;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、指示されたポジションで終わる。

●Man Under(マン・アンダー)

[省略形] M undr [キュー] Man Under (to 終わりのポジション) [タイミング] QQS;[足形] FWD, CL, FWD, -;

[男性] 繋いだ手の下をくぐって左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

[女性] 指示された手を繋いだまま指示された方向へ右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、指示されたポジションで終わる。

●Reverse Box(リバース・ボックス)

[省略形] rev box [キュー] Reverse Box [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, BK, -; SD, CL, FWD, -; (SD, CL, FWD, -; SD, CL, BK, -;)

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] 2小節の動き。クローズド・ポジション、オープン・ポジション、バタフライ・ポジションから行うことが出来る。オープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性の3歩目は後ろにステップ、6歩目は前にステップとなる。

●Side Two Step(サイド・トウステップ)

[省略形] sd TS [キュー] Side Two Step [タイミング] QQS;[足形] SD, CL, SD, -;

[男女] 指示されたポジションで左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ, -;

[注記] 左右どちらの足からでも行うことが出来る。

●Side Two Step Apart and Together(サイド・トウステップ・アパート・アンド・トウギャザー)

[省略形] apt & tog [キュー] Side Two Step Apart and Together [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, SD, -; SD, CL, SD, -;

[男性] ①繋いだ手を放しパートナーから離れるように左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ, -;

②パートナーに近づくように右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップ, -;

[女性] ①繋いだ手を放しパートナーから離れるように右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップ, -;

②パートナーに近づくように左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ, -;

[注記] 左右どちらの足からでも行うことが出来る。

● Two Step, Back(トウステップ、バック)

[省略形] bk TS

[キュー] Back Two Step

[タイミング] QQS;

[足形] BK, CL, BK, -;

男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を後ろにステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

[注記] 様々なポジションから行うことが出来又、どちらの足からでも行うことが出来る。

クローズド・ポジション、バンジョー・ポジション、サイドカー・ポジションなど男女が逆方向を向いたポジションから行う場合、女性の1歩目と3歩目は前にステップとなる。

● Two Step, Forward(トウステップ、フォワード)

[省略形] fwd TS

[キュー] Forward Two Step

[タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, FWD, -;

男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

[女性] 右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[注記] 様々なポジションから行うことが出来又、どちらの足からでも行うことが出来る。

クローズド・ポジション、バンジョー・ポジション、サイドカー・ポジションなど男女が逆方向を向いたポジションから行う場合、女性の1歩目と3歩目は後ろにステップとなる。

フェイスⅡ Two Step (トウ・ステップ)

◎掲載フィギュア一覧

Back Lock(バック・ロック)	Back Lock Back(バック・ロック・バック)
Back to Back(バック・トウ・バック)	Basketball Turn(バスケットボール・ターン)
Box Left Turning(ボックス・レフト・ターニング)	
Box Right Turning(ボックス・ライト・ターニング)	
Broken Box(ブローケン・ボックス)	Circle Box(サークル・ボックス)
Open Box(オープン・ボックス)	
Open Reverse Box(オープン・リバース・ボックス)	
Progressive Box(プログレッシブ・ボックス)	
Solo Left Turning Box(ソロ・レフト・ターニング・ボックス)	
Traveling Box(トラベリング・ボックス)	Breakaway(ブレイクアウェイ)
Change Sides(チェンジ・サイズ)	Charleston(チャールストン)
Circle Chase(サークル・チェイス)	Circle Pickup(サークル・ピックアップ)
Cut Back(カット・バック)	Door(ドア)
Face to Face(フェイス・トウ・フェイス)	
Face to Face and Back to Back(フェイス・トウ・フェイス・アンド・バック・トウ・バック)	
Forward Lock(フォワード・ロック)	
Forward Lock Forward(フォワード・ロック・フォワード)	
Hitch(ヒッチ)	
Hitch [Forward and Back](ヒッチ[フォワード・アンド・バック])	
Hitch Four(ヒッチ・フォー)	Hitch Scissors(ヒッチ・シザーズ)
Lace(レイス)	Limp(リンプ)
Limp [Front] (リンプ[フロント])	
Progressive Balance Away and Together (プログレッシブ・バランス・アウェイ・アンド・トウギャザー)	
Progressive Scissors(プログレッシブ・シザーズ)	
Quick Two Step(クイック・トウ・ステップ)	Reverse Twirl(リバース・トワール)
Reverse Twirl Vine(リバース・トワール・バイン)	
Rock Steps(ロック・ステップス)	Sand Step(サンド・ステップ)
Scissors(シザーズ)	Scissors Hitch(シザーズ・ヒッチ)
Scout(スクート)	Skate(スケート)
Sliding Door(スライディング・ドア)	Spot Spin(スポット・スピン)
Step Swivel(ステップ・スイブル)	Thru Scissors(スルー・シザーズ)
Traveling Door(トラベリング・ドア)	Twirl(トワール)
Twirl Vine(トワール・バイン)	Twisty Vine(トウイスティ・バイン)
Two Turning Two Steps(トウ・ターニング・トウ・ステップス)	
Vine(バイン)	Vine [Open](バイン[オープン])
Vine Apart and Together(バイン・アパート・アンド・トウギャザー)	
Vine Eight(バイン・エイト)	Vine Four(バイン・フォー)
Vine Three(バイン・スリー)	Wheel(ウィール)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
- 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
- 2行目中央 キューイングの際の言い方
- 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
- 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
- 4行目以降 フィギュアの説明（必要に応じ注記）
 - ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎トウ・ステップの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、基本のタイミングはQQSである。基本的に1～3カウント目までは1カウントにつき1ステップし、4カウント目はホールドする。

●Back Lock(バック・ロック)

[省略形] bk lk [キュー] Back Lock [タイミング] QQ

[足形] BK, LK,

[男性] 左足を後ろにステップ, 右足を前に交差してステップ,

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ,

[注記] 通常、オープン・ポジション又はセミ・クローズド・ポジションで行い、back lock twice(バック・ロック・トワイス)のように2度繰り返して用いられる。QQ以外のタイミングで踊られることもあり、どちらの足からでも行うことが出来る。クローズド・ポジションから行う場合、次のようになる。。

[男性] 左足を後ろにステップしてバンジョー・ポジションになる, 右足を前に交差してステップ,

[女性] 右足を前にステップしてバンジョー・ポジションになる, 左足を後ろに交差してステップ,

●Back Lock Back(バック・ロック・バック)

[省略形] bk lk bk [キュー] Back Lock Back [タイミング] QQS;

[足形] BK, LK, BK, ー;

[男女] 右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を後ろにステップ, ー;

[女性] 左足を後ろにステップ, 右足を前に交差してステップ, 左足を後ろにステップ, ー;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。

上記はオープン・ポジションやセミ・クローズド・ポジションのように男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合である。クローズド・ポジションなどのように男女が逆方向を向いたポジションで行う場合、次のようになる。。

[男性] 右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を後ろにステップ, ー;

[女性] 左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を前にステップ, ー;

●Back to Back(バック・トウ・バック)

[省略形] bk-bk [キュー] Back to Back (to 終わりのポジション) [タイミング] QQS;

[足形] SD, CL, TRN, -;

[男性] 右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップして右に1/2回転する, -;

[女性] 左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップして左に1/2回転する, -;

[注記] 背中合わせのポジションから行う。通常、1/2回転して向き合うが、終わりのポジションが指示された場合はそのポジションになるように回転量を調整する。

●Basketball Turn(バスケットボール・ターン)

[省略形] bball trn [キュー] Basketball Turn [タイミング] SS, SS;

[足形] FWD TRN, -, REC TRN, -; FWD TRN, -, REC TRN, -;

男女が同じ方向を向いて左右に並んだポジションから行う。外側の足から行う場合にはパートナーの方を向くように回転し、内側の足から行う場合にはパートナーに背中を向けるように回転する。

・例1 オープン・ポジションで男性左足、女性右足から行う場合

[男性] ①左足を前にステップし右に1/4回転する, -, 右足に体重を戻しながら右回転を続け初めと反対の向きになる, -;

②左足を前にステップし右に1/4回転する, -, 右足に体重を戻しながら右回転を続け特に指示がなければ初めと同じ向きになる, -;

[女性] ①右足を前にステップし左に1/4回転する, -, 左足に体重を戻しながら左回転を続け初めと反対の向きになる, -;

②右足を前にステップし左に1/4回転する, -, 左足に体重を戻しながら左回転を続け特に指示がなければ初めと同じ向きになる, -;

・例2 オープン・ポジションで男性右足、女性左足から行う場合

[男性] ①右足を前にステップし左に1/4回転する, -, 左足に体重を戻しながら左回転を続け初めと反対の向きになる, -;

②右足を前にステップし左に1/4回転する, -, 左足に体重を戻しながら左回転を続け特に指示がなければ初めと同じ向きになる, -;

[女性] ①左足を前にステップし右に1/4回転する, -, 右足に体重を戻しながら右回転を続け初めと反対の向きになる, -;

②左足を前にステップし右に1/4回転する, -, 右足に体重を戻しながら右回転を続け特に指示がなければ初めと同じ向きになる, -;

[注記] 4歩のフィギュアで左右どちらにも回転できる。タイミングは通常、SSSSだが、QQQQでもよい。

●Box Variations

Box のバリエーションを以下に説明する。

①Box Left Turning(ボックス・レフト・ターニング)

[省略形] box L trng [キュー] Left Turning Box [タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;

[足形] SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -;
(SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -;)

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップし左に1/4回転する, -;
 ②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, -;
 ③左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップし左に1/4回転する, -;
 ④右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, -;
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, -;
 ②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップし左に1/4回転する, -;
 ③右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, -;
 ④左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップし左に1/4回転する, -;

②Box Right Turning(ボックス・ライト・ターニング)

[省略形] box R trng [キュー] Right Turning Box [タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;

[足形] SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -;
(SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -;)

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -;
 ②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップし右に1/4回転する, -;
 ③左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -;
 ④右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップし右に1/4回転する, -;
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップし右に1/4回転する, -;
 ②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -;
 ③右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップし右に1/4回転する, -;
 ④左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -;

③Broken Box(ブローケン・ボックス)

[省略形] brkn box [キュー] Broken Box [タイミング] QQS; SS; QQS; SS;

[足形] SD, CL, FWD, -; RK FWD, -, REC, -; SD, CL, BK, -; RK BK, -, REC, -;
(SD, CL, BK, -; RK BK, -, REC, -; SD, CL, FWD, -; RK FWD, -, REC, -;)

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;
 ②右足を前にロック(Rock), -, 左足にリカバー, -;
 ③右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;
 ④左足を後ろにロック(Rock), -, 右足にリカバー, -;
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;
 ②左足を後ろにロック(Rock), -, 右足にリカバー, -;
 ③左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;
 ④右足を前にロック(Rock), -, 左足にリカバー, -;

[注記] 指示されたポジションから行う。

④ Circle Box(サークル・ボックス)

[省略形] circ box [キュー] Circle Box [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, FWD, -; SD, CL, BK, -; (FWD, CL, FWD, -; FWD, CL, FWD, -;)

パートナーと向き合ったポジションから行う。

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

[女性] ①パートナーから離れるように右回りに円を描きながら右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -(1小節目で右に約180度向きを変える);

②更に右回りに円を描きながら左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -(2小節目で右に約180度又は指示されたポジションになるまで向きを変える);

[注記] 男性はBoxを行い、その間に女性は右に回る。通常、女性は繋いだリードハンドの下を回るが、手を繋がずに行っても良い。

⑤ Open Box(オープン・ボックス)

[省略形] op box [キュー] Open Box [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, FWD, -; SD, CL, BK, -;

オープン・ポジションでリードフットから行う場合以下のようになる。

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] レフト・オープン・ポジションからでも又、トレイル・フットからでも行うことも出来る。

⑥ Open Reverse Box(オープン・リバース・ボックス)

[省略形] op rev box [キュー] Open Reverse Box [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, BK, -; SD, CL, FWD, -;

オープン・ポジションでリードフットから行う場合以下のようになる。

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

[注記] レフト・オープン・ポジションからでも又、トレイル・フットからでも行うことも出来る。

⑦ Progressive Box(プログレッシブ・ボックス)

[省略形] prog box [キュー] Progressive Box [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, FWD, -; SD, CL, FWD, -; (SD, CL, BK, -; SD, CL, BK, -;)

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] 指示されたポジションから行う。

オープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合は女性の3歩目と6歩目は前となる。

⑧Solo Left Turning Box(ソロ・レフト・ターニング・ボックス)

[省略形] solo L trng box [キュー] Solo Left Turning Box [タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;

[足形] SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -;
 (SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -; SD, CL, BK TRN, -; SD, CL, FWD TRN, -;)

パートナーと向き合い手を取らないポジションから行う。

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして左に1/4回転する, -
 (右肩がパートナーの右肩と近づいた状態となる);
 ②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップして左に1/4回転する,
 -(パートナーと背中合わせになる);
 ③左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして左に1/4回転する, -
 (左肩がパートナーの左肩と近づいた状態となる);
 ④右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップして左に1/4回転する,
 -(パートナーと向き合う);
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップして左に1/4回転する,
 -(右肩がパートナーの右肩と近づいた状態となる);
 ②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして左に1/4回転する, -
 (パートナーと背中合わせになる);
 ③右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップして左に1/4回転する,
 -(左肩がパートナーの左肩と近づいた状態となる);
 ④左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして左に1/4回転する, -
 (パートナーと向き合う);

⑨Traveling Box(トラベリング・ボックス)

[省略形] trav box [キュー] Traveling Box [タイミング] QQS; SS; QQS; SS;

[足形] SD, CL, FWD, -; TRN FWD, -, FWD, -; SD, CL, BK, -; TRN FWD, -, FWD, -;
(SD, CL, BK, -; TRN FWD, -, FWD, -; SD, CL, FWD, -; TRN FWD, -, FWD, -;)

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;
 ②リバース・セミ・クローズド・ポジションになり右足を前にステップ, -, 左足を前にステップ, -;
 ③クローズド・ポジションになり右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;
 ④セミ・クローズド・ポジションになり左足を前にステップ, -, 右足を前にステップ, -;
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;
 ②リバース・セミ・クローズド・ポジションになり左足を前にステップ, -, 右足を前にステップ, -;
 ③クローズド・ポジションになり左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;
 ④セミ・クローズド・ポジションになり右足を前にステップ, -, 左足を前にステップ, -;

●Breakaway(ブレイクアウェイ)

[省略形] brkwy [キュー] Breakaway [タイミング] QQS;

[足形] SD TRN, RK BK, REC TRN, -;

パートナーと向き合ったポジションから行う。

- [男性] 左足を横にステップし右に回転を始める, 右回転を続けレフト・オープン・ポジションになり右足を後ろにロック(Rock), 左足にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, -;
- [女性] 右足を横にステップし左に回転を始める, 左回転を続けレフト・オープン・ポジションになり左足を後ろにロック(Rock), 右足にリカバーし右に1/4回転してパートナーと向き合う, -;
- [注記] 男性右足、女性左足から行う場合は回転方向が逆になり、2歩目でオープン・ポジションになる。

●Change Sides(チェンジ・サイズ)

[省略形] chg sds [キュー] Change Sides (to 終わりのポジション) [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, FWD, -;

パートナーと向き合い互いに少し左にずれたポジションから行う場合、次のようになる。。

- [男性] 繋いだトレイル・ハンドを上げて女性がその手の下をくぐるようにリードをしながら女性の周りを右回りにカーブを描くように右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップして指示されたポジションになる, -;
- [女性] 繋いだトレイル・ハンドの下をくぐるように左回りに左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして指示されたポジションになる, -;
- [注記] 右肩すれ違いでパートナーと位置を交代する。

●Charleston(チャールストン)

[省略形] chrlstn[キュー] Charleston[タイミング] SS; SS;[足形] FWD, -, PT FWD, -; BK, -, PT BK, -;

オープン・ポジションから行う場合は以下のようになる。

- [男性] ①左足を前ステップ, -, 右足を前にポイント, -;
 ②右足を後ろにステップ, -, 左足を後ろにポイント, -;
- [女性] ①右足を前ステップ, -, 左足を前にポイント, -;
 ②左足を後ろにステップ, -, 右足を後ろにポイント, -;

[注記] バタフライ・ポジションやクローズ・ポジションから行うことも出来、この場合女性は次のようになる。

- [女性] ①右足を後ろステップ, -, 左足を後ろにポイント, -;
 ②左足を前にステップ, -, 右足を前にポイント, -;

●Circle Chase(サークル・チェイス)

[省略形] circ chs [キュー] Circle Chase (to 終わりのポジション)[タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;[足形] FWD TRN, CL, FWD TRN, -; FWD TRN, CL, FWD TRN, -; FWD TRN, CL, FWD TRN, -;
 FWD TRN, CL, FWD TRN, -;

男女が同じ方向を向き横に並んだポジションから行う。又、手を繋いでいる場合はその手を離して行う。LOD向きのオープン・ポジションで男性左足、女性右足から行う場合は以下のようになる。

- [男性] ①繋いだ手を離し左足を前にステップして左回りの円状の動きを始める, 右足をクローズ, 左足を前にステップして円心向きの男性が前のタンデム・ポジションになる, -;
 ②円状の動きを継続し右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップして逆LOD向きで男女が横に並んだポジションになる(男性が円内), -;
 ③更に円状の動きを継続し左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして壁向きの女性が前のタンデム・ポジションになる, -;
 ④円状の動きを継続し右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップして元の位置に戻り指示されたポジションになる, -;
- [女性] ①繋いだ手を離し右足を前にステップして左回りの円状の動きを始める, 左足をクローズ, 右足を前にステップして円心向きの男性が前のタンデム・ポジションになる, -;
 ②円状の動きを継続し左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして逆LOD向きで男女が横に並んだポジションになる(女性が円外), -;
 ③更に円状の動きを継続し右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップして壁向きの女性が前のタンデム・ポジションになる, -;
 ④円状の動きを継続し左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップして元の位置に戻り指示されたポジションになる, -;

[注記] 上記とは異なるポジションから行うことも出来又、右回りでも行うことが出来更に、上記とは逆の足から行うことも出来る。

右回りで行う場合は Right Face Circle Chase(ライト・フェイス・サークル・チェイス)とキューする。

●Circle Pickup(サークル・ピックアップ)

[省略形] circ pu [キュー] Circle Pickup [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, BK, -; (FWD, FWD, FWD, -;)

[男性] オープン・ポジションで左足を前ステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[女性] オープン・ポジションから右足を前にステップして左回りの半円状の動きを始める, 左足を前にステップ, 右足を前にステップしてクローズド・ポジションになる, -;

●Cut Back(カット・バック)

[省略形] cut bk [キュー] Cut Back [タイミング] QQ

[足形] CUT, BK,

[男性] 左足を前に交差し脚と脚を接触させてステップ, 右足を後ろにステップ,

[女性] 右足を前に交差し脚と脚を接触させてステップ, 左足を後ろにステップ,

[注記] 通常、オープン・ポジション又はセミ・クローズド・ポジションから2回続けて行い、この場合 Cut Back Twice(カット・バック・トワイス)とキューされる。様々なタイミングで又、どちらの足からでも行うことができる。

●Door(ドア)

[省略形] dr [キュー] Door [タイミング] QQS;

[足形] RK SD, REC, XIF, -;

[男性] 左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足を前に交差してステップ, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足を前に交差してステップ, -;

[注記] 全ての向き合ったポジションから行うことができ又、どちらの足からでも行うことができる。

●Face to Face(フェイス・トゥ・フェイス)

[省略形] fc-fc [キュー] Face to Face [タイミング] QQS;

[足形] SD, CL, TRN, -;

パートナーと向き合ったポジションから行う。

[男性] 左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップして左に1/2回転しパートナーと背中合わせになる, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップして右に1/2回転しパートナーと背中合わせになる, -;

●Face to Face and Back to Back(フェイス・トウ・フェイス・アンド・バック・トウ・バック)

[省略形] fc-fc & bk-bk [キュー] Face to Face and Back to Back (to 終わりのポジション)
[タイミング] QQS; QQS;

[足形] SD, CL, TRN, -; SD, CL, TRN, -;

- [男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップして左に1/2回転しパートナーと背中合わせになる, -;
②右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップして右に1/2回転しパートナーと向き合うか又は指示されたポジションになる, -;
- [女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップして右に1/2回転しパートナーと背中合わせになる, -;
②左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップして左に1/2回転しパートナーと向き合うか又は指示されたポジションになる, -;

●Forward Lock(フォワード・ロック)

[省略形] fwd lk [キュー] Forward Lock [タイミング] QQ

[足形] FWD, LK,

- [男性] 左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ,
[女性] 右足を前にステップ, 左足を後ろに交差してステップ,
[注記] 通常、オープン・ポジション又はセミ・クローズド・ポジションで行い、forward lock twice(フォワード・ロック・トワイズ)のように2度繰り返して用いられる。QQ以外のタイミングで踊られることもあり、どちらの足からでも行うことが出来る。クローズド・ポジションから行う場合、次のようになる。。
- [男性] 左足を前にステップしてバンジョー・ポジションになる, 右足を後ろに交差してステップ,
[女性] 右足を後ろにステップしてバンジョー・ポジションになる, 左足を前に交差してステップ,

●Forward Lock Forward(フォワード・ロック・フォワード)

[省略形] fwd lk fwd [キュー] Forward Lock Forward [タイミング] QQS;

[足形] FWD, LK, FWD, -;

- [男性] 左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を前にステップ, -;
[女性] 右足を前にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を前にステップ, -;
[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。
上記はオープン・ポジションやセミ・クローズド・ポジションのように男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合である。クローズド・ポジションなどのように男女が逆方向を向いたポジションで行う場合、次のようになる。。
- [男性] 左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を前にステップ, -;
[女性] 右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を前にステップ, -;

●Hitch(ヒッチ)

[省略形] htch [キュー] Hitch [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, BK, -; 又は BK, CL, FWD, -;

- [男女] 指示された方向(前又は後ろ)にステップ, クローズ, 指示された方向と逆方向にステップ, -;

● Hitch [Forward and Back] (ヒッチ[フォワード・アンド・バック])

[省略形] htch fwd & bk [キュー] Hitch Six 又は Double Hitch [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, CL, BK, -; BK, CL, FWD, -; (BK, CL, FWD, -; FWD, CL, BK, -;)

[男性] ①クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

②右足を後ろにステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

[女性] ①クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

②左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] 様々なポジションから行うことが出来る。例えばオープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性は次のようになる。

[女性] ①右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

②左足を後ろにステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

● Hitch Four (ヒッチ・フォー)

[省略形] htch 4 [キュー] Hitch Four [タイミング] QQQQ;

[足形] FWD, CL, BK, CL; (BK, CL, FWD, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, 右足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 様々なポジションから行うことが出来る。Back Hitch Four (バック・ヒッチ・フォー) とキューされた場合には、1歩目と3歩目を上記とは逆方向にステップする。
例えばオープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性は次のようになる。

[女性] 右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, 左足をクローズ;

● Hitch Scissors (ヒッチ・シザーズ)

[省略形] htch scis [キュー] Hitch Scissors [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, BK, -; (FWD TRN, CL, XIF, -;)

セミ・クローズド・ポジションから行う場合次のようになる。

[男性] 左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を後ろにステップ, -;

[女性] 右足を前にステップし左に1/4回転する, 左足をクローズ, 右足を前に交差してステップしバンジョー・ポジションになる, -;

[注記] セミ・クローズド・ポジションから男性が Hitch を、女性が Scissors を行いバンジョー・ポジションとなる。

バンジョー・ポジションから男性が Back Hitch を、女性が Scissors を行い、セミ・クローズド・ポジションとなることも出来る。この場合、女性の回転は右回りとなる。

●Progressive Balance Away and Together

(プログレッシブ・バランス・アウェイ・アンド・トウギャザー)

[省略形] prog bal awy & tog [キュー] Progressive Balance Away and Together [タイミング] QQS; QQS;

[足形] TRN AWY, SD, CL, -; TRN TOG, SD, CL, -; (TRN AWY, SD, CL, -; TRN TOG, SD, CL, -;)

パートナーと向き合ったポジションで男性左足、女性右足から行う場合、次のようになる。

[男性] ①左に向きを変えてパートナーから離れるように左足をステップ、右足を小さく横にステップ、左足をクローズ、-;

②右に向きを変えてパートナーと向き合うように右足をステップ、左足を小さく横にステップ、右足をクローズ、-;

[女性] ①右に向きを変えてパートナーから離れるように右足をステップ、左足を小さく横にステップ、右足をクローズ、-;

②左に向きを変えてパートナーと向き合うように左足をステップ、右足を小さく横にステップ、左足をクローズ、-;

[注記] 通常、男性は左足、女性は右足から行う。

このフィギュアはその時ダンスが進んでいる方向に進んでいく。

このフィギュアは2小節から成るが、1小節目だけ或いは2小節目だけを用いることも出来る。

●Progressive Scissors(プログレッシブ・シザーズ)

[省略形] Prog scis [キュー] Progressive Scissors [タイミング] QQS;

[足形] SD, CL, XIF, -; (SD, CL, XIB, -;)

男性左足、女性右足から行う場合次のようになる。

[男性] 左足を横にステップ、右足をクローズしながらやや右に向きを変えサイドカー・ポジションになる、左足を前に交差してステップ、-;

[女性] 右足を横にステップ、左足をクローズしながらやや右に向きを変えサイドカー・ポジションになる、右足を後ろに交差してステップ、-;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来且つ、ダンスの進んでいく方向に進んでいくフィギュアである。

男性右足、女性左足から行う場合は回転が左になり通常、バンジョー・ポジションで終わる。

●Quick Two Step(クイック・トウ・ステップ)

[省略形] qk TS [キュー] Quick Two Step [タイミング] Q&Q

[足形] FWD/CL, FWD,

[男性] 左足を前にステップ／右足をクローズ、左足を前にステップ、

[女性] 右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ、

[注記] 通常、セミ・クローズド・ポジションから行い、後退することもできる。

どちらの足からでも行うことが出来る。

●Reverse Twirl(リバース・トワール)

[省略形] rev twrl [キュー] Reverse Twirl [タイミング] QQS;

[足形] FWD, CL, FWD, -; (FWD TRN, BK TRN, SD, -;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンド上げ右に進むように右足をステップ, 左足をクロス, 右足を前にステップ, -;

[女性] 左に進むように左足をステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する, 横斜め後ろに右足をステップし更に左に1/2回転しパートナーと向き合う, 左足を横にステップ, -;

[注記] Reverse Twirl 2 の場合には SS のカウントで上記動作を2歩目まで行う。

●Reverse Twirl Vine(リバース・トワール・バイン)

[省略形] rev twrl Vin [キュー] Reverse Twirl Vine [タイミング] QQS;

[足形] SD, XIB, SD, -; (FWD TRN, BK TRN, SD, -;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ, -;

[女性] 左に進むように左足をステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する, 横斜め後ろに右足をステップし更に左に1/2回転しパートナーと向き合う, 左足を横にステップする, -;

[注記] 女性は左回りのトワールを行い、男性はバイン・3を行う。

Reverse Twirl Vine 2 の場合には SS のカウントで上記動作を2歩目まで行う。

●Rock Steps(ロック・ステップス)

[省略形] rk stps [キュー] (方向) Rock (歩数) [タイミング] 規定無し

[足形] 規定無し

[男女] ロック(Rock)を伴う前後や横への一連のステップでステップ数は指示による。

キューの例 : Forward Rock 3

●Sand Step(サンド・ステップ)

[省略形] sndstp [キュー] Sand Step [タイミング] QQS;

[足形] TOE, HEEL, XIF, -;

[男女] (右足に体重が乗った状態から)右足で右にスイブルし左足のトゥを右足の内側に当てる(体重は移動しない), 右足で左にスイブルし左足のヒールを右足の内側に当てる(体重は移動しない), 右足で右にスイブルして左足を前に交差してステップ, -;

[注記] 左足に体重が乗った状態から行うことも出来る。又、男女が同じ足でも反対の足でも行うことが出来る。

●Scissors(シザーズ)

[省略形] scis [キュー] Scissors [タイミング] QQS;[足形] SD, CL, X, -;

[男性] 左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前又は後ろに交差してステップ, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前又は後ろに交差してステップ, -;

[注記] 3歩目を男女の一方が前に交差、他方が後ろに交差することで終わったときのポジションをサイドカー・ポジション、バンジョー・ポジション又はその他のポジションとすることが出来る。又、このフィギュアは移動せずにその場で行う。

●Scissors Hitch(シザーズ・ヒッチ)

[省略形] scis htch [キュー] Scissors Hitch [タイミング] QQS;[足形] FWD TRN, CL, XIF, -; (FWD, CL, BK, -;)

セミ・クローズド・ポジションから男性が Scissors を、女性が Hitch を行いサイドカー・ポジションとなる。

[男性] 左足を前にステップし右に1/4回転する, 右足をクローズ, 左足を前に交差してステップしサイドカー・ポジションになる, -;

