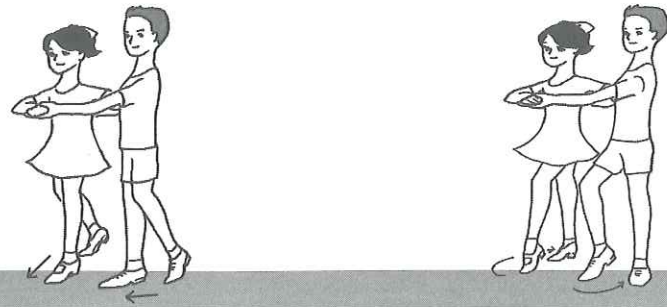
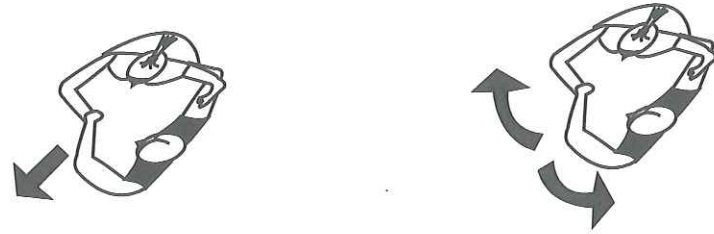


◆パート1

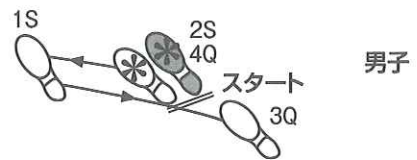
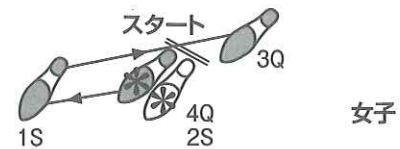
①フォーラーウェイ・ロック

(プロムナード・ポジションで始め→プロムナード・ポジションで終わる)

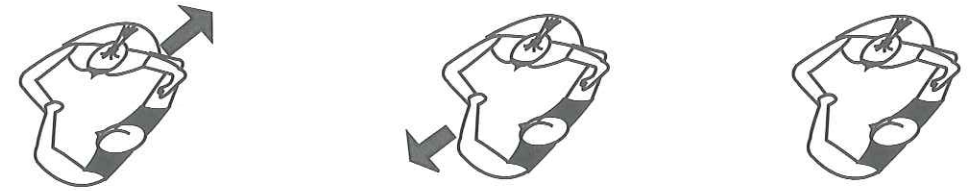


歩順 4  
カウント Q  
男子 右足にPPで体重を移す  
(女子 左足にPPで体重を移す)

歩順 3  
カウント Q  
男子 左足フォーラーウェイで後退  
(女子 右足フォーラーウェイで後退)



↑ 1S  
↑ カウント  
↑ 歩順  
\*スタートの足



歩順 2  
カウント S  
男子 右足に体重を移す  
フォーラーウェイ  
(女子 左足に体重を移す  
フォーラーウェイ)

歩順 1  
カウント S  
男子 左足PPで横へ  
(女子 右足PPで横へ)

スタート

男子 右足体重  
(女子 左足体重)



スタートを反対側から見たところ

①フォーラーウェイ・ロック

プロムナード・ポジション、男子右足体重(女子左足体重)で始める

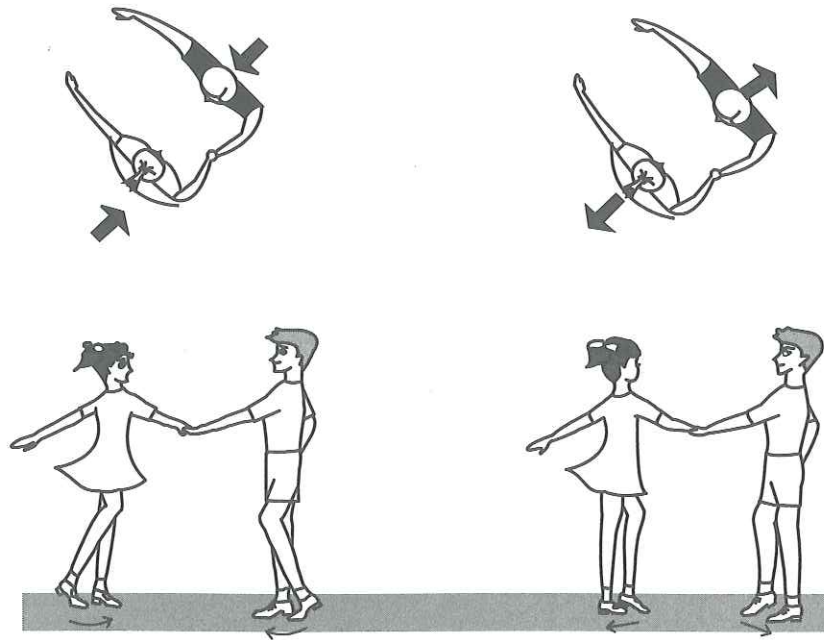
歩順	カウント	男子			女子	
		足の位置	回転量	リード	足の位置	回転量
1	S	左足 PPで横に	なし	体重移動	右足 PPで横に	なし
2	S	右足に体重を移す	なし	同上	左足に体重を移す(フォーラーウェイ)	なし
3	Q	左足 フォーラーウェイで後退	なし	同上	右足 フォーラーウェイで後退	なし
4	Q	右足にPPで体重を移す	なし	同上	左足にPPで体重を移す	なし

