

タンゴ・フィガー集

2018年09月改訂 編集： 田中 康弘

(略注) RF：右足、LF：左足、Po：ポジション、Avd：アドバンスド、Syd：シンコペイティッド、Cl d：クローズド、Opn：オープン、Flw：フォーラウェイ、PP：プロムナドポジション、CPP：カウンタープロムナードポジション、DC：中央斜め、DW：壁斜め、Thrw：スローアウェイ、i/e：インサイドエッジ

★：普通級、★★：中級～上級、★★★★：上級

★★★★ (1)

※クイックオープンナチュラルテレマーク～サイドクロス※

※セイムフットランジ～デベロップetoオーバースエー※

LODに沿ってPPで始める

・クイックオープンナチュラルテレマークフロムPP SQQQQ

(㊦ 1歩目S：PPでDWに向け左足前進、2歩目Q：PPでDWに向け右足CBMP前進しボディ右に回す、3歩目Q：DWに向けて左足横後にして右スエーでヘッド右に、4歩目Q：DCに向け右足横にしてスエー戻す、5歩目Q：DCに向けてPPで左足前進、女子1歩目S：PPでDWに向け右足前進、2歩目Q：PPでDWに向け左足CBMP前進、3歩目Q：右足男子の間に前進しながらヘッド左に、4歩目Q：DCに向け左足横にしてヘッド右に切り替える、5歩目Q：DCに向けてPPで右足前進、ジェフリーハーン教p52参)

・ツイスト QQ

(㊦ Q：DCに沿ってPPで右足前進、Q：PPで左足右足に閉じながらボディ右に回してツイスト)

・サイドクロス QQ&

(㊦ Q：DCに沿ってPPで右足前進、Q：左足横に、&：右スエーで右足左足の後ろにトゥターンインで交差してLODに面し女子の顔を見る、女子Q：PPで左足前進、Q：右足横に、&：左足右足の前に交差してヘッド左にしてLODに背面、ジェフリーハーン教p36参)

・Flwリバー&スリップピボット QQQQ

・Sydリバースターン前半&バックコントラチェック QQ&, S

・ツイストtoセイムフットランジ QQS&S

(㊦ QQ：左足前進し右足左足の後ろに交差、S：ボディ右に回し交差を解く、&：右足体重で女子セイムフットランジにリード、S：ボディ逆DWに面し左足LODに沿い横にポイントしてセイムフットランジシェイプ(右大腿で女子の左ヒップを支える)、女子Q：右足体重戻す、Q：左足右足に揃える、S：右足OP前進、&：右足体重のまま右回転し男子と直交、S：左足前に伸ばしセイムフットランジシェイプ)

・デベロップetoオーバースエー &S, &S

(㊦ 1歩目&：左足体重移し女子の前進をリード、2歩目S：左膝伸ばしヘッドとスエー共に右にして女子デベロップさせる、&：左足体重のまま左回転、S：左膝曲げ右足DWにポイントしてオーバースエー、女子&：左足体重移す、S：右足前デベロップ、&：ボディ左回転して男子の前を横切り右足横に、S：右膝曲げてオーバースエー)

・ロンドツイストターンtoPP S&QQS

(㊦ DCに沿いボディLODに面して終る)

★★ (2)

※シャッセtoR&オポジションポイントtoR～セイムフットランジ※

- DCに面してC l d P oで始める
- ・オープンリバースターン&オープンフィニッシュ Q Q S, Q Q S
(㊦最後S : DWに右足OP前進)
 - ・デベロッパ S
(㊦右膝曲げてボディ左に回してスエーを右にして女子右足デベロッパさせる)
 - ・スローアウトサイドスィーブル S S
(㊦S S : 左足CBMPに後退して女子を右回転スィーブルさせる、女子S S : 右足でゆっくり右回転スィーブル)
 - ・レフトウィスク Q Q S
 - ・ツイスト & Q Q
(㊦& Q : 右足で右にツイスト、終りQ : 左足右足に揃えて女子と正対、女子& : 右回転しながら右足前進、Q : 右回転継続して左足前進、Q : 右足左足に揃えて男子と正対)
 - ・シャッセ t o R & オポジションポイント t o R Q & Q &, & S
(㊦Q & Q & : 右足から右方にシャッセ、& : 左足体重のまま膝少し伸ばし女子右回転をリード、S : 左膝曲げレフトランジシェイプになり男女のネックがVラインになるように女子を右方に少し引き離す、女子Q & Q & : 左足から左方にシャッセ、& : 右足体重のままボディ右に回す、S : 右足体重のまま左ボディを男子右ボディに略直交させ左足前にポイントしてヘッドは左に(セイムフットランジシェイプ)、ジェフリーハン教 p 2 2 6 参)
 - ・セイムフットランジ&チェンジングスエー & S, S S
(㊦& : 右足左足に閉じながら右にヘッドフリック、S : 右膝曲げ左足横に伸ばす、S S : 右足体重のままボディを徐々に右に回す、女子& S : そのポジションを保つ、S S : ヘッドとボディを徐々に右に回しながら左足を右足の前に交差)

★★ (3)

- ※バックチェックス～S y d リバースターン後半&前半※
 - ※バックコントラチェック～ロック～スイッチ&ピボット～コントラチェック※
- コーナー近くLODに沿いPPで始める
- ・フォーラウェイプロムナード S Q Q S
 - ・F l w t o アウトサイドスィーブル Q Q S
(㊦Q : F l w で左足後退、Q : 右足左足に閉じながら女子を正対させる、S : 左足CBMP後退して女子のアウトサイドスィーブルをリードしてPP、女子Q : F l w で右足後退、左足右足に閉じながらボディ左に回して男子と正対、S : 右足CBMP前進してボディ右に回してPP)
 - ・プロムナードリンク Q Q
 - ・プログレッシブリンク Q Q
 - ・バックチェックス S Q Q Q Q
(㊦S : LODに沿ってPPで左前進、Q : PPでDWに右足前進、Q : スエー左にして左足横少し後ろに、Q : スエー右にして右足CBMP後退、Q : スエー左にして左足横少し後ろに)
 - ・S y d リバースターン後半&前半 Q Q &, Q Q &
(㊦1歩目Q : ボディ左に回しながら右足中央に向け後退)
 - ・バックコントラチェック (㊦逆DW面す) S
 - ・ロック Q Q
(㊦1歩目Q : 左足体重戻す、2歩目Q : 右足小さく後退)
 - ・スイッチ&ピボット Q Q
(㊦1歩目Q : 右足の上でボディ右に鋭く回しスエー左にして左足横少し後ろに後退、2歩目Q : 右足後退ピボットしてDW面す)
 - ・コントラチェック&リカバー t o P P S, & S

- ・バックオープンプロムナード S Q Q S
 - ・フォワードキック t o P P S & S, Q Q S
- (⑩ 1歩目 S : 左足体重戻す、2歩目 & : 右足左足に揃える、3歩目 S : スエー少し左にして左足前方にフリック、4歩目 Q : ボディ左に回し逆DCに左足右OP後退、5歩目 Q : 右足左足に揃え左回転、6歩目 S : 新LODに沿いPPタップ、女子 3歩目 S : スエー少し右にしてヘッド右に回し右足後方に曲げてキック)

★★ (4)

※ライジング F l w ウィスク～レフトウィスク～ナチュラルスピント o セイムフットランジ～ピボット t o コントラチェック※
 コーナ近く LOD に沿い P P で始める

- ・ライジング F l w ウィスク S S
- (⑩ 1歩目 S : 右足体重乗せて左足後方ロンデ、2歩目 S : 右膝伸ばしながら左足右足の後に交差してウィスク)
- ・レフトウィスク Q Q S
 - ・ナチュラルスピント o セイムフットランジ & Q Q & S
- (⑩ 1歩目 & : 左足体重移す、2歩目 Q : 右回転しスクエアで右足逆LOD女子の間に前進、3歩目 Q : 右回転継続左足横少し後ろ壁面す、4歩目 & : 右足体重移す、5歩目 S : ランジライン、女子 3歩目 Q : 右足逆LODに向け男子の間に前進、4歩目 & : 逆DW背面し左足小さく横に、S : 右足逆LOD後退しヘッド右に)
- ・ピボット t o コントラチェック & Q Q, S
- (⑩ & Q Q : 左回転ピボット、S : コントラチェック)
- ・リカバー t o P P Q Q

★★★ (5)

※オープンナチュラル&アウトサイドスピン～エロスライン t o R ※
 c f. フィガー (2 1)

DWに向けて P P で始める

- ・オープンナチュラル&アウトサイドスピン S Q Q Q Q Q Q
- (⑩ S Q Q Q : DWに向け P P で左足前進してオープンナチュラルターン、5歩目 Q : 左足右足にクローズ後に両足ヒールで右回転して終り左足体重ヒールピボット、6～7歩目 Q Q : 小さく右足OP前進してアウトサイドスピン、ジェフリーハーン教 p 8 6 参)
- ・エロスライン t o R S S
 - ・サークルウォーク i n ナチュラルピボット S S Q Q S
- (⑩ S S Q Q : エロスラインを保ち左右左右と4歩右回転、最後 S : 左足逆DW後退して右回転ピボット、女子 S S Q Q : 左足体重保ちヘッド右にして右足リフト継続、最後 S : 男子の間に右足前進)
- ・クイックスピント o フォーラウェイウィスク Q Q & S
 - ・プロムナードロック & タップ Q & Q S
 - ・クウォータービーツ Q & Q &

→⑩ 上記クウォータービーツに代えて次のように踊ることもできる

- ・フリック & タップ S & Q Q
- (⑩ S : P P で身体の前に左足フリック、& : 左足右足の後に交差、Q : 右足体重戻す、Q : 左足タップして P P、女子 : その反対)

★★ (6)