[女性] 右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, -;

●Scoot(スクート)

[省略形] 規定なし [キュー] Scoot [タイミング] QQQQ;[足形] FWD, CL, FWD, CL;

[男性] 左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。

●Skate(スケート)

[省略形] skt [キュー] Skate [タイミング] &S&S;[足形] SWVL FWD/DRAW, -, SWVL FWD/DRAW, -;

[男性] 繋いだ手を放し右足で左にスイブルし左足を前にステップ／右足を左足の方へドロ(両腕を左にスイング), -, 左足で右にスイブルし右足を前にステップ／左足を右足の方へドロ(両腕を右にスイング), -;

[女性] 繋いだ手を放し左足で右にスイブルし右足を前にステップ／左足を右足の方へドロ(両腕を右にスイング), -, 右足で左にスイブルし左足を前にステップ／右足を左足の方へドロ(両腕を左にスイング), -;

●Sliding Door(スライディング・ドア)

[省略形] sldg dr [キュー] Sliding Door [タイミング] SS; QQS;

男女が同じ方向を向いたポジションから行う。オープン・ポジションから行う場合、次のようになる。。

[足形] RK APT, -, REC, -; XIF, SD, XIF, -;

[男性] ①左足を横にロック(Rock), -, 右足にリカバーし繋いだ手を離す, -;
②左足を右足の前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を右足の前に交差して位置を交替, -;

[女性] ①右足を横にロック(Rock), -, 左足にリカバーし繋いだ手を離す, -;
②右足を左足の前に交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を左足の前に交差して位置を交替, -;

[注記] 男性が女性の後ろを通過して位置交替し、向きは変えない。又、前進もしない。
レフト・オープン・ポジションから行う場合は足が上記とは反対になるが、その場合も男性が女性の後ろを通過する。

●Spot Spin(スポット・スピン)

[省略形] spt spn [キュー] Spin [タイミング] QQS;

[足形] TRN, TRN, TRN, -;

[男性] 右足のボールに体重が乗った状態で左にスイブル(swivel)して左回りのスピンを始めて右足のそばに左足をステップ, 左足で左にスイブルして左足のそばに右足をステップ, 右足で左にスイブルして右足のそばに左足をステップ, -;

[女性] 左足のボールに体重が乗った状態で右にスイブル(swivel)して右回りのスピンを始めて左足のそばに右足をステップ, 右足で右にスイブルして右足のそばに左足をステップ, 左足で右にスイブルして左足のそばに右足をステップ, -;

[注記] 左右どちらにも回転出来、回転量は振付による。

●Step Swivel(ステップ・スイブル)

[省略形] stp swvl [キュー] Swivel [タイミング] S 又は S&又は QQ

[足形] 規定無し

[男女] ステップし、そのステップした足のボールの上で、次に続く動作や体の動きにより足の向きを変える。

●Thru Scissors(スルー・シザーズ)

[省略形] thru scis [キュー] Scissors Thru [タイミング] QQS;

[足形] SD, CL, XIF, -;

[男性] 左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前に交差してステップ, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を前に交差してステップ, -;

[注記] 男女とも3歩目は前に交差する。
どちらの足からでも行うことが出来る。

●Traveling Door(トラベリング・ドア)

[省略形] trav dr [キュー] Traveling Door [タイミング] SS; QQS;[足形] RK SD, -, REC, -; XIF, SD, XIF, -;

[男女] ①左足を横にステップ, -, 右足にリカバー, -;

②左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, -;

[注記] パートナーと向き合った全てのポジションから行うことが出来又、どちらの足からでも行うことが出来る。

●Twirl(トワール)

[省略形] twrl [キュー] Twirl [タイミング] QQS;[足形] FWD, CL, FWD, -; (FWD TRN, BK TRN, SD, -;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ左に進むように左足をステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

[女性] 右に進むように右足をステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転する, 横斜め後ろに左足をステップし更に右に1/2回転しパートナーと向き合う, 右足を横にステップ, -;

[注記] 女性が進みながら繋いだリード・ハンドの下で右に回る。

Twirl 2 の場合には SS のカウントで上記動作を2歩目まで行う。

●Twirl Vine(トワール・バイン)

[省略形] twrl Vin [キュー] Twirl Vine [タイミング] QQS;[足形] SD, XIB, SD, -; (FWD TRN, BK TRN, SD, -;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ, -;

[女性] 右に進むように右足をステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転する, 横斜め後ろに左足をステップし更に右に1/2回転しパートナーと向き合う, 右足を横にステップする, -;

[注記] 女性はトワールを行い、男性はバインで女性に合わせて動く。

Twirl Vine 2 の場合には SS のカウントで上記動作を2歩目まで行う。

●Twisty Vine(トウイスティ・バイン)

[省略形] twisty Vin [キュー] Twisty Vine (歩数) [タイミング] QQQQ;[足形] SD BK, XIB, SD FWD, XIF;

[男性] 上体を少し右に回転し左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 上体を少し左に回転し左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ;

[女性] 上体を少し右に回転し右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 上体を少し左に回転し右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、通常はバンジョー・ポジションで終わる。タイミングは SS; SS; の場合もある。

●Two Turning Two Steps(トウ・ターニング・トウ・ステップス)

[省略形] 2 trng two stps [キュー] Two Turning Two Steps [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, CL, TRN, -; SD, CL, TRN, -;

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズし右回転を始める, 右回転を続けダンスの進んで行く方向に背中を向け左足を斜め後ろにステップし更に右回転を続ける(1小節目で右に1/2回転する), -;

②右足を横にステップ, 左足をクローズし右回転を始める, 右回転を続け右足を前にステップし更に右回転を続ける(2小節目で右に更に1/2回転する), -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズし右回転を始める, 右回転を続け右足を前にステップし更に右回転を続ける(1小節目で右に1/2回転する), -;

②左足を横にステップ, 右足をクローズし右回転を始める, 右回転を続けダンスの進んで行く方向に背中を向け左足を斜め後ろにステップし更に右回転を続ける(2小節目で右に更に1/2回転する), -;

[注記] 6歩から成る右回りのフィギュアで通常は2小節目使う。クローズド・ポジションから行い、女性の3歩目と男性の6歩目はパートナーの足の間にステップしその足を軸にして回転する。終わりのポジション及び方向は振付による。例えばセミ・クローズド・ポジションやサイドカー・ポジションで終わることもある。

●Vine(バイン)

[省略形] vin [キュー] Vine (歩数) [タイミング] QQQQ;[足形] SD, XIB, SD, XIF;

[男性] 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ;

[女性] 右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

4歩であるとは限らず、5歩以上の場合には上記を繰り返す。タイミングもQQQQであるとは限らず、例えば上記をSS;SS;で行うこともありこの場合、Slow Vine 4(スロー・バイン・フォー)とキューされる。

●Vine [Open](バイン[オープン])

[省略形] vin [キュー] Open Vine (歩数) [タイミング] SS; SS;[足形] SD, -, XIB, -; SD, -, XIF, -;

[男性] ①左足を横にステップ, -, 右足を後ろに交差してステップ, -;

②左足を横にステップ, -, 右足を前に交差してステップ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, -, 左足を後ろに交差してステップ, -;

②右足を横にステップ, -, 左足を前に交差してステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

Vine 4(バイン・フォー)と同じ足形になる。但し、前又は後ろに交差する際にオープン・ポジション又はレフト・オープン・ポジションになる。タイミングはQQQQ;でも良い。

●Vine Apart and Together(バイン・アパート・アンド・トウギャザー)

[省略形] vin apt & tog [キュー] Vine Apart and Together [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD, XIB, SD, -; SD, XIB, SD, -;

男女が同じ方向を向いて横に並んだポジションから行う。オープン・ポジションから行う場合以下のようになる。

[男性] ① 繋いだ手を離しパートナーから離れるように左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、-;

② パートナーに近づくように右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、-;

[女性] ① 繋いだ手を離しパートナーから離れるように右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、-;

② パートナーに近づくように左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、-;

[注記] レフト・オープン・ポジションから行う場合は、男性は右足から女性は左足から行う。

●Vine Eight(バイン・エイト)

[省略形] vin 8 [キュー] Vine Eight [タイミング] QQQQ; QQQQ;[足形] SD, XIB, SD, XIF; SD, XIB, SD, XIF;

[男性] ① 左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、右足を前に交差してステップ;

② 左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、右足を前に交差してステップ;

[女性] ① 右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、左足を前に交差してステップ;

② 右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、左足を前に交差してステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Vine Four(バイン・フォー)

[省略形] vin 4 [キュー] Vine Four [タイミング] QQQQ;[足形] SD, XIB, SD, XIF;

[男性] 左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、右足を前に交差してステップ;

[女性] 右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、左足を前に交差してステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができ、タイミングはSS;SS;の場合もある。

●Vine Three(バイン・スリー)

[省略形] vin 3 [キュー] Vine Three [タイミング] QQS;[足形] SD, XIB, SD, -;

[男性] 左足を横にステップ、右足を後ろに交差してステップ、左足を横にステップ、-;

[女性] 右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ、-;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Wheel(ウィール)

[省略形] whl [キュー] Wheel (to 終わりのポジション) [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, CL, FWD, -; FWD, CL, FWD, -;

[男性] ①バンジョー・ポジションで右回りを始めて左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, -;

②右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップし指示されたポジションになる, -;

[女性] ①バンジョー・ポジションで右回りを始めて右足を前にステップ, 左足をクローズ, 右足を前にステップ, -;

②左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップし指示されたポジションになる, -;

[注記] カップルで指示されたポジションで行う。パートナーとの中間点を中心にして1周回る。

フェイスⅢ Two Step (トウ・ステップ)

◎掲載フィギュア一覧

Fishtail(フィッシュテイル)	Pivot Right Face(ピボット・ライト・フェイス)
Stair Forward(ステア・フォワード)	Stair Side(ステア・サイド)
Strolling Vine(ストローリング・バイン)	Susie Q(スーズィー・キュー)
Two Left Turning Two Steps(トウ・レフト・ターニング・トウ・ステップス)	
Whaletail(ホエイルテイル)	

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目中央 キューイングの際の言い方

2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。

3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。

4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎トウ・ステップの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、基本のタイミングはQQSである。基本的に1～3カウント目までは1カウントにつき1ステップし、4カウント目はホールドする。

●Fishtail(フィッシュテイル)

[省略形] fshtl

[キュー] Fishtail

[タイミング] QQQQ;

[足形] XIB, SD, FWD, LK; (XIF, SD, BK, LK;)

[男性] バンジョー・ポジションで左足を後ろに交差してステップ(右足のすぐ後ろではなく右足から少し離れた位置に), 右回転を始め右足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4), 左肩リードで左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで右足を前に交差してステップ(左足のすぐ前ではなく左足からやや離れた位置に), 右回転を始め左足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4), 右肩リードで右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ;

[注記] 前進するフィギュアである。

●Pivot Right Face(ピボット・ライト・フェイス)

[省略形] RF cpl pvt [キュー] Pivot 2 [タイミング] SS;[足形] BK TRN, -, FWD TRN, -; (FWD TRN, -, BK TRN, -;)

通常、クローズド・ポジションから行い、終始膝を柔らかく使う。

[男性] 上体の右回転を始め左足をトウから後ろにステップしボールで更に右回転する(このステップで右に約1/2回転する), -, 女性の足の間に右足を前にヒールからトウとステップし右回転を続け指示されたポジション及び方向となる, -;

[女性] 上体の右回転を始め男性の足の間に右足を前にヒールからトウとステップし右に約1/2回転する, -, 左足をトウから後ろにステップしボールで更に右回転を続け指示されたポジション及び方向となる, -;

[注記] クローズド・ポジションから行いクローズド・ポジションで終わる場合、女性は終始左を向いていること。セミ・クローズド・ポジションやバンジョー・ポジションから行うことも出来又、QQのタイミングで行うことも出来る。

●Stair Forward(ステア・フォワード)

[省略形] fwd stair [キュー] Forward Stair [タイミング] QQQQ;[足形] FWD, CL, SD, CL; (BK, CL, SD, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

●Stair Side(ステア・サイド)

[省略形] sd stair [キュー] Side Stair [タイミング] QQQQ;[足形] SD, CL, FWD, CL; (SD, CL, BK, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を後ろにステップ, 左足をクローズ;

● Strolling Vine(ストローリング・バイン)

[省略形] strllg vin [キュー] Strolling Vine [タイミング] SS; QQS; SS; QQS;[足形] SD, -, XIB, -; SD, CL, TRN, -; SD, -, XIB, -; SD, CL, TRN, -;
(SD, -, XIF, -; SD, CL, TRN, -; SD, -, XIF, -; SD, CL, TRN, -;)

- [男性] ①クローズド・ポジションで上体をやや右回転し左足を横にステップ, -, 右足を後ろに交差してステップしやや上体を左に回転, -;
- ②左回転を続けて左足を横にステップ, 左回転を続けて右足をクローズ, 更に左回転を続けて左足を横にステップ, - (ここまでの2小節で左に1/2回転する);
- ③上体をやや左回転し右足を横にステップ, -, 左足を後ろに交差してステップしやや上体を右に回転, -;
- ④右回転を続けて右足を横にステップ, 右回転を続けて左足をクローズ, 更に右回転を続けて右足を横にステップ, - (3~4小節で右に1/2回転する);
- [女性] ①クローズド・ポジションで上体をやや右回転し右足を横にステップ, -, 左足を前に交差してステップしやや上体を左に回転, -;
- ②左回転を続けて右足を横にステップ, 左回転を続けて左足をクローズ, 更に左回転を続けて右足を横にステップ, - (ここまでの2小節で左に1/2回転する);
- ③上体をやや左回転し左足を横にステップ, -, 右足を前に交差してステップしやや上体を右に回転, -;
- ④右回転を続けて左足を横にステップ, 右回転を続けて右足をクローズ, 更に右回転を続けて左足を横にステップ, - (3~4小節で右に1/2回転する);

● Susie Q(スーズィー・キュー)

[省略形] 規定無し [キュー] Susie Q [タイミング] QQS; QQS;[足形] XIF, SD, XIF, FLR; XIF, SD, XIF, -;

- [男性] ①バタフライ・ポジションで右足でスイブルし左足を前に交差してステップ, 左足でスイブルし右足を横にステップ, 右足でスイブルし左足を前に交差してステップ, 右足を反時計回りにフレアーしパートナーと向き合う;
- ②左足でスイブルし右足を前に交差してステップ, 右足でスイブルし左足を横にステップ, 左足でスイブルし右足を前に交差してステップ, -;
- [女性] ①バタフライ・ポジションで左足でスイブルし右足を前に交差してステップ, 右足でスイブルし左足を横にステップ, 左足でスイブルし右足を前に交差してステップ, 左足を時計回りにフレアーしパートナーと向き合う;
- ②右足でスイブルし左足を前に交差してステップ, 左足でスイブルし右足を横にステップ, 右足でスイブルし左足を前に交差してステップ, -;

[注記] 全てのステップがスイブルを伴う。
通常、バタフライ・ポジションで行う。
男性右足、女性右足から行うことも出来、この場合は男性は女性の動きを、女性は男性の動きを行う。

●Two Left Turning Two Steps(トウ・レフト・ターニング・トウ・ステップス)

[省略形] 2 L trng two stps [キュー] Two Left Turning Two Steps [タイミング] QQS; QQS;[足形] SD TRN, CL, FWD TRN, -; SD TRN, CL, BK TRN, -;
(SD TRN, CL, BK TRN, -; SD TRN, CL, FWD TRN, -;)[男性] ①左足を横にステップ、右足をクローズし左回転を始める、左回転を続け左足を前にステップし更に右回転を続ける(1小節目で左に1/2回転する)、-;
②右足を横にステップ、左足をクローズし左回転を始める、左回転を続けダンスの進んで行く方向に背中を向け右足を斜め後ろにステップし更に左回転を続ける(2小節目で左に更に1/2回転する)、-;[女性] ①右足を横にステップ、左足をクローズし左回転を始める、左回転を続けダンスの進んで行く方向に背中を向け右足を斜め後ろにステップし更に左回転を続ける(1小節目で左に1/2回転する)、-;
②左足を横にステップ、右足をクローズし左回転を始める、左回転を続け左足を前にステップし更に左回転を続ける(2小節目で左に更に1/2回転する)、-;

[注記] 初めから終わりまでクローズド・ポジションで行う。初めと終わりの方向は振付により様々である。

One Left Turning Two Step の場合は、上記の1小節目或いは2小節目のどちらか一方を行う。どちらを行うかは左右どちらの足からステップするかによる。

●Whaletail(ホエイルテイル)

[省略形] whtl [キュー] Whaletail [タイミング] QQQQ; QQQQ;[足形] XIB, SD, FWD, LK; SD, CL, XIB, SD; (XIF, SD, BK, LK; SD, CL, XIF, SD;)[男性] ①バンジョー・ポジションで左足を後ろに交差してステップ(右足のすぐ後ろではなく右足からやや離れた位置に)、右回転を始め右足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4)、左肩リードで左足を前にステップ、右足を後ろに交差してステップ(左足のすぐ後ろではなく左足からやや離れた位置に);
②左回転を始め左足を横にステップ、左回転を続けて右足をクローズ(2小節目の1~2歩で左に1/4回転する)、右回転を始め左足を後ろに交差してステップ、右回転を続けて右足を横にステップ(2小節目の3~4歩で右に1/4回転する);[女性] ①バンジョー・ポジションで右足を前に交差してステップ(左足のすぐ前ではなく左足からやや離れた位置に)、右回転を始め左足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4)、右肩リードで右足を後ろにステップ、左足を前に交差してステップ(右足のすぐ前ではなく右足からやや離れた位置に);
②左回転を始め右足を横にステップ、左回転を続けて左足をクローズ(2小節目の1~2歩で左に1/4回転する)、右回転を始め右足を前に交差してステップ、右回転を続けて左足を横にステップ(2小節目の3~4歩で右に1/4回転する);

[注記] 1小節目は Fishtail(フィッシュテイル)と全く同じである。

Whaletail は前進するフィギュアで、バンジョー・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わる。

● Circle Away and Together (サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)

[省略形] circ awy & tog [キュー] Circle Away and Together [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD TRN, FWD TRN, CL; FWD TRN, FWD TRN, CL;

[男性] ① パートナーから離れるように左に向きを変え左足を前にステップし円状の動きを始める, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

② 円状の動きを継続しパートナーに近づくように右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足を閉じ指示されたポジションになる;

[男女] ① パートナーから離れるように右に向きを変え右足を前にステップし円状の動きを始める, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

② 円状の動きを継続しパートナーに近づくように左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足を閉じ指示されたポジションになる;

[注記] このフィギュアは2小節から成るが、前半だけ (Circle Away) 又は後半だけ (Circle Together) を用いることも出来る。

Circle Away を LOD 向きのオープン・ポジション又は壁向きのバタフライ・ポジションでリード・フットから行う場合、男性は左回りに円心の方向に進み、女性は右回りに壁の方向に進み、パートナーと離れた状態で男女とも逆 LOD 向きとなる。

Circle Together をパートナーと離れて男女とも逆 LOD を向いた状態でトレイル・フットから行う場合、男性は左回りに壁の方向に進み、女性は右回りに円心の方向に進み、指示されたポジションとなる。

● Lady Under (レディ・アンダー)

[省略形] W undr [キュー] Lady Under (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] FWD, FWD, CL;

[男性] 指示された手を繋いだまま指示された方向に左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

[女性] 繋いだ手の下くぐって右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、指示されたポジションで終わる。

● Man Under (マン・アンダー)

[省略形] M undr [キュー] Man Under (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] FWD, FWD, CL;

[男性] 繋いだ手の下くぐって左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

[女性] 指示された手を繋いだまま指示された方向に右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、指示されたポジションで終わる。

●Reverse Box(リバース・ボックス)

[省略形] rev box [キュー] Reverse Box [タイミング] 123; 123;

[足形] BK, SD, CL; FWD, SD, CL; (FWD, SD, CL; BK, SD, CL;)

[男性] ①左足を後ろにステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

②右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

②左足を後ろにステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] クローズド・ポジション、オープン・ポジション、バタフライ・ポジションから行うことができる。オープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合、女性の1歩目は後ろにステップ、4歩目は前にステップとなる。

●Waltz Away and Together(ワルツ・アウェイ・アンド・トゥギャザー)

[省略形] awy & tog [キュー] Waltz Away and Together [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD TRN, SD & FWD, CL; FWD TRN, SD & FWD, CL;

LOD向きのオープン・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] ①リードハンドを繋いだまま左足を前にステップしパートナーから離れるように左に向きを変える, 右足を斜め前にステップしパートナーとやや背中合わせになる, 左足をクローズ;

②右足を斜め前にステップし右に向きを変えパートナーの方を向く, 左足を斜め前にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①リードハンドを繋いだまま右足を前にステップしパートナーから離れるように右に向きを変える, 左足を斜め前にステップしパートナーとやや背中合わせになる, 右足をクローズ;

②左足を斜め前にステップし左に向きを変えパートナーの方を向く, 右足を斜め前にステップ, 左足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

フェイズⅡ Waltz (ワルツ)

◎掲載フィギュア一覧

Back Twinkle(バック・トゥインクル)	Back Waltz(バック・ワルツ)
Box Left Turning(ボックス・レフト・ターニング)	
Box Right Turning(ボックス・ライト・ターニング)	
Open Box(オープン・ボックス)	
Open Reverse Box(オープン・リバース・ボックス)	
Progressive Box(プログレッシブ・ボックス)	
Solo Left Turning Box(ソロ・レフト・ターニング・ボックス)	
Canter(キャンター)	Change Sides(チェンジ・サイズ)
Cross Wrap(クロス・ラップ)	Forward Waltz(フォワード・ワルツ)
Lace(レイス)	
Left Face Turning Waltz(レフト・フェイス・ターニング・ワルツ)	
Maneuver(マヌーバー)	Pickup(ピックアップ)
Progressive Twinkle(プログレッシブ・トゥインクル)	
Reverse Twirl(リバース・トワール)	
Reverse Twirl Vine(リバース・トワール・バイン)	
Right Face Turning Waltz(ライト・フェイス・ターニング・ワルツ)	
Roll(ロール)	Solo Waltz Turn(ソロ・ワルツ・ターン)
Spin Maneuver(スピン・マヌーバー)	Spot Spin(スポット・スピン)
Sway(スウェイ)	Thru Side Close(スルー・サイド・クローズ)
Thru Twinkle(スルー・トゥインクル)	Turn Face Close(ターン・フェイス・クローズ)
Twinkle(トゥインクル)	Twirl(トワール)
Twirl Vine(トワール・バイン)	Twisty Balance(トウイスティ・バランス)
Twisty Vine(トウイスティ・バイン)	Vine Six(バイン・シックス)
Vine Three(バイン・スリー)	Wheel(ウィール)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
- 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
- 2行目中央 キューイングの際の言い方
- 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
- 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
- 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ワルツの特徴

基本のタイミングは123で通常、1小節で3つのステップを行うが、12&3、1&23、123&などのタイミングを使う場合もある。ワルツの主な特徴はリズムに合わせて体を上下させることである。カウント1では体は低い位置にあり1の終わりでライズ(体を高い位置に上げる)し始める。カウント2から3にかけライズを継続し、3で体は最も高い位置となり3の終わりでロワー(体を低い位置に下げる)する。

●Back Twinkle(バック・トゥインクル)

[省略形] bk twkl [キュー] Back Twinkle [タイミング] 123;

[足形] BK TRN, SD TRN, CL;

オープン・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を後ろにステップして右に1/4回転する, 右足を横にステップして右回転を続ける, 左足をクローズしてレフト・オープン・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップして左に1/4回転する, 左足を横にステップして左回転を続ける, 右足をクローズしてレフト・オープン・ポジションになる;

[注記] レフト・オープン・ポジションから行うことも出来、その場合次のようになる。

[男性] 右足を後ろにステップして左に1/4回転する, 左足を横にステップして左回転を続ける, 右足をクローズしてオープン・ポジションになる;

[女性] 左足を後ろにステップして右に1/4回転する, 右足を横にステップして右回転を続ける, 左足をクローズしてオープン・ポジションになる;

●Back Waltz(バック・ワルツ)

[省略形] bk WZ [キュー] Back Waltz [タイミング] 123;

[足形] BK, BK AND SLIGHTLY SD, CL; (FWD, FWD AND SLIGHTLY SD, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を後ろにステップ, 右足を後ろ少し横にステップ, 左足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで右足を前にステップ, 左足を前少し横にステップ, 右足をクローズ;

[注記] 様々なポジションから行うことが出来、オープン・ポジションなど男女が同じ方向を向いたポジションから行う場合女性は以下のようなになる。

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足を後ろ少し横にステップ, 右足をクローズ;

●Box Variations

Box のバリエーションを以下に説明する。

①Box Left Turning(ボックス・レフト・ターニング)

[省略形] L trng box [キュー] Left Turning Box [タイミング] 123; 123; 123; 123;

[足形] FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL;
(BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL;)

[男性] ①左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

②右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

③左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

④右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

②左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

③右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

④左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行う4小節のフィギュアである。

②Box Right Turning(ボックス・ライト・ターニング)

[省略形] R trng box [キュー] Right Turning Box [タイミング] 123; 123; 123; 123;

[足形] BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL;
(FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL;)

[男性] ①左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
②右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
③左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
④右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
②左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
③右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
④左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行う4小節のフィギュアである。

③Open Box(オープン・ボックス)

[省略形] op box [キュー] Open Box [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD, SD, CL; BK, SD, CL;

オープン・ポジションでリードフットから行う場合以下のようになる。

[男性] ①左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
②右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
②左足を後ろにステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] レフト・オープン・ポジションからでも又、トレイル・フットからでも行うことも出来る。

④Open Reverse Box(オープン・リバース・ボックス)

[省略形] op rev box [キュー] Open Reverse Box [タイミング] 123; 123;

[足形] BK, SD, CL; FWD, SD, CL;

オープン・ポジションでリードフットから行う場合以下のようになる。

[男性] ①左足を後ろにステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
②右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
②左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] レフト・オープン・ポジションからでも又、トレイル・フットからでも行うことも出来る。

⑤Progressive Box(プログレッシブ・ボックス)

[省略形] prog box [キュー] Progressive Box [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD, SD, CL; FWD, SD, CL; (BK, SD, CL; BK, SD, CL;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
②右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
②左足を後ろにステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 指示されたポジションから行う。

⑥ Solo Left Turning Box(ソロ・レフト・ターニング・ボックス)

[省略形] solo L trng box [キュー] Solo Left Turning Box [タイミング] 123; 123; 123; 123;

[足形] FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL;
(BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL; BK TRN, SD, CL; FWD TRN, SD, CL;)

パートナーと向き合い手を取らないポジションから行う。

- [男性] ①左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ(右肩がパートナーの右肩と近づいた状態となる);
②右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ(パートナーと背中合わせになる);
③左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ(左肩がパートナーの左肩と近づいた状態となる);
④右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ(パートナーと向き合う);
- [女性] ①右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ(右肩がパートナーの右肩と近づいた状態となる);
②左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ(パートナーと背中合わせになる);
③右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ(左肩がパートナーの左肩と近づいた状態となる);
④左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ(パートナーと向き合う);

● Canter(キャンター)

[省略形] 規定なし [キュー] Canter [タイミング] 123;

[足形] SD, DRAW, CL;

[男女] 左足を左にステップ, 右足を左足の方にドロウ, 右足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。どのポジションからでも出来る。一歩目は前や後ろにステップすることもある。横以外の方向に行く場合は必ず方向を指示すること。例えば前に行く場合には Forward Canter(フォワード・キャンター)とキューする。

● Change Sides(チェンジ・サイズ)

[省略形] chg sds [キュー] Change Sides (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] FWD, FWD, CL;

[男性] 繋いだトレイル・ハンドを上げて女性がその手の下をくぐるようにリードをしながら女性の周りを右回りにカーブを描くように右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズして指示されたポジションで終わる;

[女性] 繋いだトレイル・ハンドの下をくぐるように左回りに左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズして指示されたポジションで終わる;

[注記] 右肩すれ違いでパートナーと位置交代する。

●Cross Wrap(クロス・ラップ)

[省略形] x wrp[キュー] Cross Wrap[タイミング] 123;[足形] FWD TRN, FWD TRN, CL; (FWD TRN, FWD TRN, CL;)

[男性] トレイル・ハンドを低い位置で繋いだまま右足を前にステップし右回転を始める, 左足を前にステップしラップド・ポジションになり右回転を終える, 右足をクローズ;

[女性] トレイル・ハンドを低い位置で繋いだまま右手を胸の前に持っていき左足を前にステップして左回転を始める, 右足を前にステップしラップド・ポジションになり右回転を終える, 左足をクローズ;

[注記] 通常オープン・ポジションから行き、始めたときと反対向きのラップド・ポジションで終わる。

●Forward Waltz(フォワード・ワルツ)