プロムナード・ポジションで終わる

◆パート1

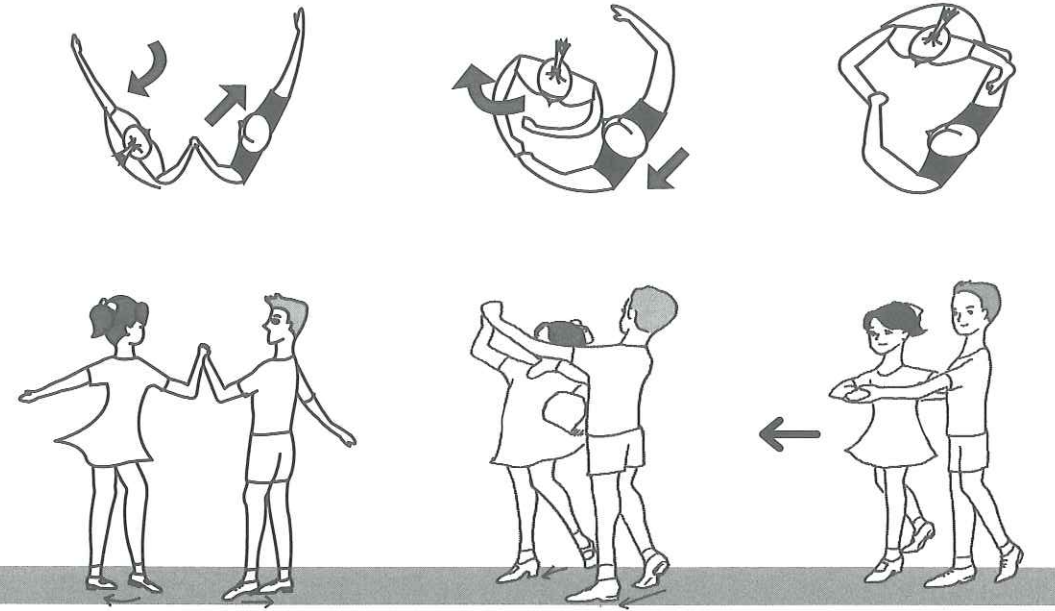
②チェンジ・オブ・プレース(右から左)

(プロムナード・ポジションで始め→オープン・ポジションで終わる)



歩順 4  
カウント Q  
男子 右足に体重を移す  
(女子 左足に体重を移す)

歩順 3  
カウント Q  
男子 左足小さく後退  
(女子 右足小さく後退)



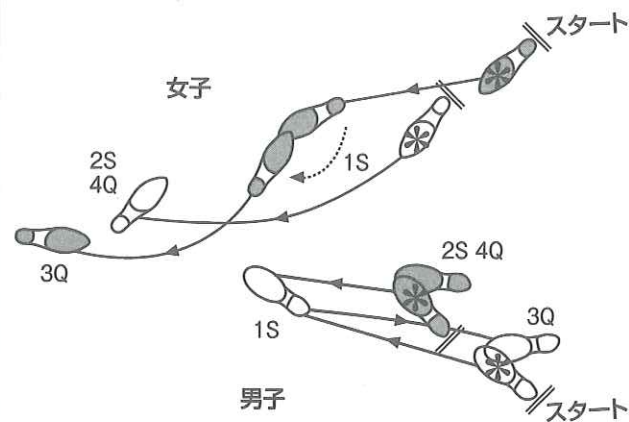
歩順 2  
カウント S  
男子 右足に体重を移す  
(女子 左足後退)

歩順 1  
カウント S  
男子 左足斜め前へ  
(女子 右足前進)

スタート  
男子 右足体重  
(女子 左足体重)



歩順4を反対側から見たところ  
(女子が右へ回りオープンポジションで終わった時)



②チェンジ・オブ・プレース(右から左)

プロムナード・ポジション、男子右足体重(女子左足体重)で始める

歩順	カウント	男子			女子	
		足の位置	回転量	リード	足の位置	回転量
1	S	左足 斜め前に	なし	左腕を上げ、右手のホールドを離しながら左手で円を描くように右回転のリード	右足 前進	右回転を始める
2	S	右足に体重を移す	なし	女子を右回転させ左手を下ろす	左足 後退	1~2で右へ約3/4回転を継続
3	Q	左足 小さく後退	なし		右足 小さく後退	なし
4	Q	右足に体重を移す	なし		左足に体重を移す	なし

オープン・ポジションで終わる