LODに沿って P P で始める

- ・フォーラウェイウィスク S Q Q Q Q
- ・ナチュラルスピン Q Q, Q Q

(㊟ナチュラルスピンは1回のみ踊ってもよい)

- ・ライトランジロール S S
- ・バックラン Q Q

(㊟Q Q : D Cに向け右左と2歩後退ラン)

- ・アウトサイドチェンジ t o P P Q Q

(㊟Q : 右足D C後退してボディ左に回す、Q : D Wに向け左足前進してP P)

- ・ウイップラッシュ S
- ・フォーラウェイ&スリップピボット Q Q

(㊟1歩目Q : 左足F 1 wに後退、2歩目Q : 右足ピボットしてD Cに向く、女子1歩目Q : ヘッド右にして右足F 1 wに後退、2歩目Q : ヘッド戻して左足男子の間に前進ピボット)

★★ (7)

※ルドルフF 1 w~コントラチェック※ ※ダブルスパニッシュドラグ※
c f . フィガー (3 1)

L O Dに沿ってP Pで始める

- ・ファンポイント (2回) S Q Q & , Q Q &

(㊟1歩目S : P Pで左足前進、2歩目Q : P Pで右足前進、3歩目Q : 上体はP P保ち腰から下のボディ右に回し女子に正対し左足体重かけず前にポイント (ファンアクション)、& : P Pのままボディ左に回し左足体重掛ける、これをもう一度繰り返す、ジェフリーハーン教 p 1 7 0 参照)

- ・プロムナードロック Q & Q
- ・デベロップ t o オーバースエー S & S

(㊟S : 右足体重右スエーで女子デベロップにリード、& : ボディ左に回しながら左足右足に閉じて女子と正対、S : 左足横にしてオーバースエー、女子S : 左足体重で左スエー大腿高くして右足前にデベロップ、& : ボディ左に回して男子の前を通過しながら右足横に、S : 右膝曲げてオーバースエー)

- ・ルドルフF 1 w t o アウトサイドスイープル S Q Q S

(㊟2 3歩目 : Q Qは右足体重のまま、4歩目S : O Pで左足後退)

- ・プロムナードリンク Q Q
- ・コントラチェック&リカバー S , & S

(㊟1歩目S : 左足前進してコントラチェック、2歩目& : 右足体重戻しスクエア、3歩目S : 左足体重かけず横に開き右サイド伸ばしヘッド左で女子を右サイドに引き離す、女子S : 右足後退してコントラチェック、& : 左足体重戻し男子と正対、S : 右足体重移さずスエー左にしてヘッドも左に)

- ・ダブルスパニッシュドラグ t o P P S S , & S S , & S

(㊟S S : 少しツイストアクションを伴いながらスパニッシュドラグ、& : 右足左足に閉じて女子と正対、S S : 少しツイストアクションを伴いながらスパニッシュドラグ、& : 右足左足に閉じて女子と正対、S : 左足横にタタップしてP Pで終る、ジェフリーハーン教 p 1 7 4 参)

→㊟上記ファンポイントでは3歩目でヘッドを右に回し (女子はヘッド左に回し)、4歩目でP Pに戻すこともできる

★★★ (8)

※F 1 w ウィスク~ナチュラルスピンのチェイス~エロスライン t o R ~オーバースエー※
c f . フィガー (1 5)

L O Dに沿ってP Pで始める

- ・F 1 w ウィスク S Q Q Q Q
- ・ナチュラルスピン Q Q , Q Q

(㊟右左と2歩右回転スピンを2回繰り返して略L O Dに背面して終る、なお1回の

みナチュラルスピンを踊ってもよい)

・ダブルチェイス8～11歩

S & Q Q

(注 S : 右足横にしてDCに面す、& : ボディ右に回しながら左足前進、Q : 右足OP前進してピボットしてLODに背面、Q : 女子右OPで左足後退ピボットしてDWに背面、ジェフリーハーン教 p 159 参)

・シャッセ to R エンド in エロスライン to R

Q & Q S S

(注 Q & Q : DCに沿って右左右と右方へシャッセ、S S : 右足体重のままエロスライン)

・オーバースエー

& S

(注 & : ボディ左に回しながら左足体重移す、S : オーバースエーで逆DWに面す)

・スパニッシュドラグ to P P

S S & S

→注 上記 F l w ウィスクからのナチュラルスピンは2回踊ることもできる

★★★ (9)

※テレスピン～T h r w オーバースエー～セიმフットランジ～スパニッシュドラグ～リカバー to P P ※

c f . フィガー (74) 、 (86)

LODに面してC l d P oで始める

・2 ウォーク

S S

・プログレッシブリンク

Q Q

(注 DCに沿ってP Pで終る)

・サイドクロス

S Q Q &

(注 S : DCにP Pで左足前進、Q Q & : サイドクロス (ジェフリーハーン教 p 36 参))

・F l w リバース&スリップピボット

Q Q Q Q

・テレスピン

Q Q Q & Q , Q Q

(注 最初 Q Q : オープンテレマーク 1 ~ 2 歩、Q & : 右足体重のまま女子前進リード、Q : DC面しC l d P oで左足女子の間に前進、Q : 右足横後に、Q : 左足横に、女子最初 Q Q : 右足後退してヒールターン、Q & : セიმフットランジラインでLODに沿って右左2歩前進、Q : トーターンインで右足横少し後ろにしてC l d P o、Q : 左足小さく前進ピボット、Q : 右足横に)

・T h r w オーバースエー

S S

・セიმフットランジ

Q Q S

(注 Q Q : 左膝伸ばしながらボディ右に回し右足体重掛けずに左足に揃えてスエー左にして女子左ボディを直交させる、S : 右足体重移しながらスエーとヘッドを右にしてセიმフットランジ、女子 Q : 右足体重のままボディ右に回す、Q : 左足小さく横にして左ボディを男子に直交させてスエー右に、S : 右足後退しながらスエーとヘッドを左にしてセიმフットランジ)

・スパニッシュドラグ to セიმフットランジ

S S & S

(注 S S : 左足体重移してボディ徐々に左に回す、& : ボディ右に回しながら右足左足に閉じて女子の左ボディを直交させる、S : 右足体重のまま左足横にタップして再びセიმフットランジ、女子 S S : 左足体重移してボディ徐々に左に回しながら男子に挑むように顔を向ける、& : 右足左足に閉じて左ボディを男子に直交させる、S : 左足身体の前にポイントして再びセიმフットランジ)

・スパニッシュドラグ to P P

S S & S

(注 S S : 左足体重移してボディ徐々に左に回す、& : 右大腿を女子から外し右足左足に閉じてヘッド右に回す、S : 右足体重のまま左足横にタップしてP P、女子 S S : 左足体重移してボディ徐々に左に回しながら男子に挑むように顔を向ける、& : 左足体重のままヘッド左に回す、S : 右足横にポイントしてP P)

→④上記セイムフットランジからは、スパニッシュラインに移行する代わりに、次のように踊ることもできる

・リカバー t o ロンデ & S S

(④&：右足体重のまま女子を送り出す、S：ボディ左に回しながら左足体重移し女子と正対、S：左足体重のままボディ右に回しながら女子をロンデさせる、女子&：左足体重移す、S：左足体重のままボディ左に回して右足横にポイントして男子と正対、S：左足体重戻しボディ右に回しながら右足後方にロンデ)

・ツイストターン t o P P & Q Q S

(④&：スエー右にして右足左足の後ろに交差、Q Q：右回転ツイスト、S：左足体重掛けずに横にポイントしてP P、女子&：ヘッド右にして右足 F l w で後退、Q Q：左 S L で男子の周りを左右2歩前進、S：左足横にしてP P)

★★ (10)

※セイムフットランジ～アウトサイドスイーブル～プロムナードロック&タップ※

※ライジングウィスク～ファンスイーブル t o オポジションポイント t o R ※
c f. フィガー (88)

L O D に沿い P P で始める

・ナチュラルプロムナードターン S Q Q

・チェイスアクション S & S

(④S：C l d P o を保ち右足 L O D 前進、&：C l d P o を保ち左 S L で左足横少し前に、S：右足略 D W に O P 前進チェック、女子最後 S：C B M P 後退チェック)

・セイムフットランジ&ヘッドターン S & S, S

(④S：左足体重移す、&：右足左足に揃える、S：右膝緩めヘッド左にしてセイムフットランジ、S：ボディ少し右に回して女子ヘッドターンさせる、女子S：右足前進して右回転スイーブル、&：右膝曲げ男子と直交、S：左足前に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ、S：ボディ少し右に回してヘッド右に回す)

・リバーアウトサイドスイーブル & Q Q S

・プロムナードロック&タップ Q & Q S

・ライジングウィスク S S

(④1歩目S：左足後方ロンデ、2歩目S：右膝伸しながら左足体重移しウィスク)

・ファンスイーブル t o オポジションポイント t o R S & S

(④S：左足後方から前方にロンデ、&：左足右足に閉る、S：オーバースエーライン、女子S：右足後方から前方にロンデ、&：右足左足に閉る、S：右足体重のまま左足前に伸ばしてセイムフットランジライン)

・リカバー t o セイムフットランジ & S

(④&：少しライズしながら右足左足に閉じる、S：右膝曲げボディ少し右に回して女子をヘッドターンさせる、女子& S：右足体重のままヘッドとボディ右に回す)

→④チェイスアクションからセイムフットランジに入る代わりに、単純にオープンプロムナードやリバースターンのオープンフィニッシュからセイムフットランジを継続させることもできる

★★★ (11)

※ダブルテレスピン～S y d シャッセ t o L ～バックチェックス～ツイストターン※

D C に沿い P P で始める

・プロムナードリンク S Q Q

・ダブルテレスピン Q Q Q & Q Q, Q & Q Q

(④Q Q Q & Q Q：テレスピンを踊り右足オープントゥピボットで後退、Q & Q Q：テレスピンの3～6歩を踊り右足オープントゥピボットで後退して終る)