[省略形] fwd WZ[キュー] Forward Waltz[タイミング] 123;[足形] FWD, FWD AND SLIGHTLY SD, CL; (BK, BK AND SLIGHTLY SD, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足を前少し横にステップ, 左足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, 左足を後ろ少し横にステップ, 右足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。又、様々なポジションから行うことができる。

●Lace(レイス)

[省略形] lc[キュー] Lace (Across 又は Back)[タイミング] 123;[足形] FWD, FWD, CL;

[男性] リード・ハンドを繋いだままダンスが進んでいく方向(通常、LOD又はRLOD)を斜めに横切って女性の後ろを通り左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

[女性] 繋いだリード・ハンドをくぐってダンスが進んでいく方向(通常、LOD又はRLOD)を斜めに横切って男性の前を通り右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

[注記] 上記のように女性が繋いだリード・ハンドの下をくぐって位置交代する場合は Lace Across(レイス・アクロス)とキューする。これに対し女性が繋いだトレイル・ハンドの下をくぐって位置交代する場合は Lace Back(レイス・バック)とキューする。

通常、Lace Across はレフト・オープン・ポジションで終わり、Lace Back はオープン・ポジションで終わる。

Lace Across; Forward Waltz; Lace Back; Forward Waltz; の4小節を Lace Up(レイス・アップ)とキューしても良い。

●Left Face Turning Waltz(レフト・フェイス・ターニング・ワルツ)

[省略形] LF trng WZ [キュー] (小節数) Left Turns (to 終わりの方向) [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD TRN, SD TRN, CL; BK TRN, SD TRN, CL;
(BK TRN, SD TRN, CL; FWD TRN, SD TRN, CL;)

[男性] ①左足を前にステップし左に1/4回転する, 左回転を継続し(1/8回転)右足を横に(ダンスが進んでいく方向を斜めに横切って)ステップし更に左に1/8回転する, 左足をクローズ;

②右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップし左に1/4回転する, 右足をクローズ;

②左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行い、終わりのポジションは指示による。
 上記では合計の回転量は3/4であるが、1回転の場合もある。その場合、男女ともに4歩目から5歩目にかけての回転量を1/4増す。

●Maneuver(マヌーバー)

[省略形] Manuv [キュー] Maneuver [タイミング] 123;

[足形] FWD TRN, FWD TRN, CL; (BK TRN, BK TRN, CL;)

[男性] クローズド・ポジションで右足を前にステップし右回転を始める, 右回転を継続しパートナーと向き合い左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] クローズド・ポジションで左足を後ろにステップし右回転を始める, 右回転を継続しパートナーと向き合い右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] バンジョー・ポジション又はセミ・クローズド・ポジションから行うこともあり、クローズド・ポジションで終わる。セミ・クローズド・ポジションから行う場合女性の1歩目と2歩目は前にステップする。

●Pickup(ピックアップ)

[省略形] pu [キュー] Pickup [タイミング] 123;

[足形] THRU, FWD & SD, CL; (THRU TRN, FWD & TRN, CL;)

[男性] パートナーとの間を通過させるように右足を前にステップ, クローズド・ポジションになるように女性をリードし上体を左回転させながら左足を斜め前にステップ, 右足をクローズ;

[女性] パートナーとの間を通過させるように左足を前にステップして左回転を始める, 男性の前に立つように右足を斜め前にステップしながらクローズド・ポジションになるように左回転する, 左足をクローズ;

[注記] 通常はセミ・クローズド・ポジションから行き女性が左回転してクローズド・ポジションとなる。初めと終わりは別のポジションで指示される場合もある。オープン・ポジションから行う時男性は1歩目で一瞬セミ・クローズド・ポジションになるように上体を右回転させる。(女性は1歩目に上体を左回転させる。)

● Progressive Twinkle(プログレッシブ・トウインクル)

[省略形] prog twkl [キュー] Progressive Twinkle [タイミング] 123;

[足形] X, SD, CL;

3歩から成るフィギュアで常に1歩目は前又は後ろに交差、2歩目は横、3歩目はクローズする。サイドカー・ポジションでリード・フットから行う場合、通常以下のようなになる。

[男性] 左足を前に交差してステップし少し左に向きを変える、右足を横にステップ、少し左に向きを変えながら左足をクローズしバンジョー・ポジションとなる;

[女性] 右足を後ろに交差ステップし少し左に向きを変える、左足を横にステップ、少し左に向きを変えながら右足をクローズしバンジョー・ポジションとなる;

[注記] 1歩目は男女の何れかが前に交差してステップし、他方は後ろに交差してステップし、その場に留まらず進んで行くフィギュアである。

通常、サイドカー・ポジションから行う場合はバンジョー・ポジションとなり、バンジョー・ポジションから行う場合はサイドカー・ポジションとなるが、その他のポジションで終わる場合もある。

男性が後ろに交差してステップし女性が前に交差してステップする場合、通常、Back Progressive Twinkle とキューされる。

● Reverse Twirl(リバース・トワール)

[省略形] rev twrl [キュー] Reverse Twirl [タイミング] 123;

[足形] FWD, FWD, CL; (FWD TRN, BK TRN, SD;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ右に進むように右足をステップ、左足を右に進むように前にステップ、右足をクローズ;

[女性] 左に進むように左足をステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する、横斜め後ろに右足をステップし更に左に1/2回転しパートナーと向き合う、左足を横にステップ;

● Reverse Twirl Vine(リバース・トワール・バイン)

[省略形] rev twrl Vin [キュー] Reverse Twirl Vine [タイミング] 123;

[足形] SD, XIB, SD; (FWD TRN, BK TRN, SD;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ右足を横にステップ、左足を後ろに交差してステップ、右足を横にステップ;

[女性] 左に進むように左足をステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する、横斜め後ろに右足をステップし更に左に1/2回転しパートナーと向き合う、左足を横にステップする;

[注記] 女性は左回りのトワールを行い、男性はバインを行う。

●Right Face Turning Waltz(ライト・フェイス・ターニング・ワルツ)

[省略形] RF trng WZ [キュー] [小節数] Right Turns [to 終わりの方向] [タイミング] 123; 123;

[足形] BK TRN, SD TRN, CL; FWD TRN, SD TRN, CL;
(FWD TRN, SD TRN, CL; BK TRN, SD TRN, CL;)

[男性] ①左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右回転を継続し(1/8回転)右足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップし更に右に1/8回転する, 左足をクローズ;
②右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を前にステップし右に1/4回転する, 右回転を継続し左足を横に(ダンスが進んでいく方向を斜めに横切るように)ステップし右に1/4回転する, 右足をクローズ;
②左足を後ろにステップし右に1/4回転する, 右足を横(ダンスが進んでいく方向)にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行い、終わりのポジションは指示による。
上記では合計の回転量は3/4であるが、1回転の場合もある。その場合、男女ともに4歩目から5歩目にかけての回転量を1/4増す。

●Roll(ロール)

[省略形] 規定無し [キュー] Roll (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] 規定無し

[男女] 男女が個々に右又は左に回転しながら指示された方向に進むように3歩ステップし指示されたポジションとなる。

●Solo Waltz Turn(ソロ・ワルツ・ターン)

[省略形] solo WZ trn [キュー] Solo Turn (to 終わりのポジション) [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD TRN, SD TRN, CL; BK TRN, SD TRN, CL;

[男性] ①左(ダンスの進んでいく方向)を向き左足を前にステップし左回転を始める, 右足を横にステップして左回転を継続する, ダンスの進んでいく方向と逆方向を向いて左足をクローズ(ここまでで3/4回転);
②右足を後ろにステップし左回転を始める, 左足を横にステップして左回転を継続する, 右足をクローズして指示されたポジションになる;

[女性] ①右(ダンスの進んでいく方向)を向き右足を前にステップし右に1/4回転する, 左足を横にステップして右回転を継続する, ダンスの進んでいく方向と逆方向を向いて右足をクローズ(ここまでで3/4回転);
②左足を後ろにステップし右回転を始める, 右足を横にステップして右回転を継続する, 左足をクローズして指示されたポジションになる;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行う。1小節目が終わった時点では男女ともダンスの進んでいく方向と逆方向を向いている。

●Spin Maneuver(スピン・マヌーバー)

[省略形] spn manuv [キュー] Spin Maneuver [タイミング] 123;

[足形] FWD TRN, FWD TRN, CL; (SPN IN PLC, IN PLC, IN PLC;)

[男性] 右足を前にステップし右回転を始める, 右回転を継続しパートナーと向き合い左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 左足をその場にステップし左回りのスピンを始める, 右足をその場にステップしスピンを継続する, ダンスが進んでいく方向を向いて左足をその場にステップしパートナーと向き合う;

[注記] 男性は Maneuver を女性は Spin を行いクローズド・ポジションで終わる。

●Spot Spin(スポット・スピン)

[省略形] spt spn [キュー] Spin [タイミング] 123;

[足形] TRN, TRN, TRN;

[男性] 右足のボールに体重が乗った状態で左にスイブルして左回りのスピンを始めて右足のそばに左足をステップ, 左足で左にスイブルして左足のそばに右足をステップ, 右足で左にスイブルして右足のそばに左足をステップ, -;

[女性] 左足のボールに体重が乗った状態で右にスイブルして右回りのスピンを始めて左足のそばに右足をステップ, 右足で右にスイブルして右足のそばに左足をステップ, 左足で右にスイブルして左足のそばに右足をステップ, -;

[注記] 左右どちらにも回転出来る。

●Sway(スウェイ)

[省略形] 規定なし [キュー] Sway [タイミング] 123

[足形] SD, -, -;

左へ行う場合、以下のようになる。

[男女] 左足を横に出し体重移動を始め体の左側をストレッチし頭は右に傾ける, 左足への体重移動を継続し体を真っ直ぐにし始める, 体重を完全に左足に移し体は左足の上に真っ直ぐ立ち右足を少し左足に寄せる;

[注記] 様々なポジションで行うことが出来且つ、左右どちらにも行うことが出来る。

●Thru Side Close(スルー・サイド・クローズ)

[省略形] thru sd cl [キュー] Thru Side Close [タイミング] 123;

[足形] THRU, SD, CL;

[男性] パートナーとの間を通過させるように右足を前にステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] パートナーとの間を通過させるように左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。

●Thru Twinkle(スルー・トゥインクル)

[省略形] thru twkl [キュー] Thru Twinkle [タイミング] 123;

[足形] THRU TRN, SD TRN, CL;

[男性] パートナーとの間を通過させるように右足を前にステップして右回転を始める, パートナーと向き合い左足を横にステップして更に右に45度回転してパートナーと斜めに向き合ったポジションとなる, 右足をクローズ;

[女性] パートナーとの間を通過させるように左足を前にステップして左回転を始める, パートナーと向き合い右足を横にステップして更に左に45度回転してパートナーと斜めに向き合ったポジションとなる, 左足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、男女ともに1歩目はパートナーとの間を通過させるようにステップする。

通常、男女がLODを向いたポジションから行い逆LODを向いて終わるか又は、その反対に男女が逆LODを向いたポジションから行いLODを向いて終わる。

●Turn Face Close(ターン・フェイス・クローズ)

[省略形] trn fc cl [キュー] Turn Face Close [タイミング] 123;

[足形] TRN, FC, CL;

[男性] 右足を前にステップしてパートナーと向き合うように回転を始める, 回転を継続してパートナーと向き合い左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 左足を前にステップしてパートナーと向き合うように回転を始める, 回転を継続してパートナーと向き合い右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、男女ともに1歩目を後ろにステップする場合もある。

●Twinkle(トゥインクル)

[省略形] twkl [キュー] Twinkle [タイミング] 123;

[足形] X, SD, CL;

3歩から成るフィギュアで常に1歩目は前又は後ろに交差、2歩目は横、3歩目はクローズする。サイドカー・ポジションでリード・フットから行う場合、通常以下ようになる。

[男性] 左足を前に交差してステップし少し左に向きを変える, 右足を横にステップ, 少し左に向きを変えながら左足をクローズしバンジョー・ポジションとなる;

[女性] 右足を後ろに交差ステップし少し左に向きを変える, 左足を横にステップ, 少し左に向きを変えながら右足をクローズしバンジョー・ポジションとなる;

[注記] 1歩目は男女の何れかが前に交差してステップし、他方は後ろに交差してステップする。通常、サイドカー・ポジションから行う場合はバンジョー・ポジションとなり、バンジョー・ポジションから行う場合はサイドカー・ポジションとなるが、その他のポジションで終わる場合もある。

●Twirl(トワール)

[省略形] twrl [キュー] Twirl [タイミング] 123;[足形] FWD, FWD, CL; (FWD TRN, BK TRN, SD;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ左に進むように左足をステップ, 左に進むように右足をステップ, 左足をクローズ;

[女性] 右に進むように右足をステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転する, 横斜め後ろに左足をステップし更に右に1/2回転しパートナーと向き合う, 右足を横にステップ;

[注記] 女性が進みながら繋いだリード・ハンドの下で右に回る。

●Twirl Vine(トワール・バイン)

[省略形] twrl vin [キュー] Twirl Vine [タイミング] 123;[足形] SD, XIB, SD; (FWD TRN, BK TRN, SD;)

[男性] パートナーと向き合い繋いだリード・ハンドを上げ左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ;

[女性] 右に進むように右足をステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転する, 横斜め後ろに左足をステップし更に右に1/2回転しパートナーと向き合う, 右足を横にステップする;

[注記] 女性はトワールを行い、男性はバインで女性に合わせて動く。

●Twisty Balance(トウイステイ・バランス)

[省略形] twsty bal [キュー] Twisty Balance [タイミング] 123;[足形] SD, XIB, REC; (SD, XIF, REC;)

[男性] 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足にリカバー;

[女性] 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足にリカバー;

[注記] 通常向き合ったポジションで行い、左右どちらの足からでも行うことができる。

●Twisty Vine(トウイステイ・バイン)

[省略形] twisty vin [キュー] Twisty Vine (歩数) [タイミング] 123;[足形] SD, XIB, SD; (SD, XIF, SD;)

[男性] 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ;

[女性] 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる

●Vine Six(バイン・シックス)

[省略形] vin 6 [キュー] Vine Six [タイミング] 123; 123;[足形] SD, XIB, SD; XIF, SD, XIB;

[男性] ①左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ;

②右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ;

②左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Vine Three(バイン・スリー)

[省略形] vin 3[キュー] Vine Three[タイミング] 123;[足形] SD, XIB, SD;

[男性] 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ;

[女性] 右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Wheel(ウィール)

[省略形] whl[キュー] Wheel (to 終わりのポジション)[タイミング] 123; 123;[足形] FWD, FWD, CL; FWD, FWD, CL;

[男性] ①バンジョー・ポジションで右回りを始め左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズ;

②右回りを継続し右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズし指示されたポジションになる;

[女性] ①バンジョー・ポジションで右回りを始めて右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足をクローズ;

②右回りを継続し左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足をクローズし指示されたポジションになる;

[注記] カップルで指示されたポジションで行う。パートナーとの中間点を中心にして1周回る。

フェイズⅢ Waltz (ワルツ)

◎掲載フィギュア一覧

Back Back/Lock Back (バック・バック・ロック・バック)	
Box Finish (ボックス・フィニッシュ)	
Chasse (シャッセ)	Forward Chasse (フォワード・シャッセ)
Thru Chasse to Banjo Position (スルー・シャッセ・トゥ・バンジョー・ポジション)	
Thru Chasse to Semi-Closed Position (スルー・シャッセ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Turn Left & Right Chasse (ターン・レフト・アンド・ライト・シャッセ)	
Forward Forward/Lock Forward (フォワード・フォワード・ロック・フォワード)	
Hover (ホバー)	Back Hover (バック・ホバー)
Cross Hover (クロス・ホバー)	Forward Hover (フォワード・ホバー)
Hover Fallaway (ホバー・フォールアウェイ)	Thru Hover (スルー・ホバー)
Impetus to Semi-Closed Position (インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Interrupted Box (インターラプテッド・ボックス)	
Pivot to Semi-Closed Position (ピボット・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Slip Pivot (スリップ・ピボット)	Spin Turn (スピン・ターン)
Whisk (ウイスク)	Wing (ウイング)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べる。
 - 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 - 2行目中央 キューイングの際の言い方
 - 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 - 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 - 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ワルツの特徴

基本のタイミングは123で通常、1小節で3つのステップを行うが、12&3、1&23、123&などのタイミングを使う場合もある。ワルツの主な特徴はリズムに合わせて体を上下させることである。カウント1では体は低い位置にあり1の終わりでライズ(Rise)し始める。カウント2から3にかけてライズを継続し、3で体は最も高い位置となり3の終わりでロー(体を低い位置に下げること)する。

●Back Back/Lock Back (バック・バック・ロック・バック)

[省略形] bk, bk/lk, bk [キュー] Back Back/Lock Back [タイミング] 12&3;

[足形] BK, BK/LK, BK; (FWD, FWD/LK, FWD;)

[男性] バンジョー・ポジションで左足を後ろにステップ、右足を後ろにステップ／左足を前にロック(Lock), 右足を後ろにステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで右足を前にステップ、左足を前にステップ／右足を後ろにロック(Lock), 左足を前にステップ;

●Box Finish(ボックス・フィニッシュ)

[省略形] box fin [キュー] Box Finish [タイミング] 123;

[足形] BK TRN, SD, CL; (FWD TRN, SD, CL;)

[男性] 右足を後ろにステップし左に回転する, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 左足を前にステップし左に回転する, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 回転量は最大で1/4である。

●Chasse(シャッセ)

[省略形] 規定なし [キュー] Chasse (to 終わりのポジション) [タイミング] 1&2

[足形] SD/CL, SD,

[男性] 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、初めと終わりのポジションは様々である。

●Chasse Variations

Chasse のバリエーションを以下に説明する。

①Forward Chasse(フォワード・シャッセ)

[省略形] fwd chasse to SCP [キュー] Forward Chasse to Semi-Closed [タイミング] 12&3

[足形] FWD TRN, SD/CL, SD; (BK TRN, SD/CL, SD;)

バンジョー・ポジションから行いセミ・クローズド・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 左足を後ろにステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

②Thru Chasse(スルー・シャッセ)

[省略形] thru chasse to BJO [キュー] Thru Chasse to Banjo [タイミング] 12&3

[足形] THRU TRN, SD/CL, SD;

セミ・クローズド・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] 左足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

③Thru Chasse(スルー・シャッセ)

[省略形] thru chasse to SCP [キュー] Thru Chasse to Semi-Closed [タイミング] 12&3[足形] THRU TRN, SD/CL, SD;

セミ・クローズド・ポジションから行いセミ・クローズド・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 左足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

④Turn Left & Right Chasse(ターン・レフト・アンド・ライト・シャッセ)

[省略形] trn L & R chasse to BJO [キュー] Turn Left & Right Chasse to Banjo[タイミング] 12&3[足形] FWD, SD TRN/CL, SD; (BK, SD TRN/CL, SD;)

クローズド・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 左足を前にステップし左に1/4回転する, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 左回転し右足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左回転し左足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[注記] 進む方向、ポジション、回転方向、リズムは様々であるが殆どの場合には上記のように踊られる。

⑤Forward Forward/Lock Forward(フォワード・フォワード・ロック・フォワード)

[省略形] fwd fwd/lk fwd [キュー] Forward Forward/Lock Forward [タイミング] 12&3;[足形] FWD, FWD/LK, FWD; (BK, BK/LK, BK;)

[男性] バンジョー・ポジションで右足を前にステップ, 左足を前にステップ/右足を後ろにロック(Lock), 左足を前にステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで左足を後ろにステップ, 右足を後ろにステップ/左足を前にロック(Lock), 右足を後ろにステップ;

●Hover(ホバー)

[省略形] hvr [キュー] Hover [タイミング] 123;[足形] FWD, FWD & SD RISE, SD & FWD; (BK, BK & SD RISE, SD & FWD;)

通常、クローズド・ポジションから行う。

[男性] 左足を前にステップ, 右足を前少し横にステップしライズ(Rise)する, 左足を横少し前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足を後ろ少し横にステップしてライズ(Rise)しセミ・クローズド・ポジションになる, 右足を横少し前にステップする;

[注記] 2歩目で男性は左足を右足の方向に、女性は右足を左足の方向にブラッシュしても良い。

バンジョー・ポジションから行う場合は1歩目でクローズド・ポジションになる。

●Hover Variations

Hover のバリエーションを以下に説明する。

①Back Hover(バック・ホバー)

[省略形] bk hvr [キュー] Back Hover (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] BK, SD & BK RISE, REC; (FWD, SD & FWD RISE & BRUSH, REC;)

[男性] 左足を後ろにステップ, 右足を斜め後ろにステップし少しライズ(Rise)する, 左足にリカバー;

[女性] 右足を前にステップ, 左足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), 右足にリカバー;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

初めと終わりのポジションは様々で、女性は2歩目で回転する場合もある。例えばバンジョー・ポジションでリード・フットから Back Hover to Semi-Closed を行うと、女性は2歩目で右回転しセミ・クローズド・ポジションで終わる。

②Cross Hover(クロス・ホバー)

[省略形] X hvr [キュー] Cross Hover (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] XIF, SD & FWD RISE, FWD & SD; (XIB, SD & BK RISE, BK & SD;)

サイドカー・ポジションから行う場合は以下のようなになる。

[男性] 左足を少し前に交差してステップしライズ(Rise)と左回転を始める, 右足を横少し前にステップしてライズと左回転を継続する(ここまでに1/4回転), バンジョー・ポジションになるように斜め前に左足をステップしロワー(ここでは膝を緩めること)する;

[女性] 右足を少し後ろに交差してステップしライズ(Rise)と左回転を始める, 左足を横少し後ろにステップしてライズと左回転を継続する(ここまでに1/4回転), バンジョー・ポジションになるように斜め後ろに右足をステップしロワー(ここでは膝を緩めること)する;

[注記] Cross Hover は進んでいくフィギュアであり、各々のステップは斜めに出す。サイドカー・ポジションから始まる場合、バンジョー・ポジションからセミ・クローズド・ポジションで終わる。セミ・クローズド・ポジションで終わる場合は、2歩目の終わりで男性は上体を少し右に回転し、女性は2歩目の終わりで右に多めに回転して3歩目は前を出す。

バンジョー・ポジションで男性右足、女性左足から行う場合もある。その場合、回転は右回転となり、サイドカー・ポジションで終わる。

女性は2歩目の終わりに体重が乗っている足のそばへもう一方の足をブラッシュ(Brush)してもよい。

③Forward Hover(フォワード・ホバー)

[省略形] fwd hvr [キュー] Forward Hover (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;

[足形] FWD, SD & FWD RISE, REC; (BK, SD & BK RISE, REC;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)する, 左足にリカバー;

[女性] クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, 左足を斜め後ろにステップして少しライズ(Rise)する, 右足にリカバー;

④ Hover Fallaway (ホバー・フォールアウェイ)

[省略形] hvr falwy [キュー] Hover Fallaway [タイミング] 123;[足形] FWD, FWD RISE, REC;

[男性] セミ・クローズド・ポジションで右足を前にステップ, 左足を前にステップしてライズ(Rise)しチェックする, 右足にリカバー;

[女性] セミ・クローズド・ポジションで左足を前にステップ, 右足を前にステップしてライズ(Rise)しチェックする, 左足にリカバー;

[注記] 終始セミ・クローズド・ポジションで行う。

⑤ Thru Hover (スルー・ホバー)

[省略形] thru hov [キュー] Thru Hover (to 終わりのポジション) [タイミング] 123;[足形] THRU, FWD [/TURN] RISE, REC; (THRU, FWD [/TURN] RISE & BRUSH, REC;)

男女が同じ方向を向き女性が男性の右側に位置するポジションから行う場合以下のようになる。

[男性] 右足をスルー(Thru), 左足を前にステップしライズ(Rise)(この時必要に応じて回転する), 右足にリカバーし指示されたポジションになる;

[女性] 左足をスルー(Thru), 右足を前にステップしてライズ(Rise)し左足を右足の方向にブラッシュ(Brush)(この時必要に応じて回転する), 左足にリカバーし指示されたポジションになる;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

通常、回転は伴わないが、指示されたポジションとなるために必要ならば男性、女性又は男女が2歩目で回転する。回転を伴う場合の一般的な例としては、セミ・クローズド・ポジションから行き女性が2歩目に左回転しバンジョー・ポジションで終わる Thru Hover to BJO がある。

● Impetus to Semi-Closed Position (インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] imp to SCP [キュー] Impetus to Semi-Closed [タイミング] 123;[足形] BK, CL TRN, FWD; (FWD, SD & FWD TRN, FWD;)

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップする, 右足を左足に平行に合わせて左足のヒールで右回転を継続し右足に体重を乗せる(通常、ここまでで3/8回転する), セミ・クローズド・ポジションになり左足を前にステップ;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前にステップする, 男性の周りを回るように左足を横斜め前にステップして右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), セミ・クローズド・ポジションになり右足を前にステップ;

[注記] 女性の1歩目は、クローズド・ポジションから行う場合は男性の足の間にステップし、バンジョー・ポジションから行う場合は男性の(女性から見て)左側にステップする。

終始両膝は緩めておく。

Open Impetus(オープン・インピタス)とキューされることもある。

●Interrupted Box(インターラプテッド・ボックス)

[省略形] intrpd box [キュー] Interrupted Box [タイミング] 123;123;123;123;[足形] FWD, SD, CL; BK, SD, CL; FWD, SD, CL; BK, SD, CL;(BK, SD, CL; FWD, FWD TRN, FWD TRN; FWD TRN, FWD TRN, FWD TRN; FWD, SD, CL;)

- [男性] ①左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
 ②右足を後ろにステップし上体を少し右に回転させ繋いだリードハンドを上げる, 左足を横にステップし繋いだリードハンドの下で女性が右回転を始められるようにリードする, 右足をクローズ;
 ③左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 指示されたポジションになるように左足をクローズ;
 ④右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
 ②左足を前にステップし上体を少し右に回転する, 繋いだリードハンドの下で右回転を始め弧を描くように右足を前にステップ, 弧を描くように左足を前にステップ;
 ③弧を描くように右足を前にステップ, 弧を描くように左足を前にステップ, 指示されたポジションになるように右足を前にステップ(ここまでに女性は1周回る);
 ④左足を前にステップ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
- [注記] 男性は2回BOXを行う。女性は1/2BOXを行い、その後1歩前進して上体を右回転し始め、右手の下で右回転方向に弧を描くように5歩前進で1回転し、その後BOXの後半を行う。初めと終わりはクローズド・ポジションかバタフライ・ポジションである。

●Pivot to Semi-Closed Position(ピボット・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] Pvt to SCP [キュー] Pivot to Semi [タイミング] 123;[足形] BK TRN, FWD TRN, SD & FWD; (FWD TRN, BK TRN, SD & FWD;)

クローズド・ポジションから行う。

- [男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップし伸ばした右脚を前に残したまま右に約3/8回転する, 女性の足の間に右足をヒールからトゥと前にステップし右に約3/8回転する, セミ・クローズド・ポジションになるように女性をリードし左足を斜め前へステップする;
- [女性] 上体の右回転を始め男性の足の間に右足をヒールからトゥと前にステップし伸ばした左脚を後ろに残したまま右に約3/8回転する, 左足を後ろにステップし伸ばした右脚を前に残したまま右に約3/8回転する, セミ・クローズド・ポジションになるように右足を斜め前へステップする;
- [注記] 通常、RLOD 向きのクローズド・ポジションから始まりLOD 向きのセミ・クローズド・ポジションで終わる。膝は終始緩めておく。2歩目の終わりで少しライズ(Rise)する。

●Slip Pivot(スリップ・ピボット)

[省略形] slp_pvt [キュー] Slip Pivot [タイミング] 123;

[足形] BK, BK TRN, FWD; (BK TRN, FWD TRN, BK;)

[男性] 左足を後ろにステップ, 右足を後ろにステップし左回転する(左脚は伸ばしておく), 左足を前にステップ;

[女性] 右足を後ろにステップし右足のボールで左回転を始める(左脚は伸ばして右脚から離さない), 左回転を継続し左足を前(男性の右足の近く)にステップ, 右足を後ろにステップ;

[注記] セミ・クローズド・ポジションから行き通常、バンジョー・ポジションで終わる。

●Spin Turn(スピン・ターン)

[省略形] spn_trn [キュー] Spin Turn [タイミング] 123;

[足形] BK PVT, FWD RISE, SD & BK; (FWD PVT, BK RISE BRUSH, SD & FWD;)

逆LOD向きのクローズド・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップし右に1/2回転してLODを向く, 右足を前に(女性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回転を継続する(左脚は斜め後ろに伸ばしておく), 左足を斜め後ろにステップ;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前に(男性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回りのピボット(Pivot)で1/2回転する, 左足を後ろにステップし右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), 右足を斜め前にステップ;