・S y d シャッセ t o L Q & Q &

(④Q & Q &：L O D に沿って左足から左方にシャッセ)

- ・レフトランジ S
- ・バックチェック (2回) S & S
(㊦ S : スエー右にして右足 CBMP 後退、& : スエー左にして左足横少し後ろに、S : スエー右にして右足 CBMP 後退)
- ・ツイストターン QQQQ
(㊦ 1 歩目 Q : 逆 LOD に左足前進、2 歩目 Q : 右足左足の後に交差、QQ : 右にツイストして PP で終る)

★★★ (12)

- ※ジグザグ to R ~ Flw リバース ~ ウィスク ~ デベロップ to オーバースエー※
- ※オーバースエー ~ LF ロンデ to セイムフットランジ ~ リバースアウトサイドスイーブル※
- DC に面し Cl d P o で始める
- ・2 ウォーク SS
- ・ジグザグ to R QQQQ
(㊦ QQ : フォーステップの 1 ~ 2 歩、Q : ヘッド左にして女子右 OP で左足後退、Q : ヘッド左に保ちボディ右に回しながら右足左足に閉じて DC に面して OP の準備、女子 QQ : フォーステップの 1 ~ 2 歩、Q : ヘッド左にして男子の右 OP に右足前進、Q : ヘッド左に保ちボディ右に回しながら左足右足に閉じて DC に背面して OP の準備、ジェフリーハーン教 p 172)
- ・Flw リバース & スリップピボット QQQQ
(㊦ 最初 Q : 左足 OP で DC 前進)
- ・ウィスク & スエーチェンジ QQS
(㊦ QQS : DC の方向にウィスクして逆 DW に面して終る、S : 右スエーに切り替える)
- ・デベロップ to オーバースエー S & S
(㊦ S : 逆 DW に向け PP で右足前進、& : 右膝伸ばし女子を引き上げる、S : ボディ左に回しながら左足横に置き終り壁に面してオーバースエー、女子 S : 逆 DW に向け PP で左足前進しながら右足前方にキック、& : ボディ左に回しながら男子の前を横切って右足横に置く、S : 右膝曲げてオーバースエー)
- ・LF ロンデ to セイムフットランジ SQQ, & S
(㊦ 前半 S : 右足体重移しながらボディ右に回して女子 Flw にリード、QQ : 右足体重のままボディ右回転継続しつつ左足身体の前方にロンデ、後半 & : 右足体重のまま少しライズして女子左ボディを直交させる、S : DW に面し右膝曲げ左足横に伸ばしてヘッド左にしてセイムフットランジ、女子 前半 S : 右足後方ロンデ、Q : 左足の後ろに右足後退、Q : 左 SL で左足前進、後半 & : ボディ右に回しながら右足左足に揃え左ボディを男子と直交、S : 右膝曲げ左足前に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ)
- ・リバースアウトサイドスイーブル &QQS
(㊦ & : 右足体重のまま女子前進をリード、Q : ボディ左に回しながら左足体重移し女子と正対して DC に面す、Q : ボディ左回転継続して右足横後に置き DC に背面、S : 左足 CBMP に後退して右 OP で女子右回転スイーブルさせて PP)
- ・プロムナードタップウィズヘッドフリック S & S
(㊦ S : PP で右足前進、& : 右足体重のまま右方にヘッドフリック、S : PP で左足体重乗せずに前にタップ)

★★ (13)

- ※チェイス ~ アウトサイドスピン ~ ナチュラルスピン ~ ルドルフ Flw ※
- LOD に沿い PP で初める
- ・チェイス SQQQQ
(㊦ 最後 Q : LOD に左足後退)

- ・アウトサイドスピン to ナチュラルスピン Q Q Q Q
 (㊦ 1 歩目 Q : ボディ右回転継続して右足 O P 前進、2 歩目 Q : ボディ右に回しながら左足横後に置き女子と正対、Q Q : 右左と 2 歩でナチュラルスピン)
- ・ルドルフ F l w S
 (㊦ S : 逆 D C に右足横にして左足後方にロンデ)
- ・リバースピボット Q Q
 (㊦ D C に面して終る)
- ・オープンテレマーク Q Q S
- ・プロムナードロック & タップ Q & Q S
- ・フリックウィスク & タップ S & Q Q
 (㊦ S : 左足前方にフリック、& : 左足後退してウィスク、Q : 右足体重戻す、Q : P P で左足前にタップ)

★ (1 4)

※ F l w リバー & スリップピボット ~ S y d リバースターン ~ S y d シャッセ t o L & レフトランジ ※

※ T h r w オーバースエー t o ダブルオーバースエー ※

D C に面し左足前進で始める

- ・ F l w リバー & スリップピボット Q Q Q Q
- ・ S y d リバースターン Q Q & , Q Q & , Q Q &
- ・ S y d シャッセ t o L & レフトランジ Q Q & Q Q , S
 (㊦ S : レフトランジ)
- ・ T h r w オーバースエー t o ダブルオーバースエー Q Q S , & S
 (㊦ 1 歩目 Q : T h r w オーバースエー、2 歩目 Q : レフトランジ、S : オーバースエー、& : レフトランジ、S : オーバースエー)
- ・ ライトランジ & リカバー t o P P & S , S
 (㊦ & S : 左足体重のままリカバーし右足横少し前にライトランジ、終り S : 右足体重のまま P P)

★★★ (1 5)

※ F l w ウィスク ~ ナチュラルスピン ~ ダブルチェイス 8 ~ 1 1 歩 ※

c f . フィガー (8) 、 (2 7)

コーナー近く L O D に沿い P P で始める

- ・ F l w ウィスク (2 回) S Q Q Q Q , Q Q Q Q
 (㊦ 終り新 L O D に沿う)
- ・ ナチュラルスピン Q Q
 (㊦ ナチュラルプロムナードターン 2 ~ 3 歩)
- ・ ダブルチェイス 8 ~ 1 1 歩 S & Q Q
 (㊦ 前述フィガー (8) 参)
- ・ ダブルバックロック & ストップロック Q & Q & , S &
- ・ S y d リバースターン (後半) Q Q &
- ・ ダブルリバー ススピン S Q & Q
- ・ テレマーク t o オーバースエー Q Q S S
- ・ ロンデ t o ウィスク S S
 (㊦ S : 右足体重移して P P 、 S : 左足右足の後ろに交差してウィスク)
- ・ P P 前進 & ヘッドフリック S & S
 (㊦ S : P P で右足前進、& S : 右足体重ままヘッドフリックして P P)

★★ (1 6)

※ シャッセ t o R ~ レフトサイドウォーク ~ リバー スアウトサイドスイーブル ※

c f. フィガー (16)、(47)、(56)

LODに沿いPPで始める

- ・チェイス S Q Q Q Q
(㊦終りQ: LODに背面して左足後退)
- ・シャッセ to R Q & Q
(㊦LODに沿って右足から右方にシャッセ)
- ・レフトサイドウォーク Q Q S S
(㊦Q: ヘット左に保ったまま少し右スエーにして右OPでDWに左足後退、Q: 右足左足に閉じてDCに面して女子と正対、S: 左OPでDCに左足前進、S: 右SLで右足前進してOPの準備、ジェフリーハーン教p172)
- ・リバーサウトサイドスイープル Q Q S
(Q: 左OPでDCに左足前進、Q: ボディ左に回して右足横後に置きDCに背面、S: 左足CBMPに後退して右OPで女子右回転スイープルさせてPP)
- ・プロムナードタップ Q Q
→㊦上記リバーサウトサイドスイープルからはプロムナードピボットに継続することもできる

★★★ (17)

※ナチュラルプロムナードターン to ツイスト into セイムフットランジ※

※Sydリバースターン後半~ウイーブスイッチ~オーバースエー※

c f. フィガー (82)

LODに沿いPP左足前進で始める

- ・ナチュラルプロムナードターン to ツイスト into セイムフットランジ S Q Q S Q & Q, & S
(㊦前半S Q Q S: ナチュラルプロムナードターンの1~4歩、Q: 左足横後ろに、&: 右足左足の後ろに交差、Q: 右にツイストしながら交差を解き右足体重移す、後半&: 右足体重のまま女子左ボディを直交させる、S: 右足体重のまま左足DC向けポイントしてセイムフットランジ、女子前半S Q Q S: ナチュラルプロムナードターンの1~4歩、Q: 右足左足に閉じてヒールターン、& Q: 左SLで左右と2歩前進、後半&: 右足体重のまま左足右足に揃えて左ボディを男子に直交させる、S: 右膝曲げて左足前にポイントしてセイムフットランジ)
- ・リバーズスピン & Q Q
(㊦&: 右足体重のまま女子前進をリード、Q Q: 左右と2歩で左回転してLODに面す)
- ・ライトランジ S S
(㊦S: 左足体重でスエー左に、S: 逆DWに向け右足横少し前に前進してランジ)
- ・ダブルバックロック&ストップロック S, Q & Q &, S &
(㊦S: 右SLで左足後退、Q & Q &: 右足後退からのバックロックを2回、S: 右足後退してスエー左にして女子のヘッドを返す、&: 左足右足の前に交差)
- ・Sydリバースターン後半3歩 Q Q &
(㊦LODに面して終る)
- ・ウイーブスイッチ Q Q Q Q Q Q
(㊦ジェフリーハーンp106参)
- ・オーバースエー S S
- ・チェンジングスエー&オーバースエー & S, Q Q Q Q Q Q
ウィズナチュラルスピンエンディング
(㊦右足からナチュラルスピンを2回踊って(Q Q Q Q Q Q)、最後右足体重のまま左足横にタップしてPP(Q)で終る、アレックスムアーPV30参)

★★ (18)

※ナチュラルプロムナードターン t o P P ~ P P ラン ~ オープンテレマーク※

L O D に沿い P P で始める

- ・ナチュラルプロムナードターン t o P P S Q Q S
(注 S Q Q : ナチュラルプロムナードターンの 1 ~ 3 歩、S : L O D に沿って P P で右足前進)
- ・ P P ラン & S
(注 & S : P P で左右と 2 歩前進)
- ・オープンテレマーク Q Q S
- ・オーバースエー S
- ・チェンジングスエー & オーバースエー & S
(注 & : 左足体重のままレフトランジシェイプ)
- ・スパニッシュドラグ t o P P S S & S
- ・ライジング F l w ウィスク S S
- ・プロムナードロック & タップ Q & Q S
- ・フリックウィスク & タップ S & Q Q
(注 S : 左足前方にフリック、& : 左足右足の後ろに交差してウィスク、Q : 右足体重戻す、Q : 左足体重掛けずにタップして P P)

★★★ (1 9)

※オープンナチュラルターン & アウトサイドスピン ~ ウィスク※

※テレスピン ~ レッグフック※

c f . フィガー (5) , (2 1) , フィガー (3 5)

コーナー近くで L O D に沿い P P で始める

- ・オープンナチュラルターン & アウトサイドスピン S Q Q Q Q Q Q
(注 S Q Q Q : P P で左足前進からオープンナチュラルターン、Q Q Q : アウトサイドスピン、ジェフリーハーン教 p 8 6 参)
- ・ウィスク & S
(注 & : 右足横に、S : 左足右足の後に交差して P P となり新 L O D に向く)
- ・ P P ウォーク Q Q
(注 P P で右左と 2 歩前進)
- ・フリック t o P P Q Q S & S
(注 Q Q : P P で左足体重 P P のまま右足を左右に交互にフリック、3 歩目 S : P P で右足前方フリック、4 歩目 & : 右足左足に閉じる、5 歩目 S : P P で左足体重掛けずにタップ)
- ・サイドクロス S Q Q &
(注 S : P P で左足前進)
- ・ F l w リバース & スリップピボット Q Q Q Q
- ・テレスピン 1 ~ 5 歩 Q Q Q & Q
(注 最後 Q : D C に左足前進して女子と正対)
- ・レッグフック & スリップピボット Q Q Q Q (女子 Q Q & Q Q)
(注 1 歩目 Q : D C に向け右足大きくオープントゥピボット (トゥターンイン) で後退すると同時に左足リフトし左足の大腿と脚部とが略直交するように曲げてエロスライン、Q : 上記姿勢を保ち左回転継続、Q : 左足右足の後ろに交差、最後 Q : 右足後退スリップピボット、女子 1 歩目 Q : ヘッド左に保ち右足で床を圧縮し左足 C B M P で男子両足の間にトゥで少し大きく前進、2 歩 ~ 4 歩目 Q & Q : ヘッド左に保ち左ボディを男子にコンタクトしながら右左右とボールで 3 歩小幅に左回転、最後 5 歩目 Q : 左足前進ピボットして男子と正対、ジェフリーハーン教 p 1 3 4 参)
- ・コントラチェック S
- ・リカバー t o ロンデツイストターン Q Q , S Q & Q S
→注 上記レッグフック & スリップピボットの先行フィガーとしては、テレスピン 1 ~

5歩を踊る代わりに、オーバースピンフロムダブルリバーススピン（SSQQ&）から入ることもできる（ジェフリーハーン教p66参）

★★★（20）

※フォーラウェイリバース～Sydリバースターン&リバースピボット※

※スパニッシュドラグ～ロンデtoPP～ウィスク&タップ～クウォータービーツ※
DCに面し左足前進で始める

- ・フォーラウェイリバース QQQQ
- ・Sydリバースターン（前半） QQ&
- ・リバースピボット QQ

（㊦Q：右足後退ピボットしてLODに面す、Q：左足前進ピボットしてLODに背面）

- ・Sydリバースターン（後半） QQ&
- ・リバースピボット QQ

（㊦Q：左足前進ピボットしてLODに背面、Q：右足後退ピボットして壁に面す）

- ・SydシャッセtoL Q&Q&
- ・スパニッシュドラグ SS
- ・ロンデtoPP SQQ

（㊦S：右足体重移し女子ロンデさせる、Q：右足体重のまま右回転、Q：右足体重のままPP、女子S：左足体重で右足後方にロンデ、Q：右足左足後ろに交差、Q：右足ボールで右にツイストしながら左足前進してPP）

- ・ウィスク&タップ SQQ

（㊦S：左足右足の後ろに交差してウィスク、Q：PPで右足前進、Q：左足体重掛けずにPPでタップ）

- ・クウォータービーツ Q&Q&S

→㊦上記のロンデtoPPはスパニッシュドラグの後続として踊る代わりに、レンジポイント、オープンテレマークなどから継続させることもできる

★★（21）

※オープンナチュラルターン&アウトサイドスピン～RFロンデ※

c.f. フィガー（5）, フィガー（19）

LODに沿い左足前進で始める

- ・オープンナチュラルターン&アウトサイドスピン SQQQQQQ

（㊦最後Q：DC背面し左足横、女子最後Q：右足男子の両足の間に大きく前進、ジェフリーハーン教p86参）

- ・RFロンデ S

（㊦S：左足体重のままスエーを少し右にして右足後方にロンデして終りに右足左足に揃えてDC面す、女子S：右膝緩めて左足外側から前方にロンデして終りには左足右足に揃える）

- ・リンク QQ

（㊦Q：DCに沿い右足小さくPP前進、Q：PPで左足体重掛けずにタップ）

→㊦上記アウトサイドスピンの後は、RFロンデする代わりに右足女子の間に前進してロンデツイストターンを踊ることもできる、またセიმフットレンジに継続させることもできる（フィガー（66）参）

★★★（22）

※オーバースエー～ドラグ～セიმフットレンジ～リバースアウトサイドスイール※

DC面し左足前進で始める

- ・Flwリバース QQQQ

・ダブルテレスピン Q Q Q & Q Q, Q & Q Q
 (㊦ Q Q Q & Q Q : テレスピンを踊り右足オープントゥピボットで後退、Q & Q Q : テレスピンの3～6歩を踊り右足オープントゥピボットで後退して終る)

・T h r w オーバースエー & リカバート o オーバースエー S S, & S
 (㊦ S : 左足横にしてスエー左に、S : T h r w オーバースウェイ、& : リカバール、S : オーバースエー)

・スパニッシュドラグ t o セイムフットランジ S S, & S
 (㊦ S S : ボディ少し左に回しながら左膝伸ばしつつ女子スパニッシュドラグさせる、& : 右足左足に閉じて女子左ボディを直交させる、S : 右膝曲げて左足横に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ、女子 S S : ボディ少し左に回しながら右膝伸ばしつつ男子を仰ぎ見る、& : 右足体重のまま左足右足に揃え左ボディを男子と直交させる、S : 右膝曲げて左足前に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ)

・リバースアウトサイドスィーブル & Q Q S
 (㊦ 詳細は前述フィガー (12) 参)

・プロムナートタップ t o コントラチェック Q Q, S
 →㊦ 上記セイムフットランジからリバースアウトサイドスィーブルに続ける代わりに、レッグフック (ジェフリーハーン教 p 134 参) を踊ることもできる (前述フィガー (19) 参)

★★★ (23)

※ストーキングウォーク (セイムフットランジシェイプ) ※

c f. フィガー (42), フィガー (74)

DC に沿って P P で始める

・テレスーブル S Q Q & Q Q S
 (㊦ ジェフリーハーン教 p 82 参)

・プロムナードリンク Q Q

・コントラチェック S

・リカバート o セイムフットランジ S & S

(㊦ S : ボディ右に少し回しながら右足体重戻しライトランジシェイプ、& S : 右膝曲げながら女子セイムフットランジにリードしてヘッド左に、女子 S : 左足体重戻しヘッド左に、& : ボディ右に回しながら右足左足に閉じて左ボディを男子と直交させる、S : 左足前にポイントしヘッド左にしてセイムフットランジ)

・左足セイムフットウォーク S S

(㊦ S S : ランジシェイプ保ち左足横に、女子 男子の前を左足アクロス前進)

・右足セイムフットウォーク S S

(㊦ S S : 女子の前を右足アクロス前進、女子 右足横に)

・セイムフットランジ & S

(㊦ & S : 右膝曲げてボディ少し右に回し左足横に伸ばす、女子 & S : 左足前に伸ばし右膝曲げてボディ少し右に回してヘッド右に)

・リカバート o オーバースエーシェイプ S & S

(㊦ S : ボディ左に回しながら左足体重移して女子前進をリード、& : 左足体重のまま女子を正対させる、S : 右足逆 DW に向けポイントしてオーバースエー、女子 S : 左足前進、& : ボディ左に回しながら右足左足に閉じて男子と正対、S : 左足横少し後ろにポイントしてオーバースエー)

・ルドルフ F l w t o ターニングフォーステップ S, Q Q Q Q

(㊦ 1 歩目 S : 右足体重移し女子を F l w にリード、2 歩目 Q : F l w に左足後退、3 歩目 Q : 右足左足に揃える、4 歩目 : 女子を右 O P にリードして左足後退、5 歩目 Q : 右足左足に揃えて P P となり新 L O D に沿って終る)

→④上記の左足と右足のセイムフットワークはもう一度繰り返してもよい

★★★ (24)