[注記] 通常、上記の説明のように逆LOD向きのクローズド・ポジションから行う。

このフィギュアは右に回転し基本的な回転量は5/8で、逆LOD向きから行った場合には斜め壁向きで終わる。

但し、回転量は異なる場合もあり、その範囲は1/2~7/8回転で、回転は2歩目と3歩目の間までに行う。

以下のようにキューすることを推奨する。

回転量が7/8の場合 : Spin Overturn(スピン・オーバーターン)

回転量が1/2又は3/4の場合 : Spin Turn [to 終わりの方向] (例えば、スピン・ターン・トゥ・フェイス・ウォール)

●Whisk(ウイスク)

[省略形] wsk [キュー] Whisk [タイミング] 123;

[足形] FWD, FWD & SD RISE, XIB; (BK, BK & SD RISE, XIB;)

クローズド・ポジション又はバンジョー・ポジションから行う。

[男性] 左足を前にステップ, 右足を斜め前にステップしライズ(Rise)を始める, 左足を後ろに交差してステップし更にライズしてセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足を斜め後ろにステップしライズ(Rise)を始める, 右足を後ろに交差してステップし更にライズしてセミ・クローズド・ポジションになる;

●Wing(ウイング)

[省略形] 規定なし

[キュー] Wing

[タイミング] 123;

[足形] FWD, DRAW, TCH; (FWD, FWD TRN, FWD TRN;)

セミ・クローズド・ポジションから行う。

[男性] 右足を前にステップ, 左足を右足の方向にドロウ, 体の右側をストレッチし上体を左に回転して左足を右足にタッチ;

[女性] 左足を前にステップし男性の前を左回りに横切る動きを始める, 左回りの動きを継続し右足を前にステップ, 左回りの動きを更に継続し左足を前にステップしてサイドカー・ポジションになる;

[注記] LOD向き又は斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行った場合は斜め円心向きのサイドカー・ポジションで終わる。

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ワルツの特徴

基本のタイミングは123で通常、1小節で3つのステップを行うが、12&3、1&23、123&などのタイミングを使う場合もある。ワルツの主な特徴はリズムに合わせて体を上下させることである。カウント1では体は低い位置にあり1の終わりでライズ(Rise)し始める。カウント2から3にかけてライズを継続し、3で体は最も高い位置となり3の終わりでロー(体を低い位置に下げること)する。

●Chair and Slip(チェアー・アンド・スリップ)

[省略形] chr & slp [キュー] Chair and Slip [タイミング] 123;

[足形] LUN THRU, REC, SLP BK; (LUN THRU, REC, SWVL FWD;)

[男性] セミ・クローズド・ポジションから右足でチェアー(フェイズⅢの Chair を参照)してチェック、左足にリカバー(ライズしない)、上体を少し左回転させながら右足を左足の後ろにスリップし左回転を継続して円心斜め向きになる;

[女性] セミ・クローズド・ポジションから左足でチェアー(フェイズⅢの Chair を参照)してチェック、右足にリカバー(ライズしない)、右足で左にスィブルし左足を前にステップしてクローズド・ポジションになる;

●Change of Direction(チェンジ・オブ・ディレクション)

[省略形] chg of dir [キュー] Change of Direction [タイミング] 1,2,-;

[足形] FWD, FWD TRNG DRAW, -; (BK, BK TRNG DRAW, -;)

斜め壁向きのクローズド・ポジションからう場合、次のようになる。

[男性] 左足を前にステップ、右足を前にステップし右肩を先行させ左に回転し左足を右足にドロ―し始める、左足のドロ―を継続する(体重は右足に乗せたまま);

[女性] 右足を後ろにステップ、左足を後ろにステップし左肩を先行させ左に回転し右足を左足にドロ―し始める、右足のドロ―を継続する(体重は左足に乗せたまま);

[注記] 終始クローズド・ポジションで行い、回転量は最大で1/4である。

このフィギュアでは左への回転は2歩目のトゥが床に着いた時から始まり、左回転が完了することによって結果的に2歩目は横にステップしたようになる。1歩目で左回転し、2歩目は横にステップ・・・ではなく、あくまでも2歩目は前進である。

●Develope(デベロッパ)

[省略形] 規定なし [キュー] Develope [タイミング] 1,2,3;

[足形] FWD CK, -, -; (BK, FT UP, EXTEND FT;)

男女が向き合ったポジションでリード・フットから女性だけが行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を女性の外側(男性から見て女性の右側)へチェック, -, -;

[女性] 右足を後ろにステップ、左足を右膝の内側まで上げる、左脚を前に伸ばす;

[注記] ボールで立ち体を上に伸ばした状態で行うが膝は緩めておく。

様々なポジションで行うことが出来、左右どちらの足でも又、男女のどちらか一方でも両方でも行うことが出来、スィブルを伴うこともある。

トレイル・フットから行う場合、男性は女性の外側(男性から見て女性の左側)へ前にチェックする。

●Diamond Turn(ダイヤモンド・ターン)

[省略形] Diam trn [キュー] Diamond Turn [タイミング] 123; 123; 123; 123;

[足形] FWD, SD, BK; BK, SD, FWD; FWD, SD, BK; BK, SD, FWD;
(BK, SD, FWD; FWD, SD, BK; BK, SD, FWD; FWD, SD, BK;)

- [男性] ①斜め方向に左足を前にステップし左回転, 左回転を継続し右足を横にステップ, バンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
 ②バンジョー・ポジションのまま左回転し右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, バンジョー・ポジションで右足を前にステップ;
 ③斜め方向に左足を前にステップし左回転, 右足を横にステップ, バンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
 ④バンジョー・ポジションで右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を横にステップ, 右足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [女性] ①斜め方向に右足を後ろにステップし左回転, 左回転を継続し左足を横にステップ, 男性の外側に右足を前にステップ;
 ②左足を前にステップし左に回転, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップ;
 ③斜め方向に右足を後ろにステップし左回転, 左足を横にステップ, 男性の外側に右足を前にステップ;
 ④左足を前にステップし左回転, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [注記] 各小節で左に1/4回転し、4小節で1回転する。始めのポジションと方向は振付による。

【S 協追記】

斜め円心向きのクローズド・ポジションから行う場合、次のように行う。

- [男性] ①左足を前にステップし左回転, 左回転を継続し右足を横にステップ, 逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
 ②バンジョー・ポジションのまま左回転し右足を後ろにステップ, 左足を横にステップ, 逆斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
 ③左足を前にステップし左回転, 右足を横にステップ, 斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
 ④バンジョー・ポジションで右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を横にステップ, 右足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [女性] ①右足を後ろにステップし左回転, 左回転を継続し左足を横にステップ, 逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
 ②左足を前にステップし左に回転, 右足を横にステップ, 逆斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
 ③右足を後ろにステップし左回転, 左足を横にステップ, 斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
 ④左足を前にステップし左回転, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [注記] LOD向きのクローズド・ポジション、斜め円心向きのバンジョー・ポジション、LOD向きのバンジョー・ポジションから行う場合は1小節目が終わった時に逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになるよう回転量を調整する。

● Drag Hesitation (ドラグ・ヘジテーション)

[省略形] drg hes [キュー] Drag Hesitation [タイミング] 1,2,-;

[足形] FWD, TRN SD DRAW, -; (BK, TRN SD DRAW, -;)

[男性] 左足を前にステップ, 左回転を始め右足を横にステップし左足を右足にドロース始める, 左回転と左足のドロースを継続しバンジョー・ポジションになる(体重は右足に乗せたまま);

[女性] 右足を後ろにステップ, 左回転を始め左足を横にステップし右足を左足にドロース始める, 左回転と右足のドロースを継続しバンジョー・ポジションになる(体重は左足に乗せたまま);

[注記] パートナーと向き合ったポジションで行い、回転量は約3/8で、通常逆斜め円心向きで終わる。

● Hesitation Change (ヘジテーション・チェンジ)

[省略形] hes chg [キュー] Hesitation Change [タイミング] 1,2,-;

[足形] BK, TRN SD DRAW, -; (FWD, TRN SD DRAW, -;)

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップ, 右足を横にステップし右回転を続け左足を右足にドロース始める, 左足のドロースを続ける;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前にステップ, 左足を横にステップし右回転を続け右足を左足にドロース始める, 右足のドロースを続ける;

[注記] 通常クローズド・ポジションで行うが、バンジョー・ポジションで行っても良い。
1/8から1/2右に回転する。

● In and Out Runs (イン・アンド・アウト・ランズ)

[省略形] I/O runs [キュー] In and Out Runs [タイミング] 123; 123;

[足形] FWD & TRN, SD & BK, BK; BK & TRN, SD & FWD TRN, FWD;
(FWD, FWD, FWD; FWD & TRN, FWD & SD TRN, FWD;)

[男性] ① 右足を前にステップし右回転を始める, 壁斜め方向に左足を斜め後ろにステップしクローズド・ポジションになる, 体の右側を先行させて右足を後ろにステップしバンジョー・ポジションになる;

② 左足を後ろにステップし右回転, 女性の足の間に右足を前にステップし右回転を継続, 左足を前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] ① 左足を前にステップ, 男性の足の間に右足を前にステップ, 体の左側を先行させて左足を前にステップしバンジョー・ポジションになる;

② 右足を前にステップし右回転を始める, 左足を斜め前にステップし右回転を継続, 右足を前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] セミ・クローズド・ポジションから行きセミ・クローズド・ポジションで終わる。

●Natural Hover Fallaway(ナチュラル・ホバー・フォールアウェイ)

- [省略形] nat hvr falwy [キュー] Natural Hover Fallaway [タイミング] 123;
- [足形] FWD TRN, FWD TRN, BK; (FWD, FWD TRN, BK;)
- [男性] 右足を前にステップし体を少し右回転, 左足トゥで前にステップし右回転してゆっくりライズ, 右足を後ろにステップ;
- [女性] 左足を前にステップ, 右足トゥで前にステップし右回転してゆっくりライズ, 左足を後ろにステップ;
- [注記] 終始セミ・クローズド・ポジションで行う。
通常右に1/4回転するが最大で1/2回転しても良い。
このフィギュアは前進するフィギュアであり、逆LOD方向にステップしてはならない。

●Oversway(オーバー・スウェイ)

- [省略形] ovrsway [キュー] Oversway [タイミング] 1,
- [足形] SD SWAY, (SD SWAY,)
- クローズド・ポジションから行う。
- [男性] 左足を横にステップし左ひざを緩め右足は伸ばし体の左側をストレッチし指示された方向を向く,
- [女性] 右足を横にステップし右ひざを緩め左足は伸ばし体の右側をストレッチし左を向く,
- [注記] 膝を緩め、少し左に回転する。横に行うディップやコルテと似ている。

●Promenade Sway(プラマネード・スウェイ)

- [省略形] prom sway [キュー] Promenade Sway [タイミング] 12
- [足形] SD & FWD TRN, RELAX KNEE, (SD & FWD TRN, RELAX KNEE,)
- [男性] 左足を斜め前にステップしセミ・クローズド・ポジションになり体の左側をストレッチして上体を少し高く保ち繋いだリード・ハンドの向こうを見る, 左膝を緩める,
- [女性] 右足を斜め前にステップしセミ・クローズド・ポジションになり体の右側をストレッチして上体を少し高く保ち繋いだリード・ハンドの向こうを見る, 右膝を緩める,

●Quick Diamond Four(クイック・ダイヤモンド・フォー)

- [省略形] qk diam 4 [キュー] Quick Diamond 4 [タイミング] 12&3;
- [足形] FWD, SD/BK, BK; (BK, SD/FWD, FWD;)
- [男性] 左足を斜め方向前にステップし左回転を始める, 左回転を継続し右足を横にステップ／左足を後ろにステップ, 右足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [女性] 右足を斜め方向後ろにステップし左回転を始める, 左回転を継続し左足を横にステップ／右足を前にステップ, 左足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [注記] クローズド、サイドカー、バンジョーの各ポジションから行うことができる。

●Telemark to SCP(テレマーク・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] tele to SCP [キュー] Telemark to Semi-Closed [タイミング] 123;[足形] FWD TRN, FWD TRN, SD & FWD; (BK TRN, HEEL TRN, FWD;)

[男性] 左足を前にステップし左回転を始める, 右足を横にステップし左回転を継続, 左足を横少し前にステップしクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップし左回転を始め左足を右足のそばに寄せる(体重は右足のまま), 右足のヒールで左回転し体重を左足に移す, 右足を横少し前にステップしクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] クローズド、サイドカー、バンジョーの各ポジションから行うことが出来、通常左に3/4回転する。

Open Telemark(オープン・テレマーク)とキューされることもある。

●Weave to Banjo Position(ウィーブ・トゥ・バンジョー・ポジション)

[省略形] wev to BJO [キュー] Weave to Banjo [タイミング] 1,2,3; 1,2,3;[足形] FWD, FWD TRN, SD & BK; BK, BK TRN, SD & FWD;
(FWD, TRN SD, SD & FWD; FWD, FWD TRN, SD & BK;)

[男性] ①右足を前(斜め円心方向)にステップ, 左足を前にステップし左回転を始める, 回転を継続し横少し後ろに右足をステップし逆斜め円心向きになる;

②左足を後ろ(LOD 方向)にステップし女性を自分の右側にステップするようリードしてバンジョー・ポジションになる, 右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を斜め前(斜め壁方向)にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] ①左足を前(斜め円心方向)にステップし左回転を始める, 回転を継続し右足を横少し後ろにステップし逆斜め壁向きになる, 回転を継続し左足を斜め前(LOD 方向)にステップ;

②右足を前(LOD 方向且つ女性から見て男性の左側)にステップしバンジョー・ポジションになる, 左足を前(LOD 方向)にステップし回転を継続, 右足を横少し後ろ(斜め壁方向)にステップしバンジョー・ポジションになる;

[注記] 斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行い、スウェイはかけない。

●Weave to SCP(ウィーブ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

- [省略形] wev to SCP [キュー] Weave to Semi-Closed [タイミング] 1,2,3; 1,2,3;
- [足形] FWD, FWD TRN, SD & BK; BK, BK TRN, SD & FWD;
(FWD, SD TRN, SD & FWD; FWD, FWD TRN, SD & FWD;)
- [男性] ①右足を前(斜め円心方向)にステップ, 左足を前にステップし左回転を始める, 回転を継続し横少し後ろに右足をステップし逆斜め円心向きになる;
 ②左足を後ろ(LOD 方向)にステップし女性を自分の右側にステップするようリードしてバンジョー・ポジションになる, 右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を斜め前(斜め壁方向)にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;
- [女性] ①左足を前(斜め円心方向)にステップし左回転を始める, 回転を継続し右足を横少し後ろにステップし逆斜め壁向きになる, 回転を継続し左足を斜め前(LOD 方向)にステップ;
 ②右足を前(LOD 方向且つ女性から見て男性の左側)にステップしバンジョー・ポジションになる, 左足を前(LOD 方向)にステップし回転を継続, 右足を横(斜め壁方向)にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;
- [注記] 斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行い、スウェイはかけない。

フェイズⅢ Cha Cha (チャチャ)

◎掲載フィギュア一覧

Back Basic(バック・ベイシック)	Basic(ベイシック)
Break [to position](ブレイク [トゥ・ポジション])	
Chase(チェイス)	
Chase with Underarm Pass(チェイス・ウイズ・アンダーアーム・パス)	
Chase-Peek-a-Boo(チェイス・ピーク・ア・ブー)	
Chase Peek-a-Boo Double(チェイス・ピーク・ア・ブー・ダブル)	
Circle Away and Together(サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)	
Crab Walks(クラブ・ウォークス)	Cucaracha(クカラチャ)
Fence Line(フェンス・ライン)	Forward Basic(フォワード・ベイシック)
Hand to Hand(ハンド・トゥ・ハンド)	Lariat(ラリアット)
New Yorker(ニュー・ヨーカー)	Open Break(オープン・ブレイク)
Reverse Underarm Turn(リバース・アンダーアーム・ターン)	
Sand Step(サンド・ステップ)	
Shoulder to Shoulder(ショルダー・トゥ・ショルダー)	
Side Walks(サイド・ウォークス)	Sliding Door(スライディング・ドア)
Spot Turn(スポット・ターン)	Time Step(タイム・ステップ)
Traveling Door(トラベリング・ドア)	Underarm Turn(アンダーアーム・ターン)
Walk(ウォーク)	Whip(ウィップ)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 - 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 - 2行目中央 キューイングの際の言い方
 - 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 - 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 - 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎チャチャの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、通常123&4のタイミングで1小節は5つのステップから成る。ひざを緩めボールで床を押しながらステップし、ボールに体重が乗ったらヒールを床に下ろし、ひざを伸ばすと同時にもう一方の足のヒールを上げ、腰をステップした足の方向に動かす。ルンバやチャチャなどのラテン・ダンスではステップする際、足をヒールから床に下ろすのではなく、先ずボールが床に着き次に足の裏全体を床に下ろし、最後はトゥがやや外側を向いた状態となるのが殆どである。一歩目は体重が乗った足の前に少し交差気味にステップする。前進または後退するフィギュアにおける3、4そして5歩目にはロック(Lock)を用いてもよい。

●Back Basic(バック・ベイシック)

[省略形] bk bas [キュー] Back Basic [タイミング] 1,2,3&,4;

[足形] BK, REC, FWD/CL, FWD; (FWD, REC, BK/CL, BK;)

男女が向き合ったポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ;

[女性] 左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を後ろにステップ／右足をクローズ、左足を後ろにステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合、女性の1歩目は後ろになり、3歩目と5歩目は前になる。

男女が同じ足でも、反対の足でも行うことができる。

●Basic(ベイシック)

[省略形] bas [キュー] Basic [タイミング] 1,2,3&,4; 1,2,3&,4;

[足形] FWD, REC, SD/CL, SD; BK, REC, SD/CL, SD;
(BK, REC, SD/CL, SD; FWD, REC, SD/CL, SD;)

[男性] ①左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ;

②右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

[女性] ①右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

②左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ;

[注記] ベイシックは2小節のフィギュアだが半分に分けて使うことも出来る。リード・フットから行う場合、ハーフ・ベイシック(Half Basic)はベイシックの1小節目を指す。トレイル・フットから行う場合、ハーフ・ベイシックはベイシックの2小節目を指し、これは通常、バック・ハーフ・ベイシック(Back Half Basic)と呼ぶ。

●Break [to position](ブレイク [トゥ・ポジション])

[省略形] brk [キュー] Break [to ポジション] [タイミング] 1,2,3&,4;

[足形] SWVL BK, REC, FWD/CL, FWD;

[男性] 右足の上でシャープにスイブルし左足を後ろにステップして指示されたポジションになる、右足にリカバー、左足を前にステップ／右足をクローズ、左足を前にステップ;

[女性] 左足の上でシャープにスイブルし右足を後ろにステップして指示されたポジションになる、左足にリカバー、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

パートナーと向き合ったポジションから行う。

リード・フットから行う場合は男女ともダンスが進んでいく方向を向き、トレイル・フットから行う場合はダンスが進んでいく方向とは反対の方向を向く。

●Chase Peek-a-Boo(チェイス・ピーク・ア・ブー)

[省略形] chs peek-a-boo[キュー] Chase Peek-a-Boo[タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD; SD, REC, CL/SIP, SIP;
SD, REC, CL/SIP, SIP; FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD;
(BK, REC, FWD/CL, FWD; SD, REC, CL/SIP, SIP;
SD, REC, CL/SIP, SIP; FWD, REC, BK/CL, BK;)

- [男性] ①左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップ;
 ②右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
 ③左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
 ④右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
 ②左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
 ③右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
 ④左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を後ろにステップ;
- [注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

●Chase Peek-a-Boo Double(チェイス・ピーク・ア・ブー・ダブル)

[省略形] chs peek-a-boo dbl [キュー] Chase Peek-a-Boo Double[タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4;1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4; 1,2,3&4;[足形] FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD; SD, REC, CL/SIP, SIP;
SD, REC, CL/SIP, SIP; FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD;
SD, REC, CL/SIP, SIP; SD, REC, CL/SIP, SIP;
FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC, FWD/CL, FWD;
(BK, REC, FWD/CL, FWD; SD, REC, CL/SIP, SIP;
SD, REC, CL/SIP, SIP; FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD;
SD, REC, CL/SIP, SIP; SD, REC, CL/SIP, SIP;
FWD TRN 1/2, REC, FWD/CL, FWD; FWD, REC, BK/CL, BK;)

- [男性] ①左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップ;
②右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
③左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
④右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
⑤左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
⑥右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
⑦左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を後ろにステップ;
⑧右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
②左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
③右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
④左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップ;
⑤右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;
⑥左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;
⑦右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
⑧左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を後ろにステップ;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。
最後の1小節あるいは2小節はバタフライ・ポジションでよく踊られる。

● Circle Away and Together(サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)

[省略形] circ awy & tog [キュー] Circle Away & Together [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD TRN, FWD TRN, FWD TRN/CL, FWD TRN;
FWD TRN, FWD TRN, FWD TRN/CL, FWD TRN;

[男性] ①パートナーから離れるように左に向きを変え左足を前にステップし円状の動きを始める, 右足を前にステップ, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップ;
②円状の動きを継続しパートナーに近づくように右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップし指示されたポジションになる;

[女性] ①パートナーから離れるように右に向きを変え右足を前にステップし円状の動きを始める, 左足を前にステップ, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
②円状の動きを継続しパートナーに近づくように左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップし指示されたポジションになる;

[注記] このフィギュアは2小節から成るが、前半だけ(Circle Away)又は後半だけ(Circle Together)を用いることも出来る。

Circle Away をLOD向きのオープン・ポジション又は壁向きのバタフライ・ポジションでリード・フットから行う場合、男性は左回りに円心の方向に進み、女性は右回りに壁の方向に進み、パートナーと離れた位置で男女とも逆LOD向きとなる。

Circle Together をパートナーと離れた位置で男女とも逆LODを向いた状態でトレイル・フットから行う場合、男性は左回りに壁の方向に進み、女性は右回りに円心の方向に進み、指示されたポジションとなる。

● Crab Walks(クラブ・ウォークス)

[省略形] crb wlks [キュー] Crab Walks [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] XIF, SD, XIF/SD, XIF; SD, XIF, SD/CL, SD;
(XIF, SD, XIF/SD, XIF; SD, XIF, SD/CL, SD;)

[男性] ①右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ/左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ;
②左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] ①左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ/右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ;
②右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] クローズド・ポジションまたはバタフライ・ポジションで行う。

上体はパートナーと向き合ったまま行う。交差するステップは腰をダンスが進んでいく方向に向ける事により膝を先行させる(例えば、上記の男性の1歩目は、上体はパートナーの方を向けたまま腰を左に向けながら右膝を緩め、更に腰を左に向けて右膝を左足の前を通し、そして右膝を伸ばして左足の前に交差してステップする)。横へのステップでは腰はパートナーの方に向ける。

どちらの足からでも行うことが出来る。

●Cucaracha(クカラチャ)

[省略形] cuca [キュー] Cucaracha [タイミング] 1,2,3&4;[足形] SD, REC, CL/STP, STP;

[男性] 左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ/右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;

[女性] 右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ/左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

横へのステップではステップした足に全体重は乗せない。横へのステップは体重の一部だけに乗せ、ボール(足の指の付け根)の上で足を回転させる。

通常、始まりと終わりはクローズド・ポジション又はバタフライ・ポジションで、1歩目は横或いは斜め後ろへのステップである。

●Fence Line(フェンス・ライン)

[省略形] fnc line [キュー] Fence Line [タイミング] 1,2,3&4;[足形] X LUN, REC, SD/CL, SD;

[男性] バタフライ・ポジションで左足を前に交差してランジ(Lunge)し右を見る, 右足にリカバー, 左足を横にステップ/右足をとじる, 左足を横にステップ;

[女性] バタフライ・ポジションで右足を前に交差してランジ(Lunge)し左を見る, 左足にリカバー, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] 左右どちらの足からでも行うことができる。

●Forward Basic(フォワード・ベーシック)

[省略形] fwd bas [キュー] Forward Basic [タイミング] 1,2,3&4;[足形] FWD, REC, BK/CL, BK; (BK, REC, FWD/CL, FWD;)

男女が向き合ったポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をとじる, 左足を後ろにステップ;

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をとじる, 右足を前にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合、女性の1歩目は前になり、3歩目と5歩目は後ろになる。

男女が同じ足でも、反対の足でも行うことができる。

●Hand to Hand(ハンド・トウ・ハンド)

[省略形] hnd-hnd

[キュー] Hand to Hand

[タイミング] 1,2,3&4;

[足形] SWVL BK, REC TO FC, SD/CL, SD;

[男性] 右足の上でシャープに左に1/4回転スイブルしオープン・ポジションになり左足を後ろにステップ, 右足にリカバーし右に1/4回転してパートナーと向き合う, 左足を横にステップ／右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 左足の上でシャープに右に1/4回転スイブルしオープン・ポジションになり右足を後ろにステップ, 左足にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ／左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、男性右足、女性左足から行う場合は1歩目でレフト・オープン・ポジションになる。
通常、バタフライ・ポジションから行い、バタフライ・ポジションで終わる。

●Lariat(ラリアット)

[省略形] lrt

[キュー] Lariat

[タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] IN PLC STP, STP, STP/STP, STP; STP, STP, STP/STP, STP;
(FWD, FWD, FWD/CL, FWD; FWD, FWD, FWD/CL, SD;)

[男性] ①左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ／右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ;

②右足をその場でステップ, 左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ／左足をその場でステップ, 右足をその場でステップ;

[女性] ①リード・ハンドを繋いだまま右足を前にステップし男性の周りを時計回りに回り始める, 左足を前にステップ, 右足を前にステップ／左足をクローズ, 右足を前にステップ;

②時計回りの動きを継続し左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足を横にステップ／右足をクローズしパートナーの方を向く, 左足を横にステップ;

[注記] リード・ハンドを繋ぎ、男性から見て女性が右側に立ち、男性と反対の方向を向いたポジションから行う。

終始手を繋いだまま行う。

しかし、このフィギュアには多くのバリエーションがあり、以下にその例を示す。

- ・上記とは異なるポジションから行う。
- ・上記とは手の使い方が異なる。
- ・男性が上記とは異なるステップを行う。
- ・女性が反時計回りに回る。
- ・3小節行う。
- など。

但し、男性が向きを変えることはない。

●New Yorker(ニュー・ヨーカー)

[省略形] ny [キュー] New Yorker [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] SWVL THRU, REC SWVL TO FC, SD/CL, SD;

リード・フットから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足の上で右にスイブルし左足を前にステップしてパートナーと横に並んだポジションになる(左脚の膝は伸びている), 右足にリカバーし右足の上で左にスイブルしてパートナーと向き合う, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 左足の上で左にスイブルし右足を前にステップしてパートナーと横に並んだポジションになる(右脚の膝は伸びている), 左足にリカバーし左足の上で右にスイブルしてパートナーと向き合う, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。
通常、向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

●Open Break(オープン・ブレイク)

[省略形] op brk [キュー] Open Break [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] RK APT, REC, SD/CL, SD;

男女が向き合ったポジションから行う。

[男性] パートナーから離れる方向に左足を力強くステップしレフト・オープン・フェイスング・ポジションになり右手を上げて掌を外側に向ける, 右足にリカバーし右手を下げる, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] パートナーから離れる方向に右足を力強くステップしレフト・オープン・フェイスング・ポジションになり左手を上げ掌を外側に向ける, 左足にリカバーし左手を下げる, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] 3歩目はパートナーから離れるように少し向きを変えてステップしても良い。

●Reverse Underarm Turn(リバース・アンダーアーム・ターン)

[省略形] rev undrm trn [キュー] Reverse Underarm Turn [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] XIF, REC, SD/CL, SD; (SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD/CL, SD;)

パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

[男性] 繋いだリード・ハンドを上げ左足を前に交差してステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 左足の上で左に1/4回転スイブル(Swivel)し右足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する, 左足を前にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

● Sand Step (サンド・ステップ)

[省略形] sndstp [キュー] Sand Step [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] TOE, HEEL, XIF/SD, XIF;

リード・フットから行う場合、以下のように行う。

[男性] 右足の上で少し右にスイブルし左膝を内側に向けて右足の内側に左足のトゥを当てる(体重は移動しない), 右足の上で少し左にスイブルし左膝を外側に向けて右足のヒールを床に当てる(体重は移動しない), 右足の上で少し右にスイブルし左足を前に交差してステップ/右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ;

[女性] 左足の上で少し左にスイブルし右膝を内側に向けて左足の内側に右足のトゥを当てる(体重は移動しない), 左足の上で少し右にスイブルし右膝を外側に向けて左足のヒールを床に当てる(体重は移動しない), 左足の上で少し左にスイブルし右足を前に交差してステップ/左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

● Shoulder to Shoulder (ショルダー・トゥ・ショルダー)

[省略形] shldr-shldr [キュー] Shoulder to Shoulder [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] RK FWD, REC, SD/CL, SD; (RK BK, REC, SD/CL, SD);