※プロムナード&フリック～サイドクロス～リバーサアウトサイドスィーブル～オポジションポイント to L※

L O D に沿い P P で始める

・ F l w プロムナード to アウトサイドスィーブル S Q Q S Q Q S

(④ S Q Q S Q : フォーラウェイプロムナードの 1 ~ 5 歩、6 歩目 Q : 右足後退して女子を正対させる、7 歩目 S : 左足 C B M P 後退して女子アウトサイドスィーブルをリード、女子 6 歩目 Q : ボディ左に回し左足右足に揃え男子と正対、S : 右足男子の右 O P に前進して右回転スィーブル)

・ レフトウィスク Q Q S

・ スタンディングスピン to R Q & Q & S

(④ L O D に沿って P P で終る)

・ プロムナードクローズ S Q Q

(④ S : L O D に沿って P P で左足横に、Q : P P で右足アクロス、Q : ボディ左に回し左足右足に揃え女子を正対して D W に面して終る)

・ ライトランジ&リカバー to P P S S

(④ S : 逆 D W に右足前進、S : リカバーして D C に沿って P P で終る)

・ プロムナード&フリック S Q Q &

(④ S Q : P P で左右と 2 歩前進、Q : P P で左足前方フリック、& : 左足前に着地)

・ サイドクロス Q Q &

・ リバーサアウトサイドスィーブル Q Q S

・ オポジションポイント to L S & S (又は Q Q S)

(④ S : L O D に沿って P P で右足前進、& : 女子がセイムフットランジに P P で左足横少し後ろに、S : 左膝曲げヘッド左にしてオーバースエーシェイプ、女子 S : L O D に沿って P P で左足前進、& : 左足体重掛けずに右足に揃える、S : 右膝曲げ左足前に伸ばし左ボディを男子に直交させヘッド左にしてセイムフットランジシェイプ)

・ リカバー to P P (イン&アウト) S & S

(④ S : P P で右足前進、& : 右足体重のままボディ少し右に回してヘッドフリック、S : 右足体重のまま P P となり左足横にタップ、女子 S : 左足前進、& : 左足体重のままボディ少し左に回してヘッドフリック、S : 左足体重のまま P P となり右足横にタップ)

★★ (25)

※サイドクロス～F l w リバーサ～オープンテレマーク～スウープ～ドラグ※

c f . フィガー (78)

L O D に面して始める

・ 2 ウォーク S S

・ プログレッシブリンク Q Q

(④ D C に沿って P P で終る)

・ サイドクロス S Q Q &

(④ S : D C に P P で左足前進、Q Q & : サイドクロス (ジェフリーハーン教 p 36 参))

・ F l w リバーサ&スリップピボット Q Q Q Q

・ ウィスク&スエーチェンジ Q Q S , S

(④ Q Q S : D W に沿ってウィスク、S : スエーチェンジ)

・ レディデベロップ to ランジポイント S & S

(④ S : 右足小さく前進しながら女子デベロップを補助、& : ボディ左に回しながら左足右足に揃えて女子と正対、S : 左足体重のまま右足 D C に向けランジポイント、女

子S：左足小さく前進しながら右足前にキックしてデベロップ、ボディ左に回して男子と正対、S：右足体重のまま左足DCに向けポイント)

- ・シャッセ t o R Q & Q
(注DCに沿ってシャッセ)
- ・F l wリバース&テレマーク t o スウープ Q Q Q Q, S
(注1歩目Q：左足DCにF l wに後退、2歩目Q：女子と正対してスリップピボットしてDCに面す、Q Q：オープンテレマーク、S：LODに沿い左足大きく横に)
- ・ドラグ&タップ S S & S
→注上記シャッセ t o RからF l wリバース&テレマーク t o スウープに入る代わりに、通常のF l wリバースを踊りテレマーク t o スウープに継続させることもできる

★★ (26)

※ビッグトップ～コントラチェック※ ※プロムナードフリック&ツイスト※

DCに向けPPで始める

- ・プロムナードリンク S Q Q
- ・オープンテレマーク Q Q S
- ・ビッグトップ S Q Q (女子S & Q Q)
(注ジェフリーハーン p 76 参)
- ・コントラチェック&リカバー t o P P S, & S
(注S：コントラチェック、&：右足体重戻す、S：左足横にしてサイドスエー)
- ・T h r wオーバースエー S S
- ・レフトランジ S
(注S：左足体重のままスエー左にしてレフトランジ)
- ・チェック t o P P & S
(注1歩目&：スエー戻し右足左足に揃えてヘッド右に、2歩目S：左足タップしPP)
- ・プロムナードフリック&ツイスト S Q Q Q Q Q Q Q
(注1歩目S：PPで左足前進、2歩目Q：PPで右足前進、3歩目Q：左足前進と同時にボディ右に回して膝曲げて女子と正対して右足背中の後方にフリックしてCPP、4歩目Q：左足体重のまま左にツイストしてPP、5歩目Q：PPで右足前進、5歩目Q：右足体重のまま右にツイストして女子と正対し左足体重掛けずに右足に揃える、6歩目Q：PPで左足横にタップ、ムアーPV31参)

★★ (27)

※ダブルバックロック&ストップロック※

LODに沿いPPで始める

- ・ナチュラルプロムナードターン1～3歩 S Q Q
- ・ナチュラルスピン(2回) Q Q Q Q
- ・ライトランジロール S S
- ・ダブルバックロック&ストップロック Q & Q &, S &
- ・シャッセ&タップ Q Q & S
(注Q：右足後退、Q&：左右と左方にシャッセ、S：左足横にタップしてPP)
→注上記ナチュラルプロムナードターンから始める代わりに、オープンナチュラル～アウトサイドスピン～スピン(1回)～ライトランジロールに続けることもできる、またシャッセ t o タップに代えてS y dリバースターン(後半Q Q &)に継続させることもできる、

★★★ (28)

コーナー近くDWに面してC l d P oで始める

- ・プログレッシブリンク Q Q

- ・ F l w ウィスク S Q Q Q Q
- ・ ナチュラルスピン t o P P Q Q Q Q
- (㊦ 3 歩目：右足女子の間に前進して P P の準備、4 歩目：P P で D W に向け左足前進)
- ・ ウイップラッシュ S
- ・ ルドルフ F l w & リバースピボット S Q Q
- (㊦ S：右足体重のまま女子ロンデをリード、Q：左足 F l w に後退、Q：右足ピボットして D C に面す)
- ・ ターニングファイブステップ Q Q S & S
- (㊦ 終り新 L O D に沿って P P)

★ (29)

※ウィスク～プロムナードクローズ t o ライトランジ～セイムフットランジ※

D C に向けて P P で始める

- ・ プロムナードリンク S Q Q
- ・ オープンテレマーク Q Q S
- ・ ウィスク Q Q S
- ・ プロムナードクローズ t o ライトランジ Q Q S
- (㊦ 1 歩目 Q：L O D に沿って P P で右足前進、2 歩目 Q：ボディ左に回しながら左足右足に揃え女子と正対しスエー少し左に、S：逆 D W に向けて右足前進してライトランジ)
- ・ ヘッドターン & S
- (㊦ &：右足体重のままボディ右に回してヘッド左に、S：右足体重のままボディ左に回して女子を見て再度ライトランジへ、女子&：左足体重のままボディ右に回してヘッド右に、S：左足体重のままボディ左に回して再度ライトランジへ)
- ・ セイムフットランジ S & S
- (㊦ S：左足体重移す、&：ボディ少し引き上げながら右足左足に閉じる、S：右膝曲げ左足横に伸ばしてセイムフットランジシェイプ、女子S：右足体重移す、&：左足体重掛けずに右足に揃える、S：ボディ少し右に回し左ボディを男子に直交させ右膝曲げ左足前に伸ばしてセイムフットランジシェイプ)
- ・ ターニングファイブステップ & Q Q S & S
- (㊦ D W に沿って P P で終る)

★ (30)

※フリック～アウトサイドスイーブル～プロムナードリンク～ドラグ※

D C に面して C l d P o で始める

- ・ F l w リバース&スリップピボット Q Q Q Q
- ・ ダブルリバーススピン S Q & Q
- ・ ピボット Q Q
- (㊦ Q Q：左右と2歩左回転)
- ・ コントラチェック&リカバー S S
- (㊦ 2 歩目 S：右足体重戻し C l d P o)
- ・ フリック S & S
- (㊦ S：C l d P o で左足前進、&：右足左足揃える、S：左足前にフリック)
- ・ アウトサイドスイーブル S
- (㊦ S：左足 C B M P 後退しながら女子スイーブルをリード)
- ・ プロムナードリンク Q Q
- ・ スパニッシュドラグ S S & S

★ (31)

※4ステップウィズフリック&シャッセ t o R ~ ライトランジ ~ ダブルスパニッシュ
ユドラグ※

c f . フィガー (7)

L O D に沿って P P で始める

・バックオープンプロムナード

S Q Q S

・4ステップウィズフリック&シャッセ t o R

Q Q Q Q , Q Q

(注 Q Q Q : 4ステップの1~3歩、4歩目 Q : 左足のボールでボディ右に回して右足左足の後ろにフリック、56歩目 Q Q : 右左と2歩右方にシャッセ、女子 Q Q Q : 4ステップの1~3歩、4歩目 Q : 右足のボールでボディ右に回して左足右足の前にフリック、56歩目 Q Q : 左右と2歩左方にシャッセ)

・ライトランジ&ヘッドターン

S , & S

(注 S : 逆 D W に右足前進してライトランジ、& S : 右足体重のままヘッドターン (上記のフィガー (2 9) 参))

・ダブルスパニッシュユドラグエンド P P

S S & , S S & , S

(注 S S : スパニッシュユドラグを行う、& : 右足左足に閉じて C l d P o 、 S S & : これをもう一度繰り返す、S : 右足体重のまま左足横にタップして P P 、詳細は前述フィガー (7) 参)

★★★ (3 2)