バタフライ・ポジションから行う。

[男性] 少し右に向きを変え左足を前にステップしバタフライ・サイドカー・ポジションになる, 右足にリカバーしパートナーと向き合う, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 少し右に向きを変え右足を後ろにステップしバタフライ・サイドカー・ポジションになる, 左足にリカバーしパートナーと向き合う, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができ、トレイル・フットから行う場合は1歩目を少し左に向きを変えてステップしバタフライ・バンジョー・ポジションになる。

● Side Walks (サイド・ウォークス)

[省略形] sd wlks [キュー] Side Walks [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] SD, CL, SD/CL, SD; CL, SD, CL/SD, CL;

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

②右足をクローズ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

②左足をクローズ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができ、左足から行う場合は左に進み、右足から行う場合は右に進む。

クローズド・ポジション又は、バタフライ・ポジションで行う。

●Sliding Door(スライディング・ドア)

[省略形] sldg dr [キュー] Sliding Door [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] RK APT, REC, XIF/SD, XIF;

オープン・ポジションから行う場合、以下のように行う。

[男性] 左足をパートナーから離れるように横にロック(Rock), 右足にリカバーし繋いだ手を離す, 左足を前に交差してステップし女性の後ろを通して位置後退する(向きは変えない) / 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ;

[女性] 右足をパートナーから離れるように横にロック(Rock), 左足にリカバーし繋いだ手を離す, 右足を前に交差してステップし男性の前を通して位置後退する(向きは変えない) / 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ

[注記] 男女が同じ方向を向いて横に並んだポジションから行い、1歩目はパートナーから離れるようにステップする。

●Spot Turn(スポット・ターン)

[省略形] spt trn [キュー] Spot Turn [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD/CL, SD;

[男女] 左足の上で左に1/4回転スイブル(Swivel)し右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ / 左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[注記] 1人で行うフィギュアで、通常1回転しパートナーと向き合って終わる。
どちらの足からでも行うことが出来、1歩目が左足の場合は右に回転し、1歩目が右足の場合は左に回転する。

●Time Step(タイム・ステップ)

[省略形] tim stp [キュー] Time Step [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] XIB, REC, SD/CL, SD;

[男女] 左足を後ろに交差してステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ / 右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。
通常、パートナーと向き合い手を繋がないポジション或いはバタフライ・ポジションで行う。
パートナーと体を平行なまま又は、ほんの少しだけ向きを変えて行う。

●Traveling Door(トラベリング・ドア)

[省略形] trav dr [キュー] Traveling Door [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] RK SD, REC, XIF/SD, XIF;

[男性] 左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足を前に交差してステップ / 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ;

[女性] 右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足を前に交差してステップ / 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、パートナーと向き合ったポジションから行う。

●Underarm Turn(アンダーアーム・ターン)

[省略形] undrm trn [キュー] Underarm Turn [タイミング] 1,2,3&,4;

[足形] BK, REC, SD/CL, SD; (SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD/CL, SD;)

パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

[男性] 繋いだリード・ハンドを上げ上体を少し右に回転させ右足を後ろにステップ、左足にリカバーし上体をパートナーの方に向ける、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

[女性] 右足の上で右に1/4回転スイブル(Swivel)し左足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転、右足を前にリカバーし右に1/4回転してパートナーと向き合う、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ;

[注記] 壁向きのポジションから行う場合、男性の1歩目は斜め円心方向に後ろにステップする。

●Walk(ウォーク)

[省略形] wlk [キュー] Walk [タイミング] 1,2,3&,4;

[足形] FWD, FWD, FWD/CL, FWD;

[男女] 指示されたポジションで左足を前にステップ、右足を前にステップ、左足を前にステップ／右足をクローズ、左足を前にステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。
スイブル(Swivel)を使っても良い。

●Whip(ウィップ)

[省略形] whp [キュー] Whip [タイミング] 1,2,3&,4;

[足形] BK TRN, REC, SD/CL, SD; (FWD, FWD TRN, SD/CL, SD;)

[男性] 右足を後ろにステップし左に1/4回転、左足を前にステップし更に左に1/4回転、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

[女性] 左足を前にステップし男性の(男性から見て)左側に進む、右足を前にステップして左に1/2回転する、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ;;

[注記] クローズド、レフト・オープン・フェイスング、バタフライの各ポジションから行うことが出来る。
通常、左に1/2回転し、バタフライ・ポジションで終わる。

フェイスⅣ Cha Cha (チャチャ)

◎掲載フィギュア一覧

Aida(アイダ)	Alemana(アレマーナ)
Alemana from a Fan(アレマーナ・フロム・ア・ファン)	
Cross Body(クロス・ボディ)	Develope(デベロッパ)
Fan [from a 1/2 Basic](ファン[ハーフ・ベイシックから])	
Flirt(フラート)	Hockey Stick(ホッケー・スティック)
Parallel Chase(パラレル・チェイス)	Switch(スイッチ)
Switch Rock(スイッチ・ロック)	Trade Places(トレード・プレイスイズ)
Triple Cha Forward or Back(トリプル・チャ・フォワード 又は バック)	
Umbrella Turn(アンブレラ・ターン)	Umbrella Turn(アンブレラ・ターン)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 - 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 - 2行目中央 キューイングの際の言い方
 - 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 - 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 - 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎チャチャの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、通常123&4のタイミングで1小節は5つのステップから成る。ひざを緩めボールで床を押しながらステップし、ボールに体重が乗ったらヒールを床に下ろし、ひざを伸ばすと同時にもう一方の足のヒールを上げ、腰をステップした足の方向に動かす。ルンバやチャチャなどのラテン・ダンスではステップする際、足をヒールから床に下ろすのではなく、先ずボールが床に着き次に足の裏全体を床に下ろし、最後はトゥがやや外側を向いた状態となるのが殆どである。一歩目は体重が乗った足の前に少し交差気味にステップする。前進または後退するフィギュアにおける3, 4そして5歩目にはロック(Lock)を用いてもよい。

●Aida(アイダ)

[省略形] 規定なし

[キュー] Aida

[タイミング] 1,2,3&4;[足形] FWD TRN, SD TRN, BK/LK, BK;

男女が同じ方向を向き左側が男性、右側が女性のポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足を前にステップして右回転, 左足を横にステップして右回転を継続, 右足を後ろにステップ/左足を前にロック(Lock), 右足を後ろにステップ;

[女性] 左足を前にステップして左回転, 右足を横にステップして左回転を継続, 左足を後ろにステップ/右足を前にロック(Lock), 左足を後ろにステップ;

[注記] セミ・クローズド、バタフライ、オープン、オープン・フェイスングの各ポジションから行うことが出来る。

バタフライ・ポジション、オープン・フェイスング・ポジションから行う場合、1歩目はパートナーとの間を通過させるステップ(スルー)となる。

Vーバック・トゥー・バック・ポジションで終わる。

上記と反対の足から行う場合は反対の方向に行く。

●Alemana(アレマーナ)

[省略形] 規定なし

[キュー] Alemana

[タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;[足形] FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC, SD/CL, SD;(BK, REC, FWD/CL, FWD TRN; FWD TRN, FWD TRN, SD/CL, SD;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を小さく後ろにステップし女性を右回りにリードする;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ/左足を閉じる, 右足を横にステップ;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップし右回転を始める;

②繋いだリード・ハンドの下で右回転を継続し左足を前にステップ, 右回転を継続し右足を前にステップ, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

男性は1小節目の終わりに繋いだリード・ハンドを上げて手のひら同士を合わせ女性に右回転を始めることを伝える。

女性の2小節目の1歩目と2歩目は前進である。

女性は繋いだリード・ハンドの下で右に1回転する。

●Alemana from a Fan(アレマーナ・フロム・ア・ファン)

[省略形] 規定なし [キュー] Alemana [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD, REC, SD/CL, SD; BK, REC, SD/CL, SD;
(CL, FWD, FWD/FWD, FWD TRN; FWD TRN, FWD TRN, SD/CL, SD;)

[男性] ①左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップし女性を右回りにリードする；
 ②右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を横にステップ／左足を閉じる、右足を横にステップ；

[女性] ①右足をクローズ、左足を前にステップ、右足を前にステップ／左足を前にステップ、右足を前にステップし右にスィブルを始めてパートナーと向き合う；
 ②繋いだリード・ハンドの下で右回転を継続し左足を前にステップ、右回転を継続し右足を前にステップ、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ；

[注記] ファン・ポジションから行い、パートナーと向き合ったポジションで終わる。

女性は繋いだリード・ハンドの下で右に1回転する。

男性は1小節目の終わりに繋いだリード・ハンドを上げて手のひら同士を合わせ女性に右回転を始めることを伝える。

女性の2小節目の1歩目と2歩目は前進である。

●Cross Body(クロス・ボディ)

[省略形] X bdy [キュー] Cross body [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD, REC TRN, SD/CL, SD; BK TRN, REC, SD/CL, SD;
(BK, REC, FWD/CL, FWD; FWD TRN, FWD TRN, SD/CL, SD & BK;)

[男性] ①左足を前にステップ、右足にリカバーし左に1/4回転(上体の回転量は左に1/8)、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ；
 ②左回転を継続し右足を左足の後ろにステップ、左足にリカバー、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ；

[女性] ①右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前(男性の方向)にステップ(この時女性は男性から見て右斜め前に位置し男性と女性はL字型のポジションになっている)；
 ②左足を前にステップし左回転を始める、右足を前にステップし左回転を終える(1歩目と2歩目で左に1/2回転)、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を斜め後ろにステップ；

[注記] 終始クローズド・ポジションで行う。

このフィギュアの回転量は3/8～1/2で、女性は1小節目では回転せず、2小節目で回転する。

●Develope(デベロッパ)

[省略形] 規定なし [キュー] Develope [タイミング] 1,2,3,4;

[足形] FWD CK, -, -, -; (BK -, FT UP, EXTEND FT;)

男女が向き合ったポジションでリード・フットから女性だけが行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を女性の外側(男性から見て女性の右側)へチェック, -, -, -;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を右膝の内側まで上げる, 左脚を前に伸ばす;

[注記] ボールで立ち体を上に伸ばした状態で行うが膝は緩めておく。

様々なポジションで行うことが出来、左右どちらの足でも又、男女のどちらか一方でも両方でも行うことが出来、スィブルを伴うこともある。

トレイル・フットから行う場合、男性は女性の外側(男性から見て女性の左側)へ前にチェックする。

●Fan [from a 1/2 Basic](ファン[ハーフ・ベイシックから])

[省略形] 規定なし [キュー] Fan [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] BK, REC, SD/CL, SD;
(FWD, SD & BK TRN, BK/LK, BK;)

[男性] 右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

[女性] 左足を前にステップ, 左に1/4回転し右足を斜め後ろにステップ, 左足を後ろにステップ/右足を前にロック(Lock), 左足を後ろにステップし右足を前に伸ばし残しておく(体重は左足);

[注記] 男女とも3&4の部分は小さくステップし、ファン・ポジションで終わる。

男性は向きを変えない。

右手同士を繋いだポジションから行う場合、男性は2歩目でリード・ハンドに繋ぎ変える。

●Flirt(フラート)

[省略形] 規定なし [キュー] Flirt [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD, REC, SD/CL, SD; BK, REC, SD/CL, SD;
(BK, REC TRN, SD/CL, SD; BK, REC, SD/CL, SD;)

パートナーと向き合い右手どうしを繋いだ状態から行う。

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

[女性] ①右足を後ろにロック(Rock), 左足にリカバーし左回転を始める, 回転を継続しバルソビアナ・ポジションになり右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;

②左足を後ろにロック(Rock), 右足にリカバー, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップし男性の前を横切ってレフト・バルソビアナ・ポジションになる;

●Hockey Stick(ホッケー・スティック)

[省略形] Hky stk [キュー] Hockey Stick [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] FWD, REC, STP/STP, STP; BK, REC, FWD/CL, FWD;
(CL, FWD, FWD/CL, FWD; FWD, FWD TRN, BK/CL, BK;)[男性] ①左足を前にステップ、右足にリカバー、左足をクローズ／右足をその場でステップ、左足をその場でステップ;
②右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ(逆斜め壁向きで終わる);[女性] ①右足をクローズ、左足を前にステップ、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ;
②左足を前にステップ、右足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で左回転しパートナーと向き合う、左足を後ろにステップ／右足をクローズ、左足を後ろにステップ(斜め円心向きで終わる);

[注記] ファン・ポジションから行い、パートナーと向き合ったポジション又は指示されたポジションで終わる。

女性は繋いだリード・ハンドの下で左に約5/8回転する。

2小節目の3&4の部分はロック(Lock)を使っても良い。

男性は1小節目の3&4の部分で繋いだリード・ハンドを自分の額の前に持ってくることで女性に左回転の準備をするよう伝え、女性は自身で回転する。

●Parallel Chase(パラレル・チェイス)

[省略形] parallel chs [キュー] Parallel Chase [タイミング] 1,2,3&4; 1,2,3&4;

[足形] SD, REC, FWD/CL, FWD; SD, REC, FWD/CL, FWD;

バルソビアナ・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男女] ①左足を横にステップし右に回転、右足を前にリカバーし右に回転してレフト・バルソビアナ・ポジションになる、左足を前にステップ／右足をクローズ、左足を前にステップ;
②左に回転し右足を横にステップ、左足を前にリカバーし左に回転してバルソビアナ・ポジションになる、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ;

[注記] このフィギュアはセイム・フットワーク(Same Footwork)で行う。

レフト又はライトのバルソビアナ・ポジション、スケーターズ・ポジション、シャドー・ポジションで行うことができる。

※Same Footwork とは

男性が左足をステップするときに女性も左足を、男性が右足をステップするときに女性も右足をステップすることを Same Footwork という。

通常の状態すなわち、男性が左足をステップするときに女性は右足を、男性が右足をステップするときに女性は左足をステップすることはオポジット・フットワーク(Opposite Footwork)という。

●Switch(スイッチ)

[省略形] swch [キュー] Switch Cross [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] TRN SD, REC, XIF/SD, XIF;

リード・ハンドを繋いだV-バック・トゥ・バック・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して左足を横にチェック、右足にリカバー、左足を前に交差してステップ／右足を横にステップ、左足を前に交差してステップ;

[女性] 右に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して右足を横にチェック、左足にリカバー、右足を前に交差してステップ／左足を横にステップ、右足を前に交差してステップ;

[注記] トレイル・ハンドを繋いだアイダ・ライン・ポジションから行う場合、上記とは足の左右、回転方向が逆になる。
このフィギュアによりダンスの進む方向が変わる。

●Switch Rock(スイッチ・ロック)

[省略形] swch rk [キュー] Switch Rock [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] TRN SD, REC, SD/CL, SD;

リード・ハンドを繋いだV-バック・トゥ・バック・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して左足を横にチェック、右足にリカバー、左足を横にステップ／右足をクローズ、左足を横にステップ;

[女性] 右に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して右足を横にチェック、左足にリカバー、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

[注記] トレイル・ハンドを繋いだアイダ・ライン・ポジションから行う場合、上記とは足の左右、回転方向が逆になる。
このフィギュアによりダンスの進む方向が変わることは無い。

●Trade Places(トレード・プレイズ)

[省略形] trade plcs [キュー] Trade Places [タイミング] 1,2,3&4;

[足形] RK APT, REC TRN, TRN SD & BK/CL, TRN SD & BK;
(RK APT, REC TRN, TRN SD & BK/CL, TRN SD & BK;)

リード・フットから行う場合、次のようになる。

[男性] ハンドシェイク・ポジションで左足をパートナーから離れるように後ろにステップ、右足にリカバーし右に1/4回転して女性の後ろ側に立ち手を離し一瞬タンデム・ポジションになる、右回転を始め左足を斜め後ろにステップ／右足をクローズ、左足を斜め後ろにステップし右回転を終えてパートナーと向き合う;

[女性] ハンドシェイク・ポジションで右足をパートナーから離れるように後ろにステップ、左足にリカバーし左に1/4回転して男性の前に立ち手を離し一瞬タンデム・ポジションになる、左回転を始め右足を斜め後ろにステップ／左足をクローズ、右足を斜め後ろにステップし左回転を終えてパートナーと向き合う;

[注記] 通常1/2回転し、どちらの足からでも行うことができる。
トレイル・フットから行う場合はレフト・ハンドシェイク・ポジションから初め、男性は左回転、女性は右回転となる。

●Triple Cha Forward or Back(トリプル・チャ・フォワード 又は バック)

[省略形] trpl CH fwd 又は bk

[キュー] Triple Cha Forward 又は Back

[タイミング] 1,2,3&4; 1&2,3&4;

[足形] BK, REC, FWD/LK,FWD; FWD/LK, FWD, FWD/LK, FWD;

又は FWD, REC, BK/LK, BK; BK/LK, BK, BK/LK, BK;

(FWD, REC, BK/LK, BK; BK/LK, BK, BK/LK, BK;)

又は (BK, REC, FWD/LK, FWD; FWD/LK, FWD, FWD/LK, FWD;)

[男性] ①左足を後ろにステップ、右足にリカバー、左足を前にステップ／右足を後ろにロック (Lock)、左足を前にステップ;

②右足を前にステップ／左足を後ろにロック (Lock)、右足を前にステップ、左足を前にステップ／右足を後ろにロック (Lock)、左足を前にステップ;

又は

①右足を前にステップ、左足にリカバー、右足を後ろにステップ／左足を前にロック (Lock)、右足を後ろにステップ;

②左足を後ろにステップ／右足を前にロック (Lock)、左足を後ろにステップ、右足を後ろにステップ／左足を前にロック (Lock)、右足を後ろにステップ;

[女性] ①右足を前にステップ、左足にリカバー、右足を後ろにステップ／左足を前にロック (Lock)、右足を後ろにステップ;

②左足を後ろにステップ／右足を前にロック (Lock)、左足を後ろにステップ、右足を後ろにステップ／左足を前にロック (Lock)、右足を後ろにステップ;

又は

①左足を後ろにステップ、右足にリカバー、左足を前にステップ／右足を後ろにロック (Lock)、左足を前にステップ;

②右足を前にステップ／左足を後ろにロック (Lock)、右足を前にステップ、左足を前にステップ／右足を後ろにロック (Lock)、左足を前にステップ;

[注記] 向き合ったポジションで行う場合、交互に右手同士、左手同士と繋いでも良い。

アンブレラ・ターンには下記の2つの異なる定義がある。

●Umbrella Turn(アンブレラ・ターン)・・・定義1

[省略形] umbr trn [キュー] Umbrella Turn [タイミング] 1,2,3&4; 1&2,3&4; 1,2,3&4; 1&2,3&4;

[足形] FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC, FWD/CL, FWD;
FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC TRN, SD/CL, SD;
(BK, REC, FWD/CL, FWD; FWD TRN, REC, FWD/CL, FWD;
FWD TRN, REC, FWD/CL, FWD; FWD TRN, REC TRN, SD/CL, SD;)

- [男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を後ろにステップ;
 ②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
 ③左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ/右足をクローズ, 左足を後ろにステップ;
 ④右足を後ろにステップ, 左足にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, 左足をクローズ/右足を前にステップ;
 ②左足を前にステップし繋いだ手の下で右に1/2回転, 右足にリカバー, 左足を前にステップ/右足をクローズ, 左足を前にステップ;
 ③右足を前にステップし繋いだ手の下で左に1/2回転, 左足にリカバー, 右足を前にステップ/左足をクローズ, 右足を前にステップ;
 ④左足を前にステップし繋いだ手の下で右に1/2回転, 右足にリカバーし更に右回転してパートナーと向き合う, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ;
- [注記] レフト・ハンド・スター・ポジションから行いパートナーと向き合って終わる。

●Umbrella Turn(アンブレラ・ターン)・・・定義2

[省略形] umbr trn [キュー] Umbrella Turn [タイミング] 1,2,3&,4; 1&,2,3&,4; 1,2,3&,4; 1&,2,3&,4;

[足形] FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC, FWD/CL, FWD;
FWD, REC, BK/CL, BK; BK, REC TRN, SD/CL, SD;
(BK, REC, FWD TRN/CL, BK; BK, REC, FWD TRN/CL, BK;
BK, REC, FWD TRN/CL, BK; BK, REC, FWD TRN/CL, SD;)

[男性] ①左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を後ろにステップ／右足をクローズ、左足を後ろにステップ;
 ②右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップ／左足をクローズ、右足を前にステップ;
 ③左足を前にステップ、右足にリカバー、左足を後ろにステップ／右足をクローズ、左足を後ろにステップ;
 ④右足を後ろにステップ、左足にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う、右足を横にステップ／左足をクローズ、右足を横にステップ;

[女性] ①右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップし繋いだ手の下で左に1/2回転／左足をクローズ、右足を後ろにステップ;
 ②左足を後ろにステップ、右足にリカバー、左足を前にステップし繋いだ手の下で右に1/2回転／右足をクローズ、左足を後ろにステップ;
 ③右足を後ろにステップ、左足にリカバー、右足を前にステップし繋いだ手の下で左に1/2回転／左足をクローズ、右足を後ろにステップ;
 ④左足を後ろにステップ、右足にリカバー、左足を前にステップし繋いだ手の下で右に1/4回転してパートナーと向き合う／右足をクローズ、左足を横にステップ;

[注記] レフト・ハンド・スター・ポジションから行いパートナーと向き合って終わる。

フェイズⅢ Rumba (ルンバ)

◎掲載フィギュア一覧

Back Basic (バック・ベイシック)	Basic (ベイシック)
Break [to position] (ブレイク [トゥ・ポジション])	
Chase (チェイス)	
Chase with Underarm Pass (チェイス・ウイズ・アンダーアーム・パス)	
Chase-Peek-a-Boo (チェイス・ピーク・ア・ブー)	
Chase Peek-a-Boo Double (チェイス・ピーク・ア・ブー・ダブル)	
Circle Away and Together (サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)	
Corte (コルテ)	Crab Walks (クラブ・ウォークス)
Cucaracha (クカラチャ)	Cucaracha Cross (クカラチャ・クロス)
Fence Line (フェンス・ライン)	Forward Basic (フォワード・ベイシック)
Hand to Hand (ハンド・トゥ・ハンド)	Kiki Walks (キキ・ウォークス)
Lariat (ラリアット)	New Yorker (ニュー・ヨーカー)
Open Break (オープン・ブレイク)	
Progressive Walks [Forward or Back] (プログレッシブ・ウォークス [前進又は後退])	
Reverse Underarm Turn (リバース・アンダーアーム・ターン)	
Sand Step (サンド・ステップ)	
Shoulder to Shoulder (ショルダー・トゥ・ショルダー)	
Side Walks (サイド・ウォークス)	Sliding Door (スライディング・ドア)
Spot Turn (スポット・ターン)	Thru Serpiente (スルー・サーピエンテ)
Time Step (タイム・ステップ)	Underarm Turn (アンダーアーム・ターン)
Whip (ウィップ)	

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 - 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 - 2行目中央 キューイングの際の言い方
 - 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 - 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 - 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ルンバの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、基本のタイミングはQQSである。ひざを緩めボールで床を押しながらステップし、ステップした足のボールに体重が乗ったらヒールを床に下ろし、ひざを伸ばすと同時にもう一方の足のヒールを上げ、腰をステップした足の方向に動かす。ルンバやチャチャなどのラテン・ダンスではステップする際、足をヒールから床に下ろすのではなく、先ずボールが床に着き次に足の裏全体を床に下ろし、最後はトゥがやや外側を向いた状態となることゝ殆どである。一歩目(QQSの1つ目のQ)は体重が乗った足の前に少し交差気味にステップする。3歩目(QQSのS)は通常、斜め前又は斜め後ろにステップする。

●Back Basic(バック・ベイシック)

[省略形] bk bas [キュー] Back Basic [タイミング] QQS;[足形] BK, REC, FWD, -; (FWD, REC, BK, -;)

男女が向き合ったポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;

[女性] 左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合、女性の1歩目は後ろになり、3歩目は前になる。

男女が同じ足でも、反対の足でも行うことができる。

●Basic(ベイシック)

[省略形] bas [キュー] Basic [タイミング] QQS; QQS;[足形] FWD, REC, SD, -; BK, REC, SD, -; (BK, REC, SD, -; FWD, REC, SD, -;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

②左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

[注記] ベイシックは2小節のフィギュアだが半分に分けて使うことも出来る。リード・フットから行う場合、ハーフ・ベイシック(Half Basic)はベイシックの1小節目を指す。トレイル・フットから行う場合、ハーフ・ベイシックはベイシックの2小節目を指し、これは通常、バック・ハーフ・ベイシック(Back Half Basic)と呼ぶ。

●Break [to position](ブレイク [トゥ・ポジション])

[省略形] brk [キュー] Break [to ポジション] [タイミング] QQS;[足形] SWVL BK, REC, FWD, -;

[男性] 右足の上でシャープにスイブルし左足を後ろにステップして指示されたポジションになる, 右足にリカバー, 左足を前にステップ, -;

[[女性]] 左足の上でシャープにスイブルし右足を後ろにステップして指示されたポジションになる, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

パートナーと向き合ったポジションから行う。

リード・フットから行う場合は男女ともダンスが進んでいく方向を向き、トレイル・フットから行う場合はダンスが進んでいく方向とは反対の方向を向く。

●Chase(チェイス)

- [省略形] chs [キュー] Chase [タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;
- [足形] FWD TRN, REC, FWD, -; FWD TRN, REC, FWD, -; FWD, REC, BK, -; BK, REC, FWD, -;
(BK, REC, FWD, -; FWD TRN, REC, FWD, -; FWD TRN, REC, FWD, -; FWD, REC, BK, -;)
- [男性] ①左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ②右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ③左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;
 ④右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;
- [女性] ①右足を後ろにステップ(回転はしない), 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ②左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ③右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ④左足を前にステップ(回転はしない), 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;
- [注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

●Chase with Underarm Pass(チェイス・ウイズ・アンダーアーム・パス)

- [省略形] chs w/ undrm pass [キュー] Chase with Underarm Pass [タイミング] QQS; QQS;
- [足形] FWD TRN, REC, FWD, -; BK, REC, SD, -;
(BK, REC, FWD, -; FWD, FWD TRN, SD, -;)
- [男性] ①左足を前にステップしリード・ハンドを繋いだまま右に1/2回転する, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ②右足を後ろにステップし繋いだリード・ハンドを上げて女性を左に回るようにリードする, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;
- [女性] ①リード・ハンドを繋いだまま右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前に(男性の左側に)ステップ, -;
 ②左足を前にステップ, 右足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転しパートナーと向き合う, 左足を横にステップ, -;

●Chase Peek-a-Boo(チェイス・ピーク・ア・ブー)

- [省略形] chs peek-a-boo [キュー] Chase Peek-a-Boo [タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS;
- [足形] FWD TRN 1/2, REC, FWD, -; SD, REC, CL, -;
SD, REC, CL, -; FWD TRN 1/2, REC, FWD, -;
(BK, REC, FWD, -; SD, REC, CL, -; SD, REC, CL, -; FWD, REC, BK, -;)
- [男性] ①左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ②右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ③左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ④右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ, -;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ②左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ③右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ④左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;
- [注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

●Chase Peek-a-Boo Double(チェイス・ピーク・ア・ブー・ダブル)

[省略形] chs peek-a-boo dbl [キュー] Chase Peek-a-Boo Double

[タイミング] QQS; QQS; QQS; QQS; QQS; QQS; QQS; QQS;

[足形] FWD TRN 1/2, REC, FWD, -; SD, REC, CL, -;
SD, REC, CL, -; FWD TRN 1/2, REC, FWD, -;
SD, REC, CL, -; SD, REC, CL, -; FWD, REC, BK, -; BK, REC, FWD, -;
(BK, REC, FWD, -; SD, REC, CL, -; SD, REC, CL, -; FWD TRN 1/2, REC, FWD, -;
SD, REC, CL, -; SD, REC, CL, -; FWD TRN 1/2, REC, FWD, -; FWD, REC, BK, -;)

[男性] ①左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ②右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ③左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ④右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ⑤左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ⑥右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ⑦左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;
 ⑧右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ②左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ③右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ④左足を前にステップし右に1/2回転, 右足を前にリカバー, 左足を前にステップ, -;
 ⑤右足を横にステップし左肩の向こうを見る, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;
 ⑥左足を横にステップし右肩の向こうを見る, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;
 ⑦右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバー, 右足を前にステップ, -;
 ⑧左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。
 最後の1小節あるいは2小節はバタフライ・ポジションでよく踊られる。

● Circle Away and Together(サークル・アウェイ・アンド・トゥギャザー)

[省略形] circ awy & tog [キュー] Circle Away & Together [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD TRN, FWD TRN, FWD TRN, -; FWD TRN, FWD TRN, FWD TRN, -;

[男性] ①パートナーから離れるように左に向きを変え左足を前にステップし円状の動きを始める, 右足を前にステップ, 左足を前にステップ, -;

②円状の動きを継続しパートナーに近づくように右足を前にステップ, 左足を前にステップ, 右足を前にステップし指示されたポジションになる, -;

[女性] ①パートナーから離れるように右に向きを変え右足を前にステップし円状の動きを始める, 左足を前にステップ, 右足を前にステップ, -;

②円状の動きを継続しパートナーに近づくように左足を前にステップ, 右足を前にステップ, 左足を前にステップし指示されたポジションになる, -;