※テレスピン t o コントラチェック ~ ナチュラルピボット t o チェアー※

※ R F ロンデ & L F ロンデターン※

c f . フィガー (6 4) 、フィガー (8 2)

D C に面して C l d P o で始める

・ F l w リバース & スリップピボット

Q Q Q Q

・テレスピン t o コントラチェック

Q Q Q & Q & S

(注 Q Q Q & Q : テレスピンの1~5歩を踊り女子と正対して終る、& : 右足左足に閉じて D C に面す、S : 左足中央に前進してコントラチェック)

・ナチュラルピボット t o チェアー

Q Q Q Q , S

(注 1歩目 Q : ボディ右に回しながら右足体重戻す、2歩目 Q : 逆 L O D に左足後退ピボットして D W に面す、3歩目 Q : 右足前進しながら P P になる、4歩目 Q : P P で左足前進して D W に向う、S : P P で右足前進チェック)

・リバースピボット

Q Q

(注 Q : 左足体重戻す、Q : 女子と正対しながら右足後退ピボットして D C に面して終る)

・ R F ロンデ

S

(注 S : ボディ左に回しながら右スエーで左足女子の間に大きく前進し右足後ろから前にロンデして壁に面す、女子 S : ボディ左に回しながらスエー左にして右足後退して左足後方向け小さくロンデして壁に背面)

・ L F ロンデターン

Q & Q Q Q

(注 最初 Q : ボディ左回転継続しながら女子を十分回り込んで右足横に、& Q Q Q : 右足体重のまま左スエーに切り替えて左足後方にロンデしてボディ左回転継続して終り D C に背面して終りは左足体重掛けずに右足に揃えて C l d P o 、女子 Q & Q Q Q : 男子の周りを左回転にランする、すなわち、1歩目 Q : 左スエーで左足右足後に交差、2歩目 & : 右足小さく横、3歩目 Q : 右 S L で左足前進、4歩目 Q : 右 S L で右足小さく横に、5歩目 Q : 左足右足に閉じてボディ左に回し C l d P o で D C に面し O P の準備)

・アウトサイドスイール

S S

(注 S : D C に左足 C B M P 後退して女子右回転スイールをリード、S : 右足体重移しながら女子左回転スイールをリードして C l d P o 、女子 S : 右足前進して右回転して P P 、S : 左足前進して左回転して C l d P o)

・クローズ t o P P

Q Q

(㊦ Q : 女子を右 O P にリードして左足後退、Q : 右足左足に閉じて L O D に沿って P P、女子 Q : 男子の右 O P に右足前進、Q : 左足右足に閉じて L O D に沿って P P)
 ・ C l d プロムナード S Q Q S
 →㊦ 上記テレスピン～コントラチェックの後はピボット t o チェアーに代えて、ピボット→ロンデツイストターンを踊ることもできる (ムアー P V 4 9 参)

★★ (3 3)

※ナチュラルスピン～シャッセ t o R ～ F l w プロムナード t o セイムフットランジ※

L O D に沿って P P で始める
 ・ ナチュラルプロムナードターン S Q Q
 ・ ナチュラルスピン Q Q
 (㊦ 右左と 2 歩右回転して逆 D C に面す)
 ・ シャッセ t o R Q & Q
 (㊦ Q & Q : D C に沿い右方にシャッセ)
 ・ F l w プロムナード t o セイムフットランジ Q Q Q Q , S S
 (㊦ Q : 左足 F l w に後退、Q : 右足左足に揃え女子と正対、Q : 女子右 O P で左足後退、Q : 右足体重掛けずに左足に揃え女子左ボディを直交させる、S : 右足横にして膝曲げヘッド右にしてセイムフットランジ、S : この P o を保ちボディ右に回しながらヘッド左に切り替えスエーチェンジ、女子 Q : 右足 F l w に後退、Q : 左足右足に揃え男子と正対、Q : 右足男子の右 O P 前進、Q : 左足右足に揃え左ボディを男子と直交させる、S : C B M P に右足後退して膝曲げヘッド左にしてセイムフットランジ、この P o 保ちヘッド右に切り替る)
 ・ アウトサイドスイール & Q Q S
 (㊦ & : 右足体重のまま女子を前に送り出す、Q : 左足体重乗せて女子の左回転をリード、Q : 右足左足に閉じて女子と正対、S : 左足 C B M P 後退して女子を右回転スイールさせて P P で終る)
 ・ プロムナードリンク t o コントラチェック Q Q S
 (㊦ Q Q : プロムナードリンク 2 ～ 3 歩を踊り女子と正対、S : 左足 C B M P に前進してコントラチェック、女子 Q Q : プロムナードリンク 2 ～ 3 歩を踊り男子と正対、S : 右足後退してコントラチェック)
 ・ リカバー t o P P & S
 →㊦ セイムフットランジからは上記のコントラチェックに継続させる代わりに、フィガー (6 1) に記載の各種フィガーに継続させることができる

★★★ (3 4)

※ナチュラルスピン&ツイスト～オポジションポイント t o L ～セイムフットランジ※

c f . フィガー (3 6) 、 (8 4)

L O D に沿って P P で始める
 ・ ナチュラルプロムナードターン 1 ～ 3 歩 S Q Q
 ・ ナチュラルスピン&ツイスト Q Q Q Q , S & Q Q S
 (㊦ Q Q Q Q : 右左右左と 4 歩で右回転スピン、S : D W に右足前進、& : 左足横少し後ろに、Q Q S : ツイストターン、なお、ロンデツイストターンを踊ることもできる)
 ・ オポジションポイント t o L & S
 (㊦ & : 右足体重のまま少しライズしてボディとヘッドを左に回す、S : 右膝曲げ L O D に沿って左足横にポイントしヘッド右にしてボディ右サイドを女子の右サイドにコンタクトさせてセイムフットランジシェイプ、女子 & : 右足体重移しボディ少し左に回す、S : 右膝曲げ左足横に伸ばしボディ右サイドを男子のボディ右サイドにコンタクトしてオーバースエーシェイプ)

・セイムフットランジ

& S

(㊦&：右膝伸ばしながらライズして女子左ボディ直交させる、S：右膝を再び曲げボディ右に回しながらヘッド左にしてセイムフットランジ、女子&：右膝伸ばしてライズしながらボディ右に回して左ボディを男子に直交させる、S：ボディとヘッドを右に回しながら右膝を再び曲げて左足前に伸ばしてセイムフットランジ)

・リカバートールドルフFlw&リバースピボット

& S, S Q Q

(㊦&：右足体重のまま女子前進リード、S：左足体重移して女子と正対、S：右足後退しながらボディ右に回して女子ロンデさせる、Q Q：リバースピボットしてDCに面す)

・シャッセ t o R

S Q & Q

(㊦Q & Q：DCに沿って右左右と右方にシャッセ)

・プログレッシブリンク

Q Q

(㊦新LODのLODに沿って終る)

★★★ (35)

※セイムフットランジ～リバーススピン～レグフック※

※ランニングファイブステップ※

c f. フィガー(19)、フィガー(56)、フィガー(64)、フィガー(71)

DWに沿ってPPで始める

・ウイスク

Q Q S

・セイムフットランジ

S & S

(㊦S：PPで右足前進、&：右足体重のままライズしてヘッド右にして女子と正対。S：右膝曲げ女子左ボディを直交させてヘッド左にしてセイムフットランジ、女子S：PPで左足前進、&：ライズして右足左足に閉じて男子と正対、S：ボディ右に少し回して左ボディを男子に直交させヘッド左にして右膝曲げヘッド左にしてセイムフットランジ)

・リバーススピン

& Q Q

(㊦&：右足体重のままボディ左に回して女子前進をリード、Q：左足前進して女子と正対、Q：左回転継続して逆DCに向け右足横後にオープントゥピボットすると同時に左足リフト。女子&：左足前進、Q：右足横少し後ろにしてオープントゥピボット、Q：左足前進ピボットしてヘッド左に)

・レグフック

S & Q (女子Q & Q &)

(㊦S：右足体重のまま左足リフトして左足大腿と脚部とが略直交するように曲げる、&：左足右足の後ろに交差、Q：右足で交差を解いて左足の後ろに保つ、女子Q & Q &：ヘッド左に保ちセイムフットランジシェイプで右左右左と4歩前進、前述フィガー(19)参、ジェフリーハーン教p134参)

・スタンディングスピン t o L

Q & Q &

(㊦Q & Q &：左右左右と小さく4歩前進しながら左に回転、女子Q & Q &：右左右左と小さく4歩前進しながら左に回転)

・ランニングファイブステップ

Q Q Q Q S

(㊦1～3歩目Q Q Q：DCに向けて左足前進からオープンリバースターンの1～3歩、4歩目Q：スエー右にしてDCにバックコントラチェックのように右足後退、S：右足体重のままPPに開き左足横にタップ、ムアーPV41参)

★★ (36)

※ロンデツイスターン～オポジションポイント t o L※

c f. フィガー(34)、(50)、(84)

コーナー近くLODに沿ってPPで始める

・バックチェックス

S Q Q, Q Q Q Q

(㊦S：PPで左前進、Q：PPでDWに右足前進、Q：スエー左にして左足横少し

後ろに、Q：スエー右にして右足CBMP後退チェック、QQ：バックチェックをもう1回繰り返す、Q：左足トーターンインして右回転ピボットして略DCに面す)

・ロンデツイストターン S Q & Q Q Q

(㊦ S：DWに右足前進して左足ロンデ、新LODのDWに面し左足体重のスクエアで終る)

・オポジションポイントtoL & S

(㊦ &：右膝曲げて少しボディを左に回す、S：右足体重でボディ右に回し左足横少し前に伸ばしヘッド右にしてセイムフットランジシェイプ、女子&：右足体重移す、S：右膝曲げボディ左に回し左足横に伸ばしオーバースエーシェイプ)

・セイムフットランジ S S

(㊦ S：右足体重のままボディ少し左に回してライズして女子と正対、S：右足体重のままボディ右に回し左足横少し前にポイントして再びセイムフットランジ、女子S：右足体重のままボディ左に回し男子と正対、S：右足体重のままボディ右に回して左足ボディの前にポイントしてヘッド右にしてセイムフットランジ)

・ターニングファイブステップ & Q Q S & S

★★★ (37)

※レフトサイドチェック～テレスピン～ウィスク※

LODに沿ってPPで始める

・クロズドプロムナード S Q Q S

・4ステップ1～2歩toアウトサイドスイーブル Q Q S

・プロムナードタップウィズヘッドフリック S & S

(㊦ S：PPで右足前進、&S：左足体重移さずタップしてヘッドフリック)

・PPウォークtoレフトサイドチェック S Q Q S

(㊦ 1歩目S：DCにPPで左足前進、2歩目Q：PPで右足前進、3歩目Q：左SLでボディ右回転し左足横でClidPoとなり左OP準備、4歩目S：左OPに右足CBMP後退しヘッド右に、女子4歩目S：男子左OPに左足前進しヘッド左に)

・テレスピン3～6歩 S & Q Q

(㊦ S：右足体重のままヘッド左に切り替えてセイムフットランジシェイプで女子前進をリード、&：左足トウプレッシャ保ち女子左サイドにリード、Q：女子と正対し左足ヒール前進、Q：右足横少し後ろにオープントゥピボット、女子S：右足前進してセイムフットランジシェイプ、&：左足前進、Q：男子と正対し右足横後に、Q：男子に向けて左足前進)

・ウィスク Q Q S

(㊦ 1歩目S：左足DWに向け前進)

・CPPランtoPP S & Q Q

(㊦ S：PPで右足前進、&：左足横にして女子と正対、Q：右足左足の後に交差してCPP、Q：PPに戻して左足体重掛けずに横にタップ、女子S：PPで左足前進、&：右足横にして男子と正対、Q：左足右足の後に交差、Q：PPに戻して右足体重掛けずに横にタップ)

★★★ (38)

※アウトサイドスイーブル～セイムフットランジ※

※リバーススピン～ベーシックリバースターン後半～コントラチェック※

LODに沿ってPPで始める

・Flwウィスク S Q Q Q Q

(㊦ 終りはDC面す)

・チェイス2～5歩 Q Q Q Q

・シャッセtoR Q & Q

(㊦ Q & Q：中央に向けて右足から右方にシャッセ)

- ・アウトサイドスイーブル S
- ・セიმフットランジ & S
- (㊦&：左足で少しライズながらボディ右に回し女子の左ボディを直交させ右足左足に閉じる、S：右膝曲げ左足壁に向けて伸ばしセიმフットランジ、女子&：右足で少しライズしながら左ボディを男子に直交させる、S：右膝曲げヘッド左にしてセიმフットランジ)
- ・リバー spins&ベーシックリバースターン後半
t o コントラチェック & Q Q Q Q, S
- (㊦&：右足体重のまま女子前進リード、2歩目Q：左足前進して女子と正対、3歩目Q：右足横後にトゥピボット、4歩目Q：DWに向けて左足横前に、5歩目Q：右足左足に揃え壁に面す、S：コントラチェック、女子1歩目&：左足体重戻す、2歩目Q：ボディ左に回しながら右足横後に置き男子と正対、3歩目Q：男子に向けて左足前進、4歩目Q：右足横後に、5歩目Q：左足右足の前に交差、S：右足後退してコントラチェック)
- ・リカバー t o P P & Q

★★★ (39)

※ダブルF1wウィスク～ナチュラルスピン～ダブルチェイス※

※ジクザグ t o R～コントラチェック※

LODに沿ってPPで始める

- ・ダブルF1wウィスク S Q Q Q Q, Q Q Q Q
- (㊦F1wウィスクを2回踊り終わりDCに面す)
- ・ナチュラルスピン Q Q
- (㊦終りDWに面す、更にもう一度スピンを繰り返してもよい)
- ・ダブルチェイス Q Q Q Q, S & Q Q
- ・シャッセ t o R Q & Q
- (㊦Q&Q：DCに沿って右足から右方にシャッセ)
- ・ジクザグ t o R Q Q Q Q
- (㊦1歩目Q：女子の両足の間に左足前進、4歩目Q：ボディ右に回して右足左足に閉じ女子と正対して中央に面す)
- ・コントラチェック S
- (㊦S：逆DCに向けて左足前進)
- ・リカバー t o P P Q Q
- (㊦Q：右足体重戻す、Q：左足後退ピボットして新LODに沿いPP)

★★★ (40)

※チェイス～シャッセ t o R～アウトサイドスピン t o P P～チェアー※

※クイックウォーク t o セიმフットランジ※

c f フィガー (53)

DWに向けてPPで始める

- ・チェイス S Q Q Q Q
- ・シャッセ t o R Q & Q
- (㊦LODに沿って右足から右方にシャッセ)
- ・アウトサイドスピン t o P P S Q Q Q Q
- (㊦S：右OPでDWに左足後退ピボット、Q：DCに右足OPで前進、Q：左足後退ピボットしてDWに面す、Q：PPに開きながらDWに右足前進、Q：LODに沿ってPPで左足前進)
- ・チェアー S
- ・リバーピボット Q Q
- ・F1wリバー&スリップピボット Q Q Q Q

(㊦ 終りアンダーターンでDWに面す)

・クイックウォーク t o セイムフットランジ Q Q & S

(㊦ Q : C l d P o でDWに左足前進、Q : C l d P o で右足OPに前進、& S : 右足体重のまま少しライズしながら女子右回転させてヘッド左にしてセイムフットランジ、女子 Q : C l d P o でDWに右足後退、Q : C l d P o で左足OP後退、& : 右足略左足に揃えて右にスィーブルして左ボディを男子に略直交させる、S : ヘッドを左にしてセイムフットランジ)

★★★ (41)

※テレスィーブル～プロムナードリンク～オポジションポイント t o L ※

※F l w ウィスク～ストーキングウォーク&ヘッドフリック※

※オープンテレマーク t o レディRFデベロップ～スローアウトサイドスィーブル～プロムナードロック&リンク※

c f . フィガー (34) 、 (36) 、 (71)

DCに向けPPで始める

・テレスィーブル S Q Q & Q Q S

(㊦ 1 歩目 S : P P で左足前進、ジェフリーハーン教 p 8 4 参)

・プロムナードリンク Q Q

(㊦ DWに面して終る)

・オポジションポイント t o L & S

(㊦ & S : 右足体重のまま上体右に回しながらヘッド左にして左足横に伸ばす、女子 & : 右足体重移す、S : 右膝曲げボディをヘッドを左に回し左足横に伸ばす、詳細は前述フィガー (36) 参)

・リカバー t o P P S S (女子 S & S)

(㊦ S : 右膝伸ばしながら左足右足に近づけてC l d P o 、 S : 左足横にポイントしてP P 、女子 S : ボディ左に回しながら右膝伸ばして左足右足に寄せてC l d P o 、 & : C l d P o のまま左足右足に揃える、S : 右足横にポイントしてP P)

・F l w ウィスク S Q Q Q Q

・ストーキングウォーク&ヘッドフリック S S , S S , S & S

(㊦ S S : 右足前進しながら右スエー、S S : 左足前進しながらスエー戻す、S : P P で右足前進、& S : 右足体重のままヘッドフリックしてP P)

・プロムナードリンク S Q Q

・オープンテレマーク t o レディRFデベロップ Q Q S , S S

(㊦ 前半 Q Q S : オープンテレマークを踊る、後半 S : 右足OP前進しながらボディ左に回す、S : 右足体重のまま更にボディ左に回して女子デベロップを補助、女子 前半 Q Q : オープンテレマークを踊る、後半 S : ボディ左に回しながら左足後退し仰向けになる、S : 左足体重のまま右足前にデベロップ)

・スローアウトサイドスィーブル S S

(㊦ 女子右足でゆっくりスィーブル)

・プロムナードロック&リンク Q & Q S

(㊦ 最後 S : プロムナードリンクしてC l d P o で終る)

★★★ (42)

※ベーシックリバーターン～コントラチェック～セイムフットランジ※

※ターニングフォーステップ～プロムナード i n t o チェアー～リカバー t o P P & フリックタップ※

c f . フィガー (23)

DCに沿ってPPで始める

・プロムナードリンク S Q Q

・F l w リバー&スリップピボット Q Q Q Q

- ・ベーシックリバースターン Q Q &, Q Q &
- ・コントラチェック S
- ・リカバー t o セイムフットランジ S & S
(㊦詳細は前述フィガー (2 3) 参)
- ・ヘッドターン S
- ・ターニングフォーステップ & Q Q Q Q

(㊦& : 右足体重のまま女子前進させる、Q : DCに左足前進、Q : DWに背面して右足横に、Q : 右足のボールで左に鋭く回転しながら左足少しスイングし女子右OPでDCに左足後退、Q : 右足左足に閉じてPP、女子& : 左足体重移す、Q : ボディ左に回し男子と正対しながら右足DCに後退、Q : DCに向けて左足横に、Q : 男子の右OPに右足前進 (BH)、Q : 少し右に回して左足右足に閉じてPP、ムアーPV21)

- ・プロムナード i n t o チェアー S Q Q Q Q, S

(㊦S Q Q : PPを保ち左右左と3歩前進、4歩目Q : PPを保ち右足左足に閉じる、Q : PPのまま右足で少しライズして左足前進、S : 右足前進チェックしてチェアー、ムアーPV1参)