[注記] このフィギュアは2小節から成るが、前半だけ(Circle Away)又は後半だけ(Circle Together)を用いることも出来る。

Circle Away をLOD向きのオープン・ポジション又は壁向きのバタフライ・ポジションでリード・フットから行う場合、男性は左回りに円心の方角に進み、女性は右回りに壁の方角に進み、パートナーと離れた位置で男女とも逆LOD向きとなる。

Circle Together をパートナーと離れた位置で男女とも逆LODを向いた状態でトレイル・フットから行う場合、男性は左回りに壁の方角に進み、女性は右回りに円心の方角に進み、指示されたポジションとなる。

● Corte(コルテ)

[省略形] 規定なし [キュー] Corte [タイミング] S

[足形] BK & SD, -, (FWD & SD, -)

通常、クローズド・ポジションで行う。

[男性] 左足を斜め後ろにステップし膝を緩める, -;

[女性] 右足を斜め前にステップし膝を緩める, -;

● Crab Walks(クラブ・ウォークス)

[省略形] crb wlks [キュー] Crab Walks [タイミング] QQS; QQS;

[足形] XIF, SD, XIF, -; SD, XIF, SD, -;

[男性] ①右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ, -;

②左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ, -;

[女性] ①左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, -;

②右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, -;

[注記] クローズド・ポジションまたはバタフライ・ポジションで行う。

上体はパートナーと向き合ったまま行う。交差するステップは腰をダンスが進んでいく方向に向ける事により膝を先行させる(例えば、上記の男性の1歩目は、上体はパートナーの方を向けたまま腰を左に向けながら右膝を緩め、更に腰を左に向けて右膝を左足の前を通し、そして右膝を伸ばして左足の前に交差してステップする)。横へのステップでは腰はパートナーの方に向ける。

どちらの足からでも行うことが出来る。

●Cucaracha(クカラチャ)

[省略形] cuca [キュー] Cucaracha [タイミング] QQS;

[足形] SD, REC, CL, -;

[男性] 左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足をクローズ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

横へのステップではステップした足に全体重は乗せない。横へのステップは体重の一部だけを乗せ、ボール(足の指の付け根)の上で足を回転させる。

通常、始まりと終わりはクローズド・ポジション又はバタフライ・ポジションで、1歩目は横或いは斜め後ろへのステップである。

●Cucaracha Cross(クカラチャ・クロス)

[省略形] cuca X [キュー] Cucaracha Cross [タイミング] QQS;

[足形] SD, REC, XIF, -;

[男性] 左足を横にステップ, 右足にリカバー, 左足を前に交差してステップ, -;

[女性] 右足を横にステップ, 左足にリカバー, 右足を前に交差してステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

横へのステップではステップした足に全体重は乗せない。

●Fence Line(フェンス・ライン)

[省略形] fnc line [キュー] Fence Line [タイミング] QQS;

[足形] X LUN, REC, SD, -;

[男性] バタフライ・ポジションで左足を前に交差してランジし右を見る, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

[女性] バタフライ・ポジションで右足を前に交差してランジし左を見る, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[注記] 左右どちらの足からでも行うことができる。

●Forward Basic(フォワード・ベーシック)

[省略形] fwd bas [キュー] Forward Basic [タイミング] QQS;

[足形] FWD, REC, BK, -; (BK, REC, FWD, -;)

男女が向き合ったポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を後ろにステップ, -;

[女性] 右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

男女が同じ方向を向いたポジションで行う場合、女性の1歩目は前になり、3歩目は後ろになる。

男女が同じ足でも、反対の足でも行うことができる。

●Hand to Hand(ハンド・トウ・ハンド)

[省略形] hnd-hnd [キュー] Hand to Hand [タイミング] QQS;

[足形] SWVL BK, REC TRN TO FC, SD, -;

[男性] 右足の上でシャープに左に1/4回転スイブルしオープン・ポジションになり左足を後ろにステップ、右足にリカバーし右に1/4回転してパートナーと向き合う、左足を横にステップ、-

[女性] 左足の上でシャープに右に1/4回転スイブルしオープン・ポジションになり右足を後ろにステップ、左足にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う、右足を横にステップ、-

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、男性右足、女性左足から行う場合は1歩目でレフト・オープン・ポジションになる。
通常、バタフライ・ポジションから行い、バタフライ・ポジションで終わる。

●Kiki Walks(キキ・ウォークス)

[省略形] kiki wlks [キュー] Kiki Walks [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, FWD, FWD, -; FWD, FWD, FWD, -;

[男女] 指示されたポジションで右足の前に左足をステップ、左足の前に右足をステップ、というように1本の線の上を歩くように6歩前進する。

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。
振付により男女が反対の足で行うことも同じ足で行うこともある。

●Lariat(ラリアット)

[省略形] lrt [キュー] Lariat [タイミング] QQS; QQS;

[足形] IN PLC STP, STP, STP, -; STP, STP, STP, -;
(FWD, FWD, FWD, -; FWD, FWD, SD, -;)

[男性] ①左足をその場でステップ、右足をその場でステップ、左足をその場でステップ、-;
②右足をその場でステップ、左足をその場でステップ、右足をその場でステップ、-;

[女性] ①リード・ハンドを繋いだまま右足を前にステップし男性の周りを時計回りに回り始める、左足を前にステップ、右足を前にステップ、-;
②時計回りの動きを継続し左足を前にステップ、右足を前にステップ、パートナーの方を向いて左足を横にステップ、-;

[注記] リード・ハンドを繋ぎ、男性から見て女性が右側に立ち、男性と反対の方向を向いたポジションから行う。

終始手を繋いだまま行う。

しかし、このフィギュアには多くのバリエーションがあり、以下にその例を示す。

- ・上記とは異なるポジションから行う。
- ・上記とは手の使い方が異なる。
- ・男性が上記とは異なるステップを行う。
- ・女性が反時計回りに回る。
- ・3小節行う。
- など。

但し、男性が向きを変えることはない。

●New Yorker(ニュー・ヨーカー)

[省略形] ny [キュー] New Yorker [タイミング] QQS;

[足形] SWVL THRU, REC SWVL TO FC, SD, -;

リード・フットから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足の上で右にスイブルし左足を前にステップしてパートナーと横に並んだポジションになる(左脚の膝は伸びている), 右足にリカバーし右足の上で左にスイブルしてパートナーと向き合う, 左足を横にステップ, -;

[女性] 左足の上で左にスイブルし右足を前にステップしてパートナーと横に並んだポジションになる(右脚の膝は伸びている), 左足にリカバーし左足の上で右にスイブルしてパートナーと向き合う, 右足を横にステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。
通常、向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

●Open Break(オープン・ブレイク)

[省略形] op brk [キュー] Open Break [タイミング] QQS;

[足形] RK APT, REC, SD, -;

男女が向き合ったポジションから行う。

[男性] パートナーから離れる方向に左足を力強くステップしレフト・オープン・フェイスング・ポジションになり右手を上げて掌を外側に向ける, 右足にリカバーし右手を下げる, 左足を横にステップ, -;

[女性] パートナーから離れる方向に右足を力強くステップしレフト・オープン・フェイスング・ポジションになり左手を上げ掌を外側に向ける, 左足にリカバーし左手を下げる, 右足を横にステップ, -;

[注記] 3歩目はパートナーから離れるように少し向きを変えてステップしても良い。

●Progressive Walks [Forward or Back](プログレッシブ・ウォークス [前進又は後退])

[省略形] prog wlks fwd or bk [キュー] Progressive Walks [方向と歩数] [タイミング] QQS;

[足形] FWD, FWD, FWD, -; or BK, BK, BK, -;

[男女] 指示された方向(前進又は後退)に指示された歩数だけ歩く。

[注記] 通常は3歩、或いは6歩で行う。

まっすぐ歩く場合と少しカーブする場合がある。

男女が同じ方向を向いたポジションでも向き合ったポジションでもどちらでも行うことができる。

●Reverse Underarm Turn(リバース・アンダーアーム・ターン)

[省略形] rev undrm trn [キュー] Reverse Underarm Turn [タイミング] QQS;

[足形] XIF, REC, SD, -; (SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD, -;)

パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

[男性] 繋いだリード・ハンドを上げ左足を前に交差してステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

[女性] 左足の上で左に1/4回転スイブル(Swivel)し右足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で左に1/2回転する, 左足を前にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ, -;

● Sand Step (サンド・ステップ)

[省略形] sndstp [キュー] Sand Step [タイミング] QQS;

[足形] TOE, HEEL, XIF, -;

リード・フットから行う場合、以下のように行う。

[男性] 右足の上で少し右にスイブルし左膝を内側に向けて右足の内側に左足のトゥを当てる(体重は移動しない), 右足の上で少し左にスイブルし左膝を外側に向けて右足のヒールを床に当てる(体重は移動しない), 右足の上で少し右にスイブルし左足を前に交差してステップ, -;

[女性] 左足の上で少し左にスイブルし右膝を内側に向けて左足の内側に右足のトゥを当てる(体重は移動しない), 左足の上で少し右にスイブルし右膝を外側に向けて左足のヒールを床に当てる(体重は移動しない), 左足の上で少し左にスイブルし右足を前に交差してステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

● Shoulder to Shoulder (ショルダー・トゥ・ショルダー)

[省略形] shldr-shldr [キュー] Shoulder to Shoulder [タイミング] QQS;

[足形] RK FWD, REC TO FC, SD, -; (RK BK, REC TO FC, SD, -;)

バタフライ・ポジションから行う。

[男性] 少し右に向きを変え左足を前にステップしバタフライ・サイドカー・ポジションになる, 右足にリカバーしパートナーと向き合う, 左足を横にステップ, -;

[女性] 少し右に向きを変え右足を後ろにステップしバタフライ・サイドカー・ポジションになる, 左足にリカバーしパートナーと向き合う, 右足を横にステップ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、トレイル・フットから行う場合は1歩目を少し左に向きを変えてステップしバタフライ・バンジュー・ポジションになる。

● Side Walks (サイド・ウォークス)

[省略形] sd wlks [キュー] Side Walks [タイミング] QQS; QQS;

[足形] SD, CL, SD, -; CL, SD, CL, -;

[男性] ①左足を横にステップ, 右足をクローズ, 左足を横にステップ, -;

②右足をクローズ, 左足を横にステップ, 右足をクローズ, -;

[女性] ①右足を横にステップ, 左足をクローズ, 右足を横にステップ, -;

②左足をクローズ, 右足を横にステップ, 左足をクローズ, -;

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、左足から行う場合は左に進み、右足から行う場合は右に進む。

クローズド・ポジション又は、バタフライ・ポジションで行う。

●Sliding Door(スライディング・ドア)

[省略形] sldg dr [キュー] Sliding Door [タイミング] QQS;

[足形] RK APT, REC, XIF, ー;

オープン・ポジションから行う場合、以下のように行う。

- [男性] 左足をパートナーから離れるように横にロック, 右足にリカバーし繋いだ手を離す, 左足を前に交差してステップし女性の後ろを通過して位置後退する(向きは変えない), ー;
- [女性] 右足をパートナーから離れるように横にロック, 左足にリカバーし繋いだ手を離す, 右足を前に交差してステップし男性の前を通過して位置後退する(向きは変えない), ー;
- [注記] 男女が同じ方向を向いて横に並んだポジションから行い、1歩目はパートナーから離れるようにステップする。

●Spot Turn(スポット・ターン)

[省略形] spt trn [キュー] Spot Turn [タイミング] QQS;

[足形] SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD, ー;

- [男女] 左足の上で左に1/4回転スイブル(Swivel)し右足を前にステップし左に1/2回転, 左足を前にリカバーし左に1/4回転してパートナーと向き合う, 右足を横にステップ, ー;
- [注記] 1人で行うフィギュアで、通常1回転しパートナーと向き合って終わる。
どちらの足からでも行うことが出来、1歩目が左足の場合は右に回転し、1歩目が右足の場合は左に回転する。

●Thru Serpiente(スルー・サーピエンテ)

[省略形] thru serp [キュー] Thru Serpiente [タイミング] QQQQ; QQQQ;

[足形] THRU, SD, BHD, FAN; BHD, SD, THRU, FAN;

パートナーと向き合ったポジションから行う。

- [男性] ①右足を前に交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を反時計回りにファン;
②左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を前に交差してステップ, 右足を反時計回りにファン;
- [女性] ①左足を前に交差してステップ, 右足を横にステップ, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を時計回りにファン;
②右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ, 右足を前に交差してステップ, 左足を時計回りにファン;
- [注記] どちらの足からでも行うことが出来る。

●Time Step(タイム・ステップ)

[省略形] tim stp [キュー] Time Step [タイミング] QQS;

[足形] XIB, REC, SD, ー;

[男女] 左足を後ろに交差してステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, ー;

- [注記] どちらの足からでも行うことが出来る。
通常、パートナーと向き合い手を繋がないポジション或いはバタフライ・ポジションで行う。
パートナーと体を平行なまま又は、ほんの少しだけ向きを変えて行う。

●Underarm Turn(アンダーアーム・ターン)

[省略形] undrm trn [キュー] Underarm Turn [タイミング] QQS;

[足形] BK, REC, SD, -; (SWIVEL FWD TRN, REC TRN, SD, -;)

パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

[男性] 繋いだリード・ハンドを上げ上体を少し右に回転させ右足を後ろにステップ、左足にリカバーし上体をパートナーの方に向ける、右足を横にステップ、-;

[女性] 右足の上で右に1/4回転スイブル(Swivel)し左足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で右に1/2回転、右足を前にリカバーし右に1/4回転してパートナーと向き合う、左足を横にステップ、-;

[注記] 壁向きのポジションから行う場合、男性の1歩目は斜め円心方向に後ろにステップする。

●Whip(ウィップ)

[省略形] whp [キュー] Whip [タイミング] QQS;

[足形] BK TRN, REC, SD, -; (FWD, FWD TRN, SD, -;)

[男性] 右足を後ろにステップし左に1/4回転、左足を前にステップし更に左に1/4回転、右足を横にステップ、-;

[女性] 左足を前にステップし男性の(男性から見て)左側に進む、右足を前にステップして左に1/2回転する、左足を横にステップ、-;

[注記] クローズド、レフト・オープン・フェイスング、バタフライの各ポジションから行うことができる。

通常、左に1/2回転し、バタフライ・ポジションで終わる。

フェイズⅣ Rumba (ルンバ)

◎掲載フィギュア一覧

Aida(アイーダ)	Alemana(アレマーナ)
Alemana from a Fan(アレマーナ・フロム・ア・ファン)	
Cross Body(クロス・ボディ)	Develope(デベロッパ)
Fan [from a 1/2 Basic](ファン[ハーフ・ベーシックから])	
Flirt(フラート)	Hockey Stick(ホッケー・スティック)
Latin Whisk(ラテン・ウィスク)	Switch(スイッチ)
Switch Rock(スイッチ・ロック)	Trade Places(トレード・プレイスイズ)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 2行目中央 キューイングの際の言い方
 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
 ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ルンバの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、基本のタイミングはQQSである。ひざを緩めボールで床を押しながらステップし、ステップした足のボールに体重が乗ったらヒールを床に下ろし、ひざを伸ばすと同時にもう一方の足のヒールを上げ、腰をステップした足の方向に動かす。ルンバやチャチャなどのラテン・ダンスではステップする際、足をヒールから床に下ろすのではなく、先ずボールが床に着き次に足の裏全体を床に下ろし、最後はトゥがやや外側を向いた状態となることゝ殆どである。一歩目(QQSの1つ目のQ)は体重が乗った足の前に少し交差気味にステップする。3歩目(QQSのS)は通常、斜め前又は斜め後ろにステップする。

●Aida(アイーダ)

[省略形] 規定なし [キュー] Aida [タイミング] QQS;

[足形] FWD TRN, SD TRN, BK, -;

男女が同じ方向を向き左側が男性、右側が女性のポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 右足を前にステップして右回転, 左足を横にステップして右回転を継続, 右足を後ろにステップ, -;

[女性] 左足を前にステップして左回転, 右足を横にステップして左回転を継続, 左足を後ろにステップ, -;

[注記] セミ・クローズド、バタフライ、オープン、オープン・フェイスの各ポジションから行うことが出来る。

バタフライ・ポジション、オープン・フェイス・ポジションから行う場合、1歩目はパートナーとの間を通過させるステップ(スルー)となる。

V-バック・トゥ・バック・ポジションで終わる。

上記と反対の足から行う場合は反対の方向に行う。

●Alemana(アレマーナ)

[省略形] 規定なし [キュー] Alemana [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, REC, CL, -; BK, REC, SD, -;
(BK, REC, SD TRN, -; FWD TRN, FWD TRN, SD, -;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズし女性を右回りにリードする, -;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップし右回転を始める, -;

②繋いだリード・ハンドの下で右回転を継続し左足を前にステップ, 右回転を継続し右足を前にステップ, 左足を横にステップ, -;

[注記] パートナーと向き合ったポジションから行い、向き合ったポジションで終わる。

男性は1小節目の終わりに繋いだリード・ハンドを上げて手のひら同士を合わせ女性に右回転を始めることを伝える。

女性の2小節目の1歩目と2歩目は前進である。

女性は繋いだリード・ハンドの下で右に1回転する。

●Alemana from a Fan(アレマーナ・フロム・ア・ファン)

[省略形] 規定なし [キュー] Alemana [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, REC, CL, -; BK, REC, SD, -;
(CL, FWD, FWD TRN, -; FWD TRN, FWD TRN, SD, -;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップし女性を右回りにリードする, -;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[女性] ①右足をクローズ, 左足を前にステップ, 右足を前にステップし右にスィブルを始めてパートナーと向き合う, -;

②繋いだリード・ハンドの下で右回転を継続し左足を前にステップ, 右回転を継続し右足を前にステップ, 左足を横にステップ, -;

[注記] ファン・ポジションから行い、パートナーと向き合ったポジションで終わる。

女性は繋いだリード・ハンドの下で右に1回転する。

男性は1小節目の終わりに繋いだリード・ハンドを上げて手のひら同士を合わせ女性に右回転を始めることを伝える。

女性の2小節目の1歩目と2歩目は前進である。

●Cross Body(クロス・ボディ)

[省略形] X bdy [キュー] Cross body [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, REC, SD TRN, -; BK TRN, FWD, SD & FWD, -;
(BK, REC, FWD, -; FWD, FWD TRN, SD & BK, -;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左に1/4回転(上体の回転量は左に1/8)し左足を横にステップ, 左足を横にステップ, -;
②右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を小さく前にステップ, 右足を斜め前にステップ, -;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を男性の方向に前にステップ(この時女性は男性から見て右斜め前に位置し男性と女性はL字型のポジションになっている), -;
②左足を前にステップし左回転を始める, 右足を前にステップし左回転を終える(1歩目と2歩目で左に1/2回転), 左足を斜め後ろにステップ, -;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行う。

このフィギュアの回転量は3/8~1/2で、女性は1小節目では回転せず、2小節目で回転する。

●Develope(デベロッパ)

[省略形] 規定なし [キュー] Develope [タイミング] SS; (SQQ;)

[足形] FWD CK, -, -, -; (BK -, FT UP, EXTEND FT;)

男女が向き合ったポジションでリード・フットから女性だけが行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を女性の外側(男性から見て女性の右側)へチェック, -, -, -;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を右膝の内側まで上げる, 左脚を前に伸ばす;

[注記] ボールで立ち体を上に伸ばした状態で行うが膝は緩めておく。

様々なポジションで行うことが出来、左右どちらの足でも又、男女のどちらか一方でも両方でも行うことが出来、スィブルを伴うこともある。

トレイル・フットから行う場合、男性は女性の外側(男性から見て女性の左側)へ前にチェックする。

●Fan [from a 1/2 Basic](ファン[ハーフ・ベイスックから])

[省略形] 規定なし [キュー] Fan [タイミング] QQS;

[足形] BK, REC, SD, -;
(FWD, SD & BK, BK, -;)

[男性] 右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[女性] 左足を前にステップ, 左に1/4回転し右足を斜め後ろにステップ, 左足を後ろにステップし右足を前に伸ばし残しておく(体重は左足), -;

[注記] ファン・ポジションで終わり、男性は向きを変えない。

右手同士を繋いだポジションから行う場合は男性は2歩目でリード・ハンドに繋ぎ変える。

● Flirt(フラート)

[省略形] 規定なし [キュー] Flirt [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, REC, SD, -; BK, REC, SD, -;
(BK, FWD, FWD TRN, -; BK, REC, SD, -;)

パートナーと向き合い右手どうしを繋いだ状態から行う。

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[女性] ①右足を後ろにステップ, 左足を前にステップ, 右足を前にステップし左回転してバルソ
ビアナ・ポジションになる, -;②左足を後ろにステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップし男性の前を横切ってレ
フト・バルソビアナ・ポジションになる, -;

● Hockey Stick(ホッケー・スティック)

[省略形] Hky stk [キュー] Hockey Stick [タイミング] QQS; QQS;

[足形] FWD, REC, CL, -; BK, REC, FWD, -;
(CL, FWD, FWD, -; FWD, FWD TRN, SD & BK, -;)

[男性] ①左足を前にステップ, 右足にリカバー, 左足をクローズ, -;

②右足を後ろにステップ, 左足にリカバー, 右足を前にステップし女性を追いかける, -;

[女性] ①右足をクローズ, 左足を前にステップ, 右足を前にステップ, -;

②左足を前にステップ, 右足を前にステップし繋いだリード・ハンドの下で左回転しパート
ナーと向き合う, 左足を斜め後ろにステップ, -;

[注記] ファン・ポジションから行い、パートナーと向き合ったポジションで終わる。

女性は繋いだリード・ハンドの下で左に約5/8回転する。

男性は1小節目の3&4の部分で繋いだリード・ハンドを自分の額の前に持ってくること
で女性に左回転の準備をするよう伝え、女性は自身で回転する。

● Latin Whisk(ラテン・ウィスク)

[省略形] Latin wsk [キュー] Latin Whisk [タイミング] QQS;

[足形] XIB, REC, SD, -;

[男性] 左足を後ろに交差してステップ, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

[女性] 右足を後ろに交差してステップ, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[注記] 通常クローズド・ポジションで行う。

●Switch(スイッチ)

[省略形] swch [キュー] Switch Cross [タイミング] QQS;

[足形] TRN SD, REC, XIF, -;

リード・ハンドを繋いだV-バック・トゥ・バック・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して左足を横にチェック, 右足にリカバー, 左足を前に交差してステップ, -;

[女性] 右に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して右足を横にチェック, 左足にリカバー, 右足を前に交差してステップ, -;

[注記] トレイル・ハンドを繋いだアイーダ・ライン・ポジションから行う場合、上記とは足の左右、回転方向が逆になる。

このフィギュアによりダンスの進む方向が変わる。

●Switch Rock(スイッチ・ロック)

[省略形] swch rk [キュー] Switch Rock [タイミング] QQS;

[足形] TRN SD, REC, SD, -;

リード・ハンドを繋いだV-バック・トゥ・バック・ポジションから行う場合、次のようになる。

[男性] 左に回転しパートナーと向き合い繋いだ手をパートナーとの間を通して左足を横にチェック, 右足にリカバー, 左足を横にステップ, -;

[女性] 右に回転しパートナーと向き合い繋いだリード・ハンドをパートナーとの間を通して右足を横にチェック, 左足にリカバー, 右足を横にステップ, -;

[注記] トレイル・ハンドを繋いだアイーダ・ライン・ポジションから行う場合、上記とは足の左右、回転方向が逆になる。

このフィギュアによりダンスの進む方向が変わることは無い。

●Trade Places(トレード・プレイスズ)

[省略形] trade plcs [キュー] Trade Places [タイミング] QQS;

[足形] RK APT, REC TRN, TRN SD & BK, -;
(RK APT, REC TRN, TRN SD & BK, -;)

リード・フットから行う場合、次のようになる。

[男性] ハンドシェイク・ポジションで左足をパートナーから離れるように後ろにステップ, 右足にリカバーし右に1/4回転して女性の後ろ側に立ち手を離し一瞬タンデム・ポジションになる, 右に1/4回転しパートナーと向き合って左足を斜め後ろにステップ, -;

[女性] ハンドシェイク・ポジションで右足をパートナーから離れるように後ろにステップ, 左足にリカバーし左に1/4回転して男性の前に立ち手を離し一瞬タンデム・ポジションになる, 左に1/4回転しパートナーと向き合って右足を斜め後ろにステップ, -;

[注記] 通常1/2回転し、どちらの足からでも行うことができる。

トレイル・フットから行う場合はレフト・ハンドシェイク・ポジションから初め、男性は左回転、女性は右回転となる。

フェイズⅢ Foxtrot (フォックストロット)

◎掲載フィギュア一覧

Back Back/Lock Back (バック・バック/ロック・バック)	
Box (ボックス)	Box Finish (ボックス・フィニッシュ)
Box Left Turning (ボックス・レフト・ターニング)	
Progressive Box (プログレッシブ・ボックス)	
Chasse (シャッセ)	Forward Chasse (フォワード・シャッセ)
Thru Chasse to Banjo Position (スルー・シャッセ・トゥ・バンジョー・ポジション)	
Thru Chasse to Semi-Closed Position (スルー・シャッセ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Turn Left & Right Chasse (ターン・レフト・アンド・ライト・シャッセ)	
Forward Forward/Lock Forward (フォワード・フォワード/ロック・フォワード)	
Forward Run Two (フォワード・ラン・トゥ)	Hover (ホバー)
Back Hover (バック・ホバー)	Cross Hover (クロス・ホバー)
Forward Hover (フォワード・ホバー)	Hover Fallaway (ホバー・フォールアウェイ)
Thru Hover (スルー・ホバー)	
Impetus to Semi-Closed Position (インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Interrupted Box (インターラプテッド・ボックス)	
Left Face Turn (レフト・フェイス・ターン)	Maneuver (マヌーバー)
Right Face Turn (ライト・フェイス・ターン)	Slip Pivot (スリップ・ピボット)
Spin Turn (スピン・ターン)	Twisty Vine (トウイスティ・バイン)
Vine (バイン)	Whisk (ウイスク)
Wing (ウイング)	

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 - 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 - 2行目中央 キューイングの際の言い方
 - 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 - 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 - 4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)
- ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎フォックストロットの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、通常SQQのタイミングで1小節は3つのステップから成る。膝を緩め体を楽に保ち、体重は足の前側に掛け、ヒールに掛ける体重は最小とする。各フィギュアの1歩目はヒールからステップするが、そのためには直前のフィギュアの最後のステップで少しローワー(体を低い位置に下げること)しなければならない。回転が伴うフィギュアにおいては、男性は女性をヒール・ターン(両足のヒールを合わせて行うターン)にリードするため1歩目の終わりに少し早めに上体を少しライズ(Rise)する必要がある。右回りのフィギュアでは1歩目の体重が乗る前に上体の回転を始める。左回りのフィギュアでは1歩目のステップの体重が乗った後に体の回転を始め、その回転は2歩目まで継続させる。

●Back Back/Lock Back(バック・バック/ロック・バック)

[省略形] bk, -, bk/lk, bk; [キュー] Back Back/Lock Back [タイミング] SQ&Q;

[足形] BK, -, BK/LK, BK; (FWD, -, FWD/LK, FWD;)

[男性] バンジョー・ポジションで左足を後ろにステップ, -, 右足を後ろにステップ/左足を前にロック(Lock), 右足を後ろにステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで右足を前にステップ, -, 左足を前にステップ/右足を後ろにロック(Lock), 左足を前にステップ;

●Box(ボックス)

[省略形] 規定なし [キュー] Box [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, SD, CL; BK, -, SD, CL; (BK, -, SD, CL; FWD, -, SD, CL;)

[男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
②右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
②左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

●Box Variations

Box のバリエーションを以下に説明する。

①Box Finish(ボックス・フィニッシュ)

[省略形] box fin [キュー] Box Finish [タイミング] SQQ;

[足形] BK TRN, -, SD, CL; (FWD TRN, -, SD, CL;)

[男性] 右足を後ろにステップし左を向く, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 左足を前にステップし左を向く, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] 回転量は左に1/4まで。

②Box Left Turning(ボックス・レフト・ターニング)

[省略形] L trng box [キュー] Left Turning Box [タイミング] SQQ; SQQ; SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, FWD TRN, CL; BK, -, BK TRN, CL; FWD, -, FWD TRN, CL; BK, -, BK TRN, CL;
(BK, -, BK TRN CL; FWD, -, FWD TRN, CL; BK, -, BK TRN CL; FWD, -, FWD TRN, CL;)

[男性] ①左足を前にステップし上体の左回転を始める, -, 右足を斜め前にステップし1歩目から2歩目で1/4左に回転する, 左足をクローズ;

②右足を後ろにステップし上体の左回転を始める, -, 左足を斜め後ろにステップし4歩目から5歩目で1/4左に回転する, 右足をクローズ;

③1小節を繰り返す;

④2小節を繰り返す;

[女性] ①右足を後ろにステップし上体の左回転を始める, -, 左足を斜め後ろにステップし4歩目から5歩目で1/4左に回転する, 右足をクローズ;

②左足を前にステップし上体の左回転を始める, -, 右足を斜め前にステップし1歩目から2歩目で1/4左に回転する, 左足をクローズ;

③1小節を繰り返す;

④1小節を繰り返す;

③ Progressive Box (プログレッシブ・ボックス)

[省略形] prog box [キュー] Progressive Box [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, SD, CL; FWD, -, SD, CL; (BK, -, SD, CL; BK, -, SD, CL;)

クローズド・ポジションで行う。

[男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

②右足を前にステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を後ろステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;

②左足を後ろにステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

● Chasse (シャッセ)

[省略形] 規定なし [キュー] Chasse [to 終わりのポジション] [タイミング] Q&Q

[足形] SD/CL, SD,

[男性] 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップ,

[女性] 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップ,

[注記] どちらの足からでも行うことが出来、初めと終わりのポジションは様々である。

● Chasse Variations

Chasse のバリエーションを以下に説明する。

① Forward Chasse (フォワード・シャッセ)

[省略形] fwd chasse to SCP [キュー] Forward Chasse to Semi-Closed [タイミング] SQ&Q;

[足形] FWD TRN, -, SD/CL, SD; (BK TRN, -, SD/CL, SD;)

バンジョー・ポジションから行いセミ・クローズド・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 左足を後ろにステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

② Thru Chasse (スルー・シャッセ)

[省略形] thru chasse to BJO [キュー] Thru Chasse to BJO [タイミング] SQ&Q;

[足形] THRU TRN, -, SD/CL, SD;

セミ・クローズド・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] 左足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

③Thru Chasse(スルー・シャッセ)

[省略形] thru chasse to SCP [キュー] Thru Chasse to Semi-Closed [タイミング] SQ&Q;

[足形] THRU TRN, -, SD/CL, SD;

セミ・クローズド・ポジションから行いセミ・クローズド・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 右足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 左足を前にステップしパートナーと向き合いクローズド・ポジションになる, -, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 右足を横にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

④Turn Left & Right Chasse(ターン・レフト・アンド・ライト・シャッセ)

[省略形] trn L & R chasse to BJO [キュー] Turn Left & Right Chasse to Banjo [タイミング] SQ&Q;

[足形] FWD, -, SD TRN/CL, SD; (BK, -, SD TRN/CL, SD;)

クローズド・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わるシャッセ。

[男性] 左足を前にステップし左に1/4回転する, -, 右足を横にステップ/左足をクローズ, 左回転し右足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップし左に1/4回転する, -, 左足を横にステップ/右足をクローズ, 左回転し左足を横にステップしバンジョー・ポジションになる;

[注記] 進む方向、ポジション、回転方向、リズムは様々である。

●Forward Forward/Lock Forward(フォワード・フォワード/ロック・フォワード)

[省略形] fwd, -, fwd/lk, fwd; [キュー] Forward Forward/Lock Forward [タイミング] SQ&Q;

[足形] FWD, -, FWD/LK, FWD; (BK, -, BK/LK, BK;)

[男性] バンジョー・ポジションで右足を前にステップ, -, 左足を前にステップ/右足を後ろにロック(Lock), 左足を前にステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで左足を後ろにステップ, -, 右足を後ろにステップ/左足を前にロック(Lock), 右足を後ろにステップ;

●Forward Run Two(フォワード・ラン・トゥ)

[省略形] fwd run 2 [キュー] Forward Run Two [タイミング] SQ;

[足形] FWD, -, FWD, FWD; (BK, -, BK, BK;)

[男性] 左足を前にステップ, -, 右足を前にステップ, 左足を前にステップ;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を後ろにステップ, 右足を後ろにステップ;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Hover(ホバー)

[省略形] hvr[キュー] Hover[タイミング] SQQ;[足形] FWD, -, FWD & SD RISE, SD & FWD; (BK, -, BK & SD RISE, SD & FWD;)

通常、クローズド・ポジションから行う。

[男性] 左足を前にステップ, -, 右足を前少し横にステップしライズ(Rise)する, 左足を横少し前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を後ろ少し横にステップしてライズ(Rise)する, 右足を横少し前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] 2歩目で男性は左足を右足の方に、女性は右足を左足の方にブラッシュしても良い。

バンジョー・ポジションから行う場合は1歩目でクローズド・ポジションになる。

●Hover Variations

Hover のバリエーションを以下に説明する。

①Back Hover(バック・ホバー)

[省略形] bk hvr[キュー] Back Hover [to 終わりのポジション][タイミング] SQQ;[足形] BK, -, SD & BK RISE, REC; (FWD, -, SD & FWD RISE & BRUSH, REC;)

[男性] 左足を後ろにステップ, -, 右足を斜め後ろにステップし少しライズ(Rise)する, 左足にリカバー;

[女性] 右足を前にステップ, -, 左足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)し右足を左足の方にブラッシュ, 右足にリカバー;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

初めと終わりのポジションは様々で、女性は2歩目で回転する場合もある。例えばバンジョー・ポジションでリード・フットから Back Hover to Semi-Closed を行うと、女性は2歩目で右回転しセミ・クローズド・ポジションで終わる。

②Cross Hover(クロス・ホバー)

[省略形] X hvr [キュー] Cross Hover [to 終わりのポジション] [タイミング] SQQ;

[足形] XIF, -, SD & FWD RISE, FWD & SD; (XIB, -, SD & BK RISE, BK & SD;)

サイドカー・ポジションから行う場合は以下のようなになる。

[男性] 左足を少し前に交差してステップしライズ(Rise)と左回転を始める, -, 右足を横少し前にステップしてライズ(Rise)と左回転を継続する(ここまでに1/4回転), バンジョー・ポジションになるように斜め前に左足をステップしロー(体を低い位置に下げること)する;

[女性] 右足を少し後ろに交差してステップしライズ(Rise)と左回転を始める, -, 左足を横少し後ろにステップしてライズ(Rise)と左回転を継続する(ここまでに1/4回転), バンジョー・ポジションになるように斜め後ろに右足をステップしロー(体を低い位置に下げること)する;

[注記] Cross Hover は進んでいくフィギュアであり、各々のステップは斜めに出す。サイドカー・ポジションから始まる場合、バンジョー・ポジションかセミ・クローズド・ポジションで終わる。セミ・クローズド・ポジションで終わる場合、2歩目の終わりで男性は上体を少し右回転させ、女性を右の方へ向かせて、女性の最後のステップは前を出す。男性右足、女性左足のバンジョー・ポジションから始まる場合もある。その場合、回転は右回転で、サイドカー・ポジションで終わる。女性は2歩目の終わりに体重が乗っている足のそばへもう一方の足をブラッシュしてもよい。

③Forward Hover(フォワード・ホバー)

[省略形] fwd hvr [キュー] Forward Hover [to 終わりのポジション] [タイミング] SQQ;

[足形] FWD, -, SD & FWD RISE, REC; (BK, -, SD & BK RISE, REC;)

[男性] クローズド・ポジションで左足を前にステップ, -, 右足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)する, 左足にリカバー;

[女性] クローズド・ポジションで右足を後ろにステップ, -, 左足を斜め後ろにステップして少しライズ(Rise)する, 右足にリカバー;

④Hover Fallaway(ホバー・フォールアウェイ)

[省略形] hvr falwy [キュー] Hover Fallaway [タイミング] SQQ;

[足形] FWD, -, FWD RISE, REC;

[男性] セミ・クローズド・ポジションで右足を前にステップ, -, 左足を前にステップしてライズ(Rise)しチェックする, 右足にリカバー;

[女性] セミ・クローズド・ポジションで左足を前にステップ, -, 右足を前にステップしてライズ(Rise)しチェックする, 左足にリカバー;

[注記] 終始セミ・クローズド・ポジションで行う。

⑤ Thru Hover(スルー・ホバー)

[省略形] thru hov [キュー] Thru Hover [to 終わりのポジション] [タイミング] SQQ;

[足形] THRU, -, FWD [/TURN] RISE, REC; (THRU, -, FWD [/TURN] RISE & BRUSH, REC;)

男女が同じ方向を向き女性が男性の右側に位置するポジションから行う場合以下のようなになる。

[男性] 右足を前にステップ, -, 左足を前にステップし少しライズ(Rise)(この時必要に応じて回転する), 右足にリカバーし指示されたポジションになる;

[女性] 左足を前にステップ, -, 右足を前にステップし少しライズ(Rise)し左足を右足の方向にブラッシュ(この時必要に応じて回転する), 左足にリカバーし指示されたポジションになる;

[注記] どちらの足からでも行うことができる。但し1歩目がスルーとなること。
指示されたポジションとなるために必要に応じて2歩目で回転する。セミ・クローズド・ポジションから行い女性が2歩目に左回転しバンジョー・ポジションで終わる Thru Hover to Banjo が一般的である。

● Impetus to Semi-Closed Position(インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] imp to SCP [キュー] Impetus to Semi-Closed [タイミング] SQQ;

[足形] BK, -, CL TRN, FWD; (FWD, -, SD & FWD TRN, FWD;)

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップ, -, 右足を左足に平行に合わせて左足のヒールで右回転を継続し右足に体重を乗せる(通常、ここまでで3/8回転する), セミ・クローズド・ポジションになり左足を前にステップ;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前にヒールからステップしトゥへ体重を移動し右回りのピボットを始める, -, 男性の周りを回るように左足を斜め前にステップして右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), 更に右回転を続けセミ・クローズド・ポジションになり右足を前にステップ;

[注記] 女性の1歩目は、クローズド・ポジションから行う場合は男性の足の間にステップし、バンジョー・ポジションから行う場合は男性の外側(女性から見て男性の左側)にステップする。Open Impetus(オープン・インピタス)とキューされることもある。

●Interrupted Box(インターラプテッド・ボックス)

[省略形] intrpd box [キュー] Interrupted Box [タイミング] SQQ; SQQ; SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, SD, CL; BK, -, SD, CL; FWD, -, SD, CL; BK, -, SD, CL;

(BK, -, SD, CL; FWD, -, FWD TRN, FWD TRN;

FWD TRN, -, FWD TRN, FWD TRN; FWD, -, SD, CL;)

- [男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
 ②右足を後ろにステップし上体を少し右に回転させ繋いだリードハンドを上げる, -, 左足を横にステップし繋いだリードハンドの下で女性が右回転を始められるようにリードする, 右足をクローズ;
 ③左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 指示されたポジションになるように左足をクローズ;
 ④右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
- [女性] ①右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズ;
 ②左足を前にステップし上体を少し右に回転する, -, 繋いだリードハンドの下で右回転を始め弧を描くように右足を前にステップ, 弧を描くように左足を前にステップ;
 ③弧を描くように右足を前にステップ, -, 弧を描くように左足を前にステップ, 指示されたポジションになるように右足を前にステップ(ここまでで女性は1周回る);
 ④左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;
- [注記] 男性は2回BOXを行う。女性は1/2BOXを行い、その後1歩前進して上体を右回転し始め、右手の下で右回転方向に弧を描くように5歩前進で1回転し、その後BOXの後半を行う。初めと終わりはクローズド・ポジションかバタフライ・ポジションである。

●Left Face Turn(レフト・フェイス・ターン)

[省略形] LF trn [キュー] [小節数] Left Turns [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, FWD TRN, CL; BK, -, BK TRN, CL;

(BK, -, BK TRN, CL; FWD, -, FWD TRN, CL;)

- [男性] ①左足を前にステップし上体の左回転を始める, -, 左回転を継続し(1/2回転まで)右足を斜め後ろにステップ, 左足をクローズ;
 ②右足を後ろにステップし上体の左回転を始める, -, 左回転を継続し(1/2回転まで)左足を斜め前にステップ, 右足をクローズ;
- [女性] ①右足を後ろにステップし上体の左回転を始める, -, 左回転を継続し左足を斜め前にステップ, 右足をクローズ;
 ②左足を前にステップし上体の左回転を始める, -, 左回転を継続し右足を斜め後ろにステップ, 左足をクローズ;
- [注記] 終始クローズド・ポジションで行う。
 合計の回転量は3/4回転~1回転である。

●Maneuver(マヌーバー)

[省略形] manuv[キュー] Maneuver[タイミング] SQQ;[足形] FWD TRN, -, SD, CL; (FWD, -, SD, CL;)

セミ・クローズド・ポジションから行う場合、以下のように行う。

[男性] 右回転を始め右足を前にステップ, -, 右回転を継続しパートナーと向き合い左足を横にステップ, 右足をクローズ;

[女性] 小さく左足を前にステップ, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズ;

[注記] トレイル・フット(Trail Foot)から行う右回りのフィギュアで、男性がダンスが進んでいく方向と逆の方向を向いたクローズド・ポジションで終わる。

通常、セミ・クローズド・ポジションから行うが、バンジョー・ポジション又はクローズド・ポジションから行うこともあり、その場合女性の1歩目は「左足を後ろにステップし右回転を始める」となる。

●Right Face Turn(ライト・フェイス・ターン)

[省略形] RF trn[キュー] [小節数] Right Turns[タイミング] SQQ; SQQ;[足形] BK TRN, -, SD, CL; FWD TRN, -, SD, CL;(FWD TRN, -, SD TRN, CL; BK TRN, -, SD TRN, CL;)

[男性] ①左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -, ダンスが進んでいく方向に右足を横にステップし右回転を継続する(1/4回転), 左足をクローズ;

②右足を前にステップし右に1/4回転する, -, ダンスが進んでいく方向を斜めに横切るように左足を横にステップし右に1/4回転する, 右足をクローズ;

[女性] ①右足を前にステップし右に1/4回転する, -, ダンスが進んでいく方向を斜めに横切るように左足を横にステップし右に1/4回転する, 右足をクローズ;

②左足を後ろにステップし右に1/4回転する, -, ダンスが進んでいく方向に右足を横にステップし右回転を継続する(1/4回転), 左足をクローズ;

[注記] 終始クローズド・ポジションで行うが、終わりのポジションがクローズド・ポジションではないこともあり、その場合は終わりのポジションを指示する必要がある。

●Slip Pivot(スリップ・ピボット)

[省略形] slp pvt[キュー] Slip Pivot[タイミング] SQQ;[足形] BK, -, BK TRN, FWD; (BK TRN, -, FWD TRN, BK;)

[男性] 左足を後ろにステップ, -, 右足を後ろにステップし左回転する(左脚は伸ばしておく), 左足を前にステップ;

[女性] 右足を後ろにステップし右足のボールで左回転を始める(左脚は伸ばして右脚から離さない), -, 左回転を継続し左足を前(男性の右足の近く)にステップ, 右足を後ろにステップ;

[注記] セミ・クローズド・ポジションから行い通常、バンジョー・ポジションで終わる。

●Spin Turn(スピン・ターン)

[省略形] spn trn [キュー] Spin Turn [タイミング] SQQ;

[足形] BK PVT, -, FWD RISE, SD & BK; (FWD PVT, -, BK RISE BRUSH, SD & FWD;)

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップし右に1/2回転してLODを向く, -, 右足を前に(女性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回転を継続する(左脚は斜め後ろに伸ばしておく), 左足を斜め後ろにステップ;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前に(男性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回りのピボット(Pivot)で1/2回転する, -, 左足を後ろにステップし右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), 右足を斜め前にステップ;

[注記] 通常、上記の説明のように逆LOD向きのクローズド・ポジションから行う。
このフィギュアは右に回転し基本的な回転量は5/8で、逆LOD向きから行った場合には斜め壁向きで終わる。

但し、回転量は異なる場合もあり、その範囲は1/2~7/8回転で、回転は2歩目と3歩目の間までに行う。

以下のようにキューすることを推奨する。

回転量が7/8の場合 : Spin Overturn(スピン・オーバーターン)

回転量が1/2又は3/4の場合 : Spin Turn [to 終わりの方向] (例えば、スピン・ターン・トゥ・フェイス・ウォール)

●Twisty Vine(トウイスティ・バイン)

[省略形] twisty vin [キュー] Twisty Vine [タイミング] SQQ;

[足形] SD, -, XIB, SD; (SD, -, XIF, SD;)

[男性] 左足を横にステップ, -, 右足を後ろに交差してステップしサイドカー・ポジションになる, 左足を横にステップしクローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を横にステップ, -, 左足を前に交差してステップしサイドカー・ポジションになる, 右足を横にステップしクローズド・ポジションになる;

●Vine(バイン)

[省略形] vin [キュー] Vine [タイミング] SQQ;

[足形] SD, -, XIB, SD;

[男性] 左足を横にステップ, -, 右足を後ろに交差してステップ, 左足を横にステップ;

[女性] 右足を横にステップ, -, 左足を後ろに交差してステップ, 右足を横にステップ;

[注記] クローズド、バタフライ、レフト・オープン・フェイスングの各ポジションから行うことができる。

●Whisk(ウィスク)

[省略形] wsk [キュー] Whisk [タイミング] SQQ;

[足形] FWD, -, FWD & SD RISE, XIB; (BK, -, BK & SD RISE, XIB;)

クローズド・ポジション又はバンジョー・ポジションから行う。

[男性] 左足を前にステップ, -, 右足を斜め前にステップしライズ(Rise)を始める, 左足を後ろに交差してステップし更にライズ(Rise)してセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を斜め後ろにステップしライズ(Rise)を始める, 右足を後ろに交差してステップし更にライズ(Rise)してセミ・クローズド・ポジションになる;

●Wing(ウイング)

[省略形] 規定なし

[キュー] Wing

[タイミング] SQQ;[足形] FWD, -, DRAW, TCH; (FWD, -, FWD TRN, FWD TRN;)

セミ・クローズド・ポジションから行う。

[男性] 右足を前にステップ, -, 左足を右足の方にドロ- , 右側をストレッチし上体を左に回転して左足を右足にタッチ;

[女性] 左足を前にステップし男性の前を横切る左回りの動作を始める, -, 男性の周りを回る左回りの動きを継続し右足を前にステップ, 左回りの動きを更に継続し左足を前にステップしてサイドカー・ポジションになる;

[注記] LOD向き又は斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行った場合、斜め円心向きのサイドカー・ポジションで終わる。

フェイズⅣ Foxtrot (フォックストロット) 抜粋

◎掲載フィギュア一覧 (網掛けのフィギュアは未掲載)

Back Feather(バック・フェザー)
 Back Hover Telemark(バック・ホバー・テレマーク)
 Back Three Step(バック・スリー・ステップ) Back Whisk(バック・ウISK)
 Chair & Slip(チェアー・アンド・スリップ)
 Change of Direction(チェンジ・オブ・ディレクション)
 Closed Impetus(クローズド・インピタス) Closed Wing(クローズド・ウイング)
 Cross Hesitation(クロス・ヘジテーション) Cross Pivot(クロス・ピボット)
 Cross Swivel(クロス・スイブル) Develope(デベロッパ)
 Diamond Turn(ダイヤモンド・ターン) Drag Hesitation(ドラッグ・ヘジテーション)
 Feather(フェザー) Feather Finish(フェザー・フィニッシュ)
 Heel Pull(ヒール・プル) Hesitation Change(ヘジテーション・チェンジ)
 Hover Corte(ホバー・コルテ) Hover Telemark(ホバー・テレマーク)
 In & Out Runs(イン・アンド・アウト・ランズ) Left Whisk(レフト・ウISK)
 Natural Hover Fallaway(ナチュラル・ホバー・フォールアウェイ)
 Natural Turn(ナチュラル・ターン)
 Natural Turn One Half(ナチュラル・ターン・ワン・ハーフ)
 Open Natural Turn(オープン・ナチュラル・ターン)
 Open Reverse Turn(オープン・リバース・ターン)
 Outside Change to BJO Position(アウトサイド・チェンジ・トゥ・バンジョー)
 Outside Change to SCP(アウトサイド・チェンジ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)
 Outside Check(アウトサイド・チェック) Outside Swivel(アウトサイド・スイブル)
 Owersway(オーバー・スウェイ)
 Pivot Right Face Double(ピボット・ライト・フェイス・ダブル)
 Progressive Wing(プログレッシブ・ウイング) Promenade Sway(プラマネード・スウェイ)
 Promenade Weave(プラマネイド・ウィーブ)
 Quick Diamond Four(クイック・ダイヤモンド・フォー)
 Reverse Fallaway from CP(リバース・フォールアウェイ・フロム・クローズド・ポジション)
 Reverse Fallaway from SCP
 (リバース・フォールアウェイ・フロム・セミ・クローズド・ポジション)
 Reverse Turn(リバース・ターン)
 Reverse Turn One Half(リバース・ターン・ワン・ハーフ)
 Reverse Wave(リバース・ウェイブ)
 Right Lunge(ライト・ランジ) Slow Side Lock(スロー・サイド・ロック)
 Telemark to Banjo Position(テレマーク・トゥ・バンジョー・ポジション)
 Telemark to SCP(テレマーク・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)
 Three Step(スリー・ステップ)
 Weave to Banjo Position(ウィーブ・トゥ・バンジョー・ポジション)
 Weave to SCP(ウィーブ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)
 Whiplash(ウィップラッシュ)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

- 1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。
 2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方
 2行目中央 キューイングの際の言い方
 2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。
 3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。
 4行目以降 フィギュアの説明（必要に応じ注記）
 ①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎フォックストロットの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、通常SQQのタイミングで1小節は3つのステップから成る。膝を緩め体を楽に保ち、体重は足の前側に掛け、ヒールに掛ける体重は最小とする。各フィギュアの1歩目はヒールからステップするが、そのためには直前のフィギュアの最後のステップで少しロワー（体を低い位置に下げること）しなければならない。回転が伴うフィギュアにおいては、男性は女性をヒール・ターン（両足のヒールを合わせて行うターン）にリードするため1歩目の終わりに少し早めに上体を少しライズ（Rise）する必要がある。右回りのフィギュアでは1歩目の体重が乗る前に上体の回転を始める。左回りのフィギュアでは1歩目のステップの体重が乗った後に体の回転を始め、その回転は2歩目まで継続させる。

●Chair & Slip（チェアー・アンド・スリップ）

[省略形] chr & slp [キュー] Chair & Slip [タイミング] SQQ;

[足形] LUN THRU, -, REC, SLP BK; (LUN THRU, -, REC, SWVL FWD);

斜め円心向きから行う場合、次のようになる。

- [男性] セミ・クローズド・ポジションから右足でチェアー（フェイズⅢのチェアー [Chair] を参照）してチェック, -, 左足にリカバー（ライズ [Rise] しない）, 上体を少し左回転させながら右足を左足の後ろにスリップし左回転を継続して円心斜め向きになる;
 [女性] セミ・クローズド・ポジションから左足でチェアー（フェイズⅢの Chair を参照）してチェック, -, 右足にリカバー（ライズ [Rise] しない）, 右足で左にスイブル（Swivel）し左足を前にステップしてクローズド・ポジションになる;

●Change of Direction（チェンジ・オブ・ディレクション）

[省略形] chg of dir [キュー] Change of Direction [タイミング] SS;

[足形] FWD, -, FWD TRNG DRAW, -; (BK, -, BK TRNG DRAW, -);

斜め壁向きのクローズド・ポジションから行う場合、次のようになる。

- [男性] 左足を前にステップ, -, 右足を前にステップし右肩を先行させ左に回転し左足を右足にドロー（Draw）し始める, 左足のドローを継続する（体重は右足に乗せたまま）;
 [女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を後ろにステップし左肩を先行させ左に回転し右足を左足にドロー（Draw）し始める, 右足のドローを継続する（体重は左足に乗せたまま）;
 [注記] 終始クローズド・ポジションで行い、回転量は最大で1/4である。
 このフィギュアでは左への回転は2歩目のトゥが床に着いた時から始まり、左回転が完了することによって結果的に2歩目は横にステップしたようになる。1歩目で左回転し、2歩目は横にステップ・・・ではなく、あくまでも2歩目は前進である。

●Develope(デベロッパ)

[省略形] 規定なし

[キュー] Develope

[タイミング] SS; (SQQ);

[足形] FWD CK, -, -, -; (BK, -, FT UP, EXTEND FT;)

男女が向き合ったポジションでリード・フットから女性だけが行う場合、次のようになる。

[男性] 左足を女性の外側(男性から見て女性の右側)へチェック, -, -, -;

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左足を右膝の内側まで上げる, 左脚を前に伸ばす;

[注記] ボールで立ち体を上に伸ばした状態で行うが膝は緩めておく。

様々なポジションで行うことが出来、左右どちらの足でも又、男女のどちらか一方でも両方でも行うことが出来、スイブルを伴うこともある。

トレイル・フットから行う場合、男性は女性の外側(男性から見て女性の左側)へ前にチェックする。

●Diamond Turn(ダイヤモンド・ターン)

[省略形] diam trn [キュー] Diamond Turn [タイミング] SQQ; SQQ; SQQ; SQQ;[足形] FWD, -, SD, BK; BK, -, SD, FWD; FWD, -, SD, BK; BK, -, SD, FWD;
(BK, -, SD, FWD; FWD, -, SD, BK; BK, -, SD, FWD; FWD, -, SD, BK;)

- [男性] ①斜め方向に左足を前にステップし左回転, -, 左回転を継続し右足を横にステップ, バンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
②バンジョー・ポジションのまま左回転し右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, バンジョー・ポジションで右足を前にステップ;
③斜め方向に左足を前にステップし左回転, -, 右足を横にステップ, バンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
④バンジョー・ポジションで右足を後ろにステップし左回転を継続, -, 左足を横にステップ, 右足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [女性] ①斜め方向に右足を後ろにステップし左回転, -, 左回転を継続し左足を横にステップ, 男性の外側に右足を前にステップ;
②左足を前にステップし左に回転, -, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップ;
③右足を後ろにステップし左回転, -, 左足を横にステップ, 男性の外側に右足を前にステップ;
④左足を前にステップし左回転, -, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [注記] 各小節で左に1/4回転し、4小節で1回転する。バンジョー・ポジション、サイドカー・ポジション、クローズド・ポジションから始まり、指示されたポジションと方向で終わる。

【S 協追記】

斜め円心向きのクローズド・ポジションから行う場合、次のように行う。

- [男性] ①左足を前にステップし左回転, -, 左回転を継続し右足を横にステップ, 逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
②バンジョー・ポジションのまま左回転し右足を後ろにステップ, -, 左足を横にステップ, 逆斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
③左足を前にステップし左回転, -, 右足を横にステップ, 斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
④バンジョー・ポジションで右足を後ろにステップし左回転を継続, -, 左足を横にステップ, 右足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [女性] ①右足を後ろにステップし左回転, -, 左回転を継続し左足を横にステップ, 逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
②左足を前にステップし左に回転, -, 右足を横にステップ, 逆斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり左足を後ろにステップ;
③右足を後ろにステップし左回転, -, 左足を横にステップ, 斜め壁向きのバンジョー・ポジションになり右足を前にステップ;
④左足を前にステップし左回転, -, 右足を横にステップ, 左足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;
- [注記] LOD向きのクローズド・ポジション、斜め円心向きのバンジョー・ポジション、LOD向きのバンジョー・ポジションから行う場合は1小節目が終わった時に逆斜め円心向きのバンジョー・ポジションになるよう回転量を調整する。

● Drag Hesitation (ドラグ・ヘジテーション)

[省略形] drg hes [キュー] Drag Hesitation [タイミング] SS;[足形] FWD, -, TRN SD DRAW, -; (BK, -, TRN SD DRAW, -;)

[男性] 左足を前にステップ, -, 左回転を始め右足を横にステップし左足を右足にドロー(Draw)し始める, 左回転と左足のドローを継続しバンジョー・ポジションになる(体重は右足に乗せたまま);

[女性] 右足を後ろにステップ, -, 左回転を始め左足を横にステップし右足を左足にドロー(Draw)し始める, 左回転と右足のドローを継続しバンジョー・ポジションになる(体重は左足に乗せたまま);

[注記] パートナーと向き合ったポジションで行い、回転量は約3/8で、通常逆斜め円心向きで終わる。

● Hesitation Change (ヘジテーション・チェンジ)

[省略形] hes chg [キュー] Hesitation Change [タイミング] SS;[足形] BK, -, TRN SD DRAW, -; (FWD, -, TRN SD DRAW, -;)

[男性] 上体の右回転を始め左足を後ろにステップ, -, 右足を横にステップし右回転を続け左足を右足にドローし始める, 左足のドローを続ける;

[女性] 上体の右回転を始め右足を前にステップ, -, 左足を横にステップし右回転を続け右足を左足にドローし始める, 右足のドローを続ける;

[注記] 通常クローズド・ポジションで行うが、バンジョー・ポジションで行っても良い。1/8から1/2右に回転する。

● In & Out Runs (イン・アンド・アウト・ランズ)

[省略形] I/O runs [キュー] In and Out Runs [タイミング] SQQ; SQQ;[足形] FWD & TRN, -, SD & BK, BK; SQQ; BK & TRN, -, SD & FWD TRN, FWD;
(FWD, -, FWD, FWD; FWD & TRN, -, FWD & SD TRN, FWD;)

[男性] ① 右足を前にステップし右回転を始める, -, 壁斜め方向に左足を斜め後ろにステップしクローズド・ポジションになる, 体の右側を先行させて右足を後ろにステップしバンジョー・ポジションになる;

② 左足を後ろにステップし右回転, -, 女性の足の間に右足を前にステップし右回転を継続, 左足を前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] ① 左足を前にステップ, -, 男性の足の間に右足を前にステップ, 体の左側を先行させて左足を前にステップしバンジョー・ポジションになる;

② 右足を前にステップし右回転を始める, -, 左足を斜め前にステップし右回転を継続, 右足を前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] セミ・クローズド・ポジションから行きセミ・クローズド・ポジションで終わる。

●Natural Hover Fallaway(ナチュラル・ホバー・フォールアウェイ)

[省略形] nat hvr falwy [キュー] Natural Hover Fallaway [タイミング] SQQ;

[足形] FWD TRN, -, FWD TRN, BK; (FWD, -, FWD TRN, BK;)

[男性] 右足を前にステップし少し右に回転, -, 左足をトウで前にステップし右回転してゆっくりライズ(Rise), 右足を後ろにステップ;

[女性] 左足を前にステップ, -, 右足をトウで前にステップし右回転してゆっくりライズ(Rise), 左足を後ろにステップ;

[注記] 終始セミ・クローズド・ポジションで行う。

通常、右に1/4回転するが1/2まで回転してもよい。

このフィギュアは前進するフィギュアであり、逆LOD方向にステップしてはならない。

●Oversway(オーバー・スウェイ)

[省略形] ovrsway [キュー] Oversway [タイミング] S

[足形] SD SWAY, -, (SD SWAY, -;)

クローズド・ポジションから行う。

[男性] 左足を横にステップし左ひざを緩め右足は伸ばし体の左側をストレッチし指示された方向を向く, -,

[女性] 右足を横にステップし右ひざを緩め左足は伸ばし体の右側をストレッチし左を向く, -,

[注記] 膝を緩め、少し左に回転する。横に行うディップ(Dip)やコルテ(Corte)と似ている。

●Promenade Sway(プラマネード・スウェイ)

[省略形] prom sway [キュー] Promenade Sway [タイミング] SS

[足形] SD & FWD TRN, -, RELAX KNEE, -; (SD & FWD TRN, -, RELAX KNEE, -;)

[男性] 左足を斜め前にステップしセミ・クローズド・ポジションになり体の左側をストレッチして上体を少し高く保ち繋いだリード・ハンドの向こうを見る, -, 左膝を緩める, -;

[女性] 右足を斜め前にステップしセミ・クローズド・ポジションになり体の右側をストレッチして上体を少し高く保ち繋いだリード・ハンドの向こうを見る, -, 右膝を緩める, -;

●Quick Diamond Four(クイック・ダイヤモンド・フォー)

[省略形] qk diam 4 [キュー] Quick Diamond 4 [タイミング] QQQQ;

[足形] FWD, SD, BK, BK; (BK, SD, FWD, FWD;)

[男性] 左足を斜め方向前にステップし左回転を始める, 左回転を継続し右足を横にステップ, 左足を後ろにステップ, 右足を後ろにステップし指示されたポジション及び方向になる;

[女性] 右足を斜め方向後ろにステップし左回転を始める, 左回転を継続し左足を横にステップ, 右足を前にステップ, 左足を前にステップし指示されたポジション及び方向になる;

[注記] クローズド・ポジション、サイドカー・ポジション、バンジョー・ポジションから行う。

●Reverse Turn(リバース・ターン)

[省略形] rev trn [キュー] Reverse Turn [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD TRN, -, SD TRN, BK; BK TRN, -, SD & FWD, FWD;
(BK, -, CL TRN, FWD; FWD TRN, -, SD, BK;)

[男性] ①左足を前にステップし左回転を始める, -, 右足を横にステップし左回転を継続, 左足を LOD 方向に後ろにステップしクローズド・ポジションになる;
 ②右足を後ろにステップし左回転を継続, -, 左足を斜め壁方向に横少し前にステップ, 右足を前にステップしてバンジョー・ポジションになる;

[女性] ①右足を後ろにステップし左回転を始め左足を右足のそばに寄せる(左足に体重は乗せない), -, 右足のヒールで左回転を継続し左足に体重を移す, 右足を前にステップしてクローズド・ポジションになる;
 ②左足を前にステップし左回転を継続, -, 右足を斜め壁方向に横にステップ, 左足を斜め壁方向に後ろにステップしてバンジョー・ポジションになる;

[注記] 斜め円心向きのクローズド・ポジション又はバンジョー・ポジションから行い、1小節の終わりではクローズド・ポジションになり、最後は斜め壁向きのバンジョー・ポジションとなる。

●Telemark to SCP(テレマーク・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] tele to SCP [キュー] Telemark to Semi-Closed [タイミング] SQQ;

[足形] FWD TRN, -, FWD TRN, SD & FWD; (BK TRN, -, HEEL TRN, SD & FWD;)

[男性] 左足を前にステップし左回転を始める, -, 右足を横にステップし左回転を継続, 左足を横少し前にステップしクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] 右足を後ろにステップし左回転を始め左足を右足のそばに寄せる(体重は右足のまま), -, 右足のヒールで左回転し左足に体重を移す, 右足を横少し前にステップしクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] クローズド、バンジョー、サイドカーの各ポジションから行うことが出来、通常左に3/4回転する。

Open Telemark(オープン・テレマーク)とキューされることもある。

●Weave to Banjo Position(ウィーブ・トゥ・バンジョー・ポジション)

[省略形] wev to BJO [キュー] Weave to Banjo [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, FWD TRN, SD & BK; BK, -, BK TRN, SD & FWD;
(FWD, -, SD TRN, SD & FWD; FWD, -, FWD TRN, SD & BK;)

[男性] ①右足を前(斜め円心方向)にステップ, -, 左足を前にステップし左回転を始める, 回転を継続し横少し後ろに右足をステップし逆斜め円心向きになる;
 ②左足を後ろ(LOD 方向)にステップし女性を自分の右側にステップするようリードしてバンジョー・ポジションになる, -, 右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を斜め前(斜め壁方向)にステップしバンジョー・ポジションになる;

[女性] ①左足を前(斜め円心方向)にステップし左回転を始める, -, 回転を継続し右足を横少し後ろにステップし逆斜め壁向きになる, 回転を継続し左足を斜め前(LOD 方向)にステップ;

②右足を前(LOD 方向且つ女性から見て男性の左側)にステップしバンジョー・ポジションになる, -, 左足を前(LOD 方向)にステップし回転を継続, 右足を横少し後ろ(斜め壁方向)にステップしバンジョー・ポジションになる;

[注記] 斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行い、スウェイはかけない。

●Weave to SCP(ウィーブ・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] wev to SCP [キュー] Weave to Semi-Closed [タイミング] SQQ; SQQ;

[足形] FWD, -, FWD TRN, SD & BK; BK, -, BK TRN, SD & FWD;
(FWD, -, SD TRN, SD & FWD; FWD, -, FWD TRN, SD & FWD;)

[男性] ①右足を前(斜め円心方向)にステップ, -, 左足を前にステップし左回転を始める, 回転を継続し横少し後ろに右足をステップし逆斜め円心向きになる;
 ②左足を後ろ(LOD 方向)にステップし女性を自分の右側にステップするようリードしてバンジョー・ポジションになる, -, 右足を後ろにステップし左回転を継続, 左足を斜め前(斜め壁方向)にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[女性] ①左足を前(斜め円心方向)にステップし左回転を始める, -, 回転を継続し右足を横少し後ろにステップし逆斜め壁向きになる, 回転を継続し左足を斜め前(LOD 方向)にステップ;
 ②右足を前(LOD 方向且つ女性から見て男性の左側)にステップしバンジョー・ポジションになる, -, 左足を前(LOD 方向)にステップし回転を継続, 右足を横(斜め壁方向)にステップしセミ・クローズド・ポジションになる;

[注記] 斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行い、スウェイはかけない。

フェイズⅢ Quickstep (クイックステップ)

◎掲載フィギュア一覧

Fishtail(フィッシュテイル)	Hover(ホバー)
Back Hover(バック・ホバー)	Forward Hover(フォワード・ホバー)
Hover Fallaway(ホバー・フォールアウェイ)	Thru Hover(スルー・ホバー)
*Quarter Turn and Progressive Chasse(クォーター・ターン・アンド・プログレッシブ・シャッセ)	
Impetus to SCP(インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)	
Spin Turn(スピン・ターン)	Whaletail(ホエイルテイル)
Whisk(ウISK)	Wing(ウイング)

* Quarter Turn and Progressive Chasse はフェイズⅣのフィギュアである。

フェイズⅣのフィギュアの中で同フィギュア1つだけがフェイズⅢのダンスに使用される確率が高いためここに掲載することとした。

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目中央 キューイングの際の言い方

2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。

3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。

4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎クイックステップの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられ、各フィギュアの長さは1小節、1小節半又はそれ以上である。タイミングはSS; S、SQQ;、QQS;、QQQQ;が用いられるが、振り付けによっては異なるタイミングも用いられる。クイックステップは宙を舞うように軽い感じで踊る。各ステップにおいて、一方の足から他方の足に体重が移動する際に重心がステップした足の土踏まずを通過していくようにするため、重心はやや前側とする。

●Fishtail(フィッシュテイル)

[省略形] fshtl [キュー] Fishtail [タイミング] QQQQ;

[足形] XIB, SD, FWD, LK; (XIF, SD, BK, LK;)

[男性] バンジョー・ポジションで左足を後ろに交差してステップ(右足のすぐ後ろではなく右足から少し離れた位置に)、右回転を始め右足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4)、左肩リードで左足を前にステップ、右足を後ろに交差してステップ;

[女性] バンジョー・ポジションで右足を前に交差してステップ(左足のすぐ前ではなく左足からやや離れた位置に)、右回転を始め左足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4)、右肩リードで右足を後ろにステップ、左足を前に交差してステップ;

[注記] 前進するフィギュアである。

●Hover(ホバー)

[省略形] hvr

[キュー] Hover

[タイミング] SS; S

[足形] FWD, -, FWD & SD RISE, -; SD & FWD, -, (BK, -, BK & SD RISE, -; SD & FWD, -)

通常、クローズド・ポジションから行う。

[男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を前少し横にステップしライズ(Rise)する, -;

②左足を横少し前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる, -,

[女性] ①右足を後ろにステップ, -, 左足を斜め後ろにステップしてライズ(Rise)する, -;

②右足を横少し前にステップしセミ・クローズド・ポジションになる, -,

[注記] 2歩目でリード・フットをトレイル・フットの方にブラッシュ(Brush)しても良い。

バンジョー・ポジションから行うことも出来、その場合は1歩目でクローズド・ポジションになる。

●Hover Variations

Hover のバリエーションを以下にまとめて説明する。

①Back Hover(バック・ホバー)

[省略形] bk hvr

[キュー] Back Hover [to 終わりのポジション]

[タイミング] SS; S

[足形] BK, -, SD & BK RISE, -; REC, -, (FWD, -, SD & FWD RISE & BRUSH, -; REC, -)

バンジョー・ポジションでリード・フットから行う場合、以下のようになる。

[男性] ①左足を後ろにステップ, -, 右足を斜め後ろにステップし少しライズ(Rise)する, -;

②左足にリカバー, -,

[女性] ①右足を前にステップ, -, 左足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), -;

②右足にリカバー, -,

[注記] どちらの足からでも行うことが出来る。

初めと終わりのポジションは様々で、女性は2歩目で回転する場合もある。例えばバンジョー・ポジションでリード・フットから Back Hover to Semi-Closed を行うと、女性は2歩目で右回転しセミ・クローズド・ポジションで終わる。

②Forward Hover(フォワード・ホバー)

[省略形] fwd hvr

[キュー] Forward Hover [to 終わりのポジション]

[タイミング] SS; S

[足形] FWD, -, SD & FWD RISE, -; REC, -, (BK, -, SD & BK RISE, -; REC, -)

[男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を斜め前にステップし少しライズ(Rise)する, -;

②左足にリカバー, -,

[女性] ①右足を後ろにステップ, -, 左足を斜め後ろにステップして少しライズ(Rise)する, -;

②右足にリカバー, -,

[注記] クローズド・ポジションから行う。

③Hover Fallaway(ホバー・フォールアウェイ)

[省略形] hvr falwy [キュー] Hover Fallaway [タイミング] SS; S[足形] FWD, -, FWD RISE, -; REC, -,

[男性] ①右足を前にステップ, -, 左足を前にステップしてライズ(Rise)しチェック(Check)する, -;

②右足にリカバー, -,

[女性] ①左足を前にステップ, -, 右足を前にステップしてライズ(Rise)しチェック(Check)する, -;

②左足にリカバー, -,

[注記] 終始セミ・クローズド・ポジションで行う。

④Thru Hover(スルー・ホバー)

[省略形] thru hvr [キュー] Thru Hover [to 終わりのポジション] [タイミング] SS; S[足形] THRU, -, FWD [/TURN] RISE, -; REC, -,
(THRU, -, FWD [/TURN] RISE & BRUSH, -; REC, -)

男女が同じ方向を向き女性が男性の右側に位置するポジションから行う場合以下のようなになる。

[男性] ①右足をスルー(Thru), -, 左足を前にステップし少しライズ(Rise)(この時必要に応じて回転する), -;

②右足にリカバーし指示されたポジションになる, -,

[女性] ①左足をスルー(Thru), -, 右足を前にステップして少しライズ(Rise)し左足を右足の方
向にブラッシュ(Brush)(この時必要に応じて回転する), -;

②左足にリカバーし指示されたポジションになる, -,

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

通常、回転は伴わないが、指示されたポジションとなるために必要ならば男性、女性又は男女が2歩目で回転する。回転を伴う場合の一般的な例としては、セミ・クローズド・ポジションから行い女性が2歩目に左回転しバンジー・ポジションで終わる Thru Hover to BJO がある。

●Quarter Turn and Progressive Chasse

(クォーター・ターン・アンド・プログレッシブ・シャッセ)

[省略形] qtr trn & prog chasse

[キュー] Quarter Turn & Progressive Chasse

[タイミング] SS; QQS; SQQ; S

[足形] FWD, -, FWD TRN, -; SD, CL TRN, SD & BK, -; SQQ; S BK TRN, -, SD, CL; SD & FWD, -, (BK, -, BK TRN, -; SD, CL TRN, SD & FWD, -; FWD TRN, -, SD, CL; SD & BK, -)

- [男性]
- ①左足を前にステップ, -, 右足を前にステップし右に1/8回転, -;
 - ②左足を横にステップ, 右足をクローズし右に1/8回転, 左足を斜め円心方向に斜め後ろにステップ, -;
 - ③右足を後ろにステップし左に1/8回転, -, 左足を横にステップ, 右足をクローズし左に1/8回転;
 - ④左足を横少し前にステップし斜め壁向きのバンジョー・ポジションになる, -;
- [女性]
- ①右足を後ろにステップ, -, 左足を後ろにステップし右に1/8回転, -;
 - ②右足を横にステップ, 左足をクローズし右に1/8回転, 右足を斜め円心方向に斜め前にステップ, -;
 - ③左足を斜め円心方向に前にステップし左に1/8回転, -, 右足を横にステップ, 左足をクローズし左に1/8回転;
 - ④右足を横少し後ろにステップし斜め壁向きのバンジョー・ポジションになる, -;

[注記] 斜め壁向きから行い斜め壁向きで終わる。

クローズド・ポジションで行い、最後のステップでバンジョー・ポジションになる。

●Impetus to Semi-Closed Position (インピタス・トゥ・セミ・クローズド・ポジション)

[省略形] imp to SCP

[キュー] Impetus to Semi-Closed

[タイミング] SS; S

[足形] BK, -, HEEL TRN, -; FWD, -, (FWD, -, SD & FWD TRN, -; FWD, -)

- [男性]
- ①上体の右回転を始め左足を後ろにステップ, -, 右足を左足に平行に合わせて左足のヒールで右回転を継続し右足に体重を乗せる(通常、ここまでで3/8回転する), -;
 - ②クローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになり左足を前にステップ, -;

- [女性]
- ①上体の右回転を始め右足を前にヒールからトゥへとステップし右回りのピボットを始める, -, 男性の周りを回るように左足を斜め前にステップして右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), -;
 - ②クローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになり右足を前にステップ, -;

[注記] 女性の1歩目は、クローズド・ポジションから行う場合は男性の足の間にステップし、バンジョー・ポジションから行う場合は男性の外側(女性から見て男性の左側)にステップする。Open Impetus(オープン・インピタス)とキューされることもある。

●Spin Turn(スピン・ターン)

[省略形] spn trn

[キュー] Spin Turn

[タイミング] SS; S

[足形] BK PVT, -, FWD RISE, -; SD & BK, -,
(FWD PVT, -, BK RISE & BRUSH, -; SD & FWD, -)

[男性] ①上体の右回転を始め左足を後ろにステップし右に1/2回転してLODを向く, -, 右足を前に(女性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回転を継続する(左脚は斜め後ろに伸ばしておく), -;

②左足を斜め後ろにステップ, -,

[女性] ①上体の右回転を始め右足を前に(男性の足の間に)ヒールからトゥとステップし右回りのピボットで1/2回転する, -, 左足を後ろにステップし右回転を継続し右足を左足の方向にブラッシュ(Brush), -

②右足を斜め前にステップ, -,

[注記] 通常、上記の説明のように逆LOD向きのクローズド・ポジションから行う。

このフィギュアは右に回転し基本的な回転量は5/8で、逆LOD向きから行った場合には斜め壁向きで終わる。

但し、回転量は異なる場合もあり、その範囲は1/2～7/8回転で、回転は2歩目と3歩目の間に行う。

以下のようにキューすることを推奨する。

回転量が7/8の場合 : Spin Overturn(スピン・オーバーターン)

回転量が1/2又は3/4の場合 : Spin Turn [to 終わりの方向] (例えば、スピン・ターン・トゥ・フェイス・ウォール)

●Whaletail(ホエイルテイル)

[省略形] whtl

[キュー] Whaletail

[タイミング] QQQQ; QQQQ;

[足形] XIB, SD, FWD, LK; SD, CL, XIB, SD; (XIF, SD, BK, LK; SD, CL, XIF, SD;)

[男性] ①バンジョー・ポジションで左足を後ろに交差してステップ(右足のすぐ後ろではなく右足からやや離れた位置に), 右回転を始め右足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4), 左肩リードで左足を前にステップ, 右足を後ろに交差してステップ(左足のすぐ後ろではなく左足からやや離れた位置に);

②左足を横にステップし左回転を始める, 右足をクローズ(2小節目の1～2歩で左に1/4回転する), 左足を後ろに交差してステップし右回転を始める, 右足を横にステップ(2小節目の3～4歩で右に1/4回転する);

[女性] ①バンジョー・ポジションで右足を前に交差してステップ(左足のすぐ前ではなく左足からやや離れた位置に), 右回転を始め左足を横に小さくステップし更に右に回転(2歩目の回転量は右に1/4), 右肩リードで右足を後ろにステップ, 左足を前に交差してステップ(右足のすぐ前ではなく右足からやや離れた位置に);

②右足を横にステップし左回転を始める, 左足をクローズ(2小節目の1～2歩で左に1/4回転する), 右足を前に交差してステップし右回転を始める, 左足を横にステップ(2小節目の3～4歩で右に1/4回転する);

[注記] 1小節目は Fishtail と全く同じである。

Whaletail は前進するフィギュアで、バンジョー・ポジションから行いバンジョー・ポジションで終わる。

●Whisk(ウイスク)

[省略形] wsk

[キュー] Whisk

[タイミング] SS; S

[足形] FWD, -, FWD & SD RISE, -; XIB, -, (BK, -, BK & SD RISE, -; XIB, -)

- [男性] ①左足を前にステップ, -, 右足を斜め前にステップしライズ(Rise)を始める, -;
 ②左足を後ろに交差してステップし更にライズしてクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる, -,
- [女性] ①右足を後ろにステップ, -, 左足を斜め後ろにステップしライズ(Rise)を始める, -;
 ②右足を後ろに交差してステップし更にライズしてクローズド・ポジションに近いセミ・クローズド・ポジションになる, -,
- [注記] クローズド・ポジション又はバンジョー・ポジションから行い、バンジョー・ポジションから行う場合は1歩目でクローズド・ポジションになる。

●Wing(ウイング)

[省略形] 規定なし

[キュー] Wing

[タイミング] SS; S

[足形] FWD, -, DRAW, -; TCH, -, (FWD, -, FWD TRN, -; FWD TRN, -)

セミ・クローズド・ポジションから行う。

- [男性] ①右足を前にステップ, -, 左足を右足の方向にドロウ(Draw), -;
 ②右側をストレッチし上体を左に回転して左足を右足にタッチ;
- [女性] ①左足を前にステップし男性の前を横切る左回りの動作を始める, -, 男性の周りを回る左回りの動きを継続し右足を前にステップ, -;
 ②左回りの動きを継続し左足を前にステップしてクローズド・ポジションに近いサイドカー・ポジションになる, -,
- [注記] LOD向き又は斜め円心向きのセミ・クローズド・ポジションから行った場合、斜め円心向きのサイドカー・ポジションで終わる。

フェイズⅢ Jive (ジャイブ) 抜粋

◎掲載フィギュア一覧 (網掛けのフィギュアは未掲載)

Basic Rock (ベイシック・ロック)

Change Hands Behind Back (チェンジ・ハンズ・ビハインド・バック)

Change Places Left to Right (チェンジ・プレイスイズ・レフト・トゥ・ライト)

Change Places Right to Left (チェンジ・プレイスイズ・ライト・トゥ・レフト)

Chasse (シャッセ)

Fallaway Left Face Turning (フォールアウェイ・レフト・フェイス・ターニング)

Fallaway Right Face Turning (フォールアウェイ・ライト・フェイス・ターニング)

Fallaway Rock (フォールアウェイ・ロック)

Fallaway Throwaway (フォールアウェイ・スローアウェイ)

Jive Walks (ジャイブ・ウォークス)

Kick Ball Change (キック・ボール・チェンジ)

Link (リンク)

Link Rock (リンク・ロック)

Point Step (ポイント・ステップ)

Progressive Rock (プログレッシブ・ロック)

Rock the Boat (ロック・ザ・ボート)

Shag Step (シャグ・ステップ)

Swivel Walks (スイブル・ウォークス)

Throwaway (スローアウェイ)

Triple (トリプル)

Triple Right Face Turning (トリプル・ライト・フェイス・ターニング)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目中央 キューイングの際の言い方

2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。

3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。

4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎ジャイブの特徴

ジャイブには4分の4拍子の音楽が用いられる。基本的なフィギュアは、長さは6カウントすなわち1小節半、タイミングは通常 1,2,3a,4; 1a,2 で、8つのステップから成る。各フィギュアは通常ロック(Rock)、リカバーから始まり 3a,4 と 1a,2 の部分ではジャイブ・シャッセを行う。ジャイブは膝を柔らかく使い、ロック(Rock)、リカバーの部分は前になる足の上に上体の位置を保ちボールで行う。

●Kick Ball Change(キック・ボール・チェンジ)

[省略形] kbchg [キュー] Kick Ball Change [タイミング] 1a,2,

[足形] KCK/BALL, CL,

左足から行う場合、以下のように行う。

[男女] 指示されたポジションで左足を前にキック／左足を下ろしボールに体重を乗せる、右足に体重を移す、

[注記] どちらの足からでも行うことができる。

●Point Step(ポイント・ステップ)

[省略形] pt stp [キュー] Point Step [タイミング] 1,2,

[足形] PT, STP,

左足から行う場合、以下のように行う。

[男女] 左足の外側(小指の辺り)を床に着ける(ポイント)、左足を小さく前にステップ、

[注記] どちらの足からでも行うことができ、様々なポジションで行うことができる。

セミ・クローズド・ポジションやバタフライ・ポジションで行う場合のように男女でこのフィギュアを続けて行い進んでいく場合には、次のように行っても良い。外側の足でポイント及びステップする場合はダンスが進んでいく方向を見、内側の足でポイント及びステップする場合はダンスが進んでいく方向とは反対の方向を見る。

●Rock the Boat(ロック・ザ・ボート)

[省略形] rk the boat [キュー] Rock the Boat [タイミング] 1,2,

[足形] FWD, CL,

[男性] 左足を膝を伸ばして前にステップし体を前に傾ける、腰を揺らすように前に動かし右足をクローズし両膝を緩めて体を後ろに傾ける、

[女性] 右足を膝を伸ばして前にステップし体を前に傾ける、腰を揺らすように前に動かし左足をクローズし両膝を緩めて体を後ろに傾ける、

[注記] 男女が同じ方向を向いたポジションから行う。

トレイル・フットから行うことも出来る。

上記を繰り返すこともあり、一般的には2回繰り返すことが多い。

フェイズⅢ Tango (タンゴ) 抜粋

◎掲載フィギュア一覧 (網掛けのフィギュアは未掲載)

Corte(コルテ)

Gaicho Turn(ガウチョ・ターン)

Side Corte(サイド・コルテ)

Walk(ウォーク)

Criss Cross(クリス・クロス)

Serpiente(サーピエンテ)

Tango Draw(タンゴ・ドロ)

Whisk(ウイスク)

◎書式

各フィギュアは次のような書式で記載されている。

1行目 フィギュアの名称 カタカナは参考である。正しい発音は辞書等で調べること。

2行目左側 キューカードなどに記載する際の省略した書き方

2行目中央 キューイングの際の言い方

2行目右側 タイミング 「Q」はクイック、「S」はスロー、「&」はアンド、「a」はア、「ー」はホールドを表す。

3行目 足形 男女の足形が異なる場合は女性の足形をカッコ内に記載。

4行目以降 フィギュアの説明 (必要に応じ注記)

①②・・・は小節番号である。但し1小節のフィギュアには小節番号はない。

◎タンゴの特徴

一般的に4分の4拍子の音楽が用いられる。1小節半の長さのフィギュアもあり、タイミングはSS、QQS、QQQQの3パターンが用いられる。前進するステップではヒールが、横へのステップではインサイド・エッジ(足の裏の内側)がそれぞれ始めに床に接し、クローズでは足の裏全体を同時に床に下ろす。

タンゴではクローズド・ポジションの足の位置が他の種目とは少し異なる。右足は左足より数インチ後ろ(右足のトゥが左足の土踏まずの辺り)に位置する。このことは両膝が少し緩んだ状態であるにも関わらず非常に強固なポジションを保つために有用である。

ステップする際は足を(床の上を滑らせることなく)床から離しそして、丁寧に床に下ろす。

ホールド(組み方)は前後方向には非常にコンパクトで、女性は男性の右側に位置するがワルツなどのホールドより男性から右に離れている。タンゴでは両足の間に重心があるためやや広めのホールドとなる。

体は両足の間から出ることはなく、従って、ステップしながら体が高い位置に上がっていく際のふわりとした感覚や、体が揺れたりすることは無いが回転はある。ふわりとした感覚や体が揺れたりすることは無く、体が傾くことも上がることも降りることも無い。

幅広く前後方向にコンパクトなホールドそして脚と足の動きの全てが、タンゴに他の種目とは異なる特徴を与えている。

●Corte(コルテ)

[省略形] 規定なし[キュー] Corte[タイミング] S[足形] BK & SD, -, (FWD & SD, -)

[男性] 左足を斜め後ろにステップし左膝を緩める, -,

[女性] 右足を斜め前にステップし右膝を緩める, -,

[注記] 通常、クローズド・ポジションで行う。

●Side Corte(サイド・コルテ)

[省略形] sd corte

[キュー] Side Corte

[タイミング] S

[足形] SD CORTE, ー,

[男性] 左足を横にステップし左膝を緩めリバース・セミ・クローズド・ポジションになり右脚は伸ばしてポイントする, ー,

[女性] 右足を横にステップし右膝を緩めリバース・セミ・クローズド・ポジションになり左足は伸ばしてポイントする, ー,

ROUNDALAB MANUALS —Revised July,2016—

ラウンダラブ・マニュアル2016 年 7 月改訂版

一般社団法人日本スクエアダンス協会

技術委員会ラウンドダンス小委員会

(ROUNDALAB MANUALS 改訂版翻訳タスクチーム)

委員長 丸山 一雄
委員 吉川 和良
委員 萩原 洋
委員 小笠原 真麻
委員 勝亦 由利

発行日：初	版	2010 年 7 月 25 日
2013 年 7 月改訂版		2013 年 12 月 15 日
2015 年 7 月改訂版		2016 年 4 月 25 日
2016 年 7 月改訂版		2017 年 4 月 25 日

発行者：一般社団法人日本スクエアダンス協会

<http://www.squaredance.or.jp>

E-mail:squaredance@giga.ocn.ne.jp

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町 1-7 神田ミハマビル

TEL 03-6240-6560

FAX 03-6240-6561