- ・リカバー t o P P & フリックタップ S, Q Q S & S

(㊦S : PPで左足後退、Q : PPで左足体重のまま右足左方にフリック、Q : PPでヘッド右に向け右膝曲げ左足の後左方にフリック : S : PPで右足上前方にキック、& : ボディ右に回しながら右足左足に閉じてヘッド右に向ける、S : 左足横にタップしPP、女子 : その反対を踊る)

★★★ (4 3)

※ F l w ウィスク ~ ナチュラルスピン ~ セイムフットランジ ~ リバーススピン ※
c f. フィガー (3 5)

コーナー近くでLODに沿ってPPで始める

- ・ F l w ウィスク S Q Q Q Q
(㊦終りDCに沿ってPP)
- ・ナチュラルスピン Q Q Q Q
(㊦DCに面して左足体重で終る)
- ・セイムフットランジ S & S

(㊦S : 右回転継続してDWに向けて右足前進、& : 右足体重のまま少しライズして右腰を抜き女子の左ボディを直交させる、S : 右膝曲げヘッド左にしてセイムフットランジ、女子S : 右回転継続して左足DWに小さく横後に、& : ボディ右に回して左ボディを男子に直交させて右足小さくCBMP後退、S : 右膝曲げてヘッド左にしてセイムフットランジ)

- ・リバーススピン & Q Q
(㊦詳細フィガー (3 5) 参)
- ・リバースアウトサイドスイーブル Q Q S
(㊦1歩目Q : DCに左足前進)

→㊦以降はビッグトップ、コントラチェック、プロナードピボット、プロムナードタップなどへ継続することができる

★★★ (4 4)

※ F l w リバース&スリップピボット ~ シャッセ t o R ※

※ビッグトップ ~ リバースピボットエンドクローズ ※

DCに沿ってPPで始める

- ・プロムナードリンク S Q Q
- ・ F l w リバース&スリップピボット Q Q Q Q
(㊦1歩目Q : DCに向け女子左OPに左足前進)
- ・シャッセ t o R Q Q & Q

- (㊦ DCに左足前進して右方にシャッセ)
- ・アウトサイドチェンジ t o P P Q Q Q
 - (㊦ 1 歩目 Q : DCに左足後退)
 - ・ビッグトップ S Q Q (女子 S & Q Q)
 - ・リバーススピンエンドクローズ Q Q Q Q
 - (㊦ Q Q : 左右と 2 歩左回転ピボット、 3 歩目 Q : 左足横に、 4 歩目 Q : 右足左足に閉じ壁に面す)
 - ・コントラチェック S

★★★ (45)

※ナチュラルプロムナードターン t o P P & サイドクロス～リバースピボット※

※リバースアウトサイドスイーブル～プロムナードピボット～スウープ t o プロムナードリンク※

LODに沿って P P で始める

- ・ナチュラルプロムナードターン t o P P S Q Q Q
- (㊦ S Q Q Q : プロムナードターン 1 ～ 4 歩を踊り DCに沿って P P で終る)
- ・プロムナードツイスト&サイドクロス S Q Q, Q Q &
- (㊦ S Q : P P で左右と 2 歩前進、 Q : 左足右足に閉じてボディ右にツイスト、 Q Q & : 右足前進からサイドクロス、㊦詳細はフィガー (1)、ジェフリーハーン教 p 3 6 参)
- ・リバーススピン Q Q
- (㊦左右と 2 歩で左回転ピボットして終り DCに面す)
- ・F l w リバース Q Q Q Q
- ・リバースアウトサイドスイーブル Q Q S
- ・プロムナードピボット Q Q
- (㊦ Q : 少しライズしながら DWに右足トゥターンインして前進、 Q : 小さく左足 C B M P 前進トゥピボットして LODに背面)
- ・スウープ t o プロムナードリンク S S Q Q
- (㊦ S : 女子と正対したままスエー右にして右足 DCに後退、 S : スエー戻しながら LODに沿って P P で左足大きく横に、 Q : P P で右足前進、 Q : 左足右足の横にタップして女子と正対)
- ・コントラチェック S
- ・リバースピボット Q Q
- ・ロンデツイストターン 1 ～ 5 歩
 エンド i n セイムフットランジ S Q & Q & S
- (㊦ S Q & Q & : ロンデツイストターンの 1 ～ 5 歩を踊り最後は右足体重で女子左ボディを直交させる (ジェフリーハーン教 p 1 3 2 参)、 S : 右膝曲げヘッド左にしてセイムフットランジ)
- ・ターニングファイブステップ & Q Q S & S

★★★ (46)

※バウンズ F l w t o ウイーブ～テレスピン 3 ～ 5 歩～オープンテレマーク t o レディ R F デベロッパ※

c f . フィガー (52)

コーナー近くで LODに面して C l d P o で始める

- ・ 2 ウーク S S
- ・ S y d リバースターン Q Q & Q Q S
- (㊦ S : 右足左足に閉じて DWに面す)
- ・アウトサイドスピン S Q Q
- (㊦終りは新 LODの DCに背面する)

- ・ライトランジロール S S
- ・ダブルバックロック&ストップロック Q & Q &, S &
(注 Q & Q & : 右足後退からのクイックロックを2回、S : 右足後退し女子のヘッドを返す、& : 左足右足前に交差)
- ・Sydリバースターン後半 Q Q &
- ・バウンズFlw to ウィーブ S & Q Q, Q Q
(注 後半Q : 左足OPでLODに後退、Q : 右足後退しながらボディ左に回し女子PPにリード、女子後半Q : 右足OPでLOD前進、Q : 左足PPの準備をしてLOD前進)
- ・テレスピン3~5歩
(注 Q & : 右足体重のままセイムフットランジシェイプでボディ左回転、Q : 左足小さく前進して女子と正対、女子Q)
Q & Q
- ・オープンテレマーク to レディRFデベロッパ Q Q S
(注 Q : 右足トゥターンインで横少し後ろに、Q : 右足体重のままボディLODに面するまで左回転継続し女子右腰が自分の右腰を超えてヒップに来るまで女子オーバーターンさせる、S : 右足曲げ左足前にポイントして女子を仰向かせてデベロッパを補助、女子Q : 左足ヒールターン、Q : 左足体重のままボディ左回転継続してDW背面、S : 左足曲げ仰向けとなり右足前にキック)
- ・ナチュラルスピントoPP S Q Q S
(注 S : ボディ右に回しながら女子右OPで左足後退ピボット、Q : ボディ右回転継続して逆DWに右足OP前進、Q : 左足横少し後ろにしてDCに面す、S : 逆LODに右足横にしてPP、女子S : ボディ右に回しながら右足OP前進、Q : ボディ右回転継続して逆DWに左足OP後退、Q : 右回転継続して右足男子の両足の間に前進、S : 逆LODに左足横にしてPP)

★★★ (47)

※レフトサイドウォーク~ジグザグ to セイムフットランジ※

※ランジポイント~ライジングウィスク~Sydウィスク※

c f. フィガー (16)、(52)、(56)

LODに面してClidPoで始める

- ・2ウォーク S S
- ・フォーステップ to レフトサイドウォーク Q Q Q Q S S
(注 Q Q : フォーステップの1~2歩、Q Q S S : ヘッド左に保ったままレフトサイドウォークを踊りDCに面して終る、詳細はジェフリーハーン教p172参)
- ・ジグザグ to セイムフットランジ Q Q Q Q S, S
(注 Q Q Q : DCに沿って女子の左OPに左足前進から右方にジグザグ、Q : 右足体重掛けずに左足に揃え女子左サイドを直交させる、S : DCに右足横にしてセイムフットランジ、S : ヘッドターン)
- ・ランジポイント S & S
(注 S : 左足体重戻しながらボディ左に回す、& : 左足右足に閉じて女子と正対し壁に面す、S : 左足体重のまま逆LODに右足ポイント、女子S : 左足体重移しながらボディ左に回す、& : 右足左足に閉じて男子と正対、S : 右足体重のまま逆LODに左足ポイント)
- ・ライトランジ&スパニッシュドラグ to PP & S, S S & S
(注 & : 左足体重のままスエーを左に、S : 右足体重移してライトランジ、S S & S : 少しツイストアクションを伴いながらスパニッシュドラグしてDCに沿ってPPで終る)
- ・Sydウィスク S S & Q Q
(注 S : LODに左足前進、S : Flwで右足横に、& : Flwで左足右足の後ろに交差、Q : 右足体重戻す、Q : DCに沿ってPPで左足タップ (PPで終る代わりにP

ロムナードリンクしても良い)

★★ (48)

※チェイスアクション～ジグザグ t o R～アウトサイドスイーブル※

※プロムナードフリック&ツイスト※

c f. フィガー (16)、フィガー (26)、フィガー (40)

L O D に沿って P P で始める

・チェイスアクション

S Q Q S

(㊦ 3 歩目 Q : 左足ボールで鋭く右回転、4 歩目 S : 略逆 L O D に右足 O P 前進チェック、女子 4 歩目 S : 左足後退して上体左に回し右足左足の前に交差)

・ジグザグ t o R & アウトサイドスイーブル

Q Q Q Q S

(㊦ 1 歩目 Q : 女子右 O P で L O D に沿い左足後退、2 歩目 Q : 右回転して逆 D C に面し右足左足に閉じて女子と正対、3 歩目 Q : 左足逆 D C に前進して左回転、4 歩目 Q : D C 背面して右足横に、S : 女子右 O P で D C に左足後退して右足体重掛けずに左足の前をアクロスさせて L O D に沿って P P、女子 1 歩目 Q : 右足 O P 前進、2 歩目 Q : 右回転して D W に面し左足右足に閉じて男子と正対、3 歩目 Q : 右足逆 D C に後退して左回転、4 歩目 Q : D C に面し左足横に、S : 右足 O P 前進して右回転スイーブルし L O D に沿って P P)

・プロムナードフリック&ツイスト 2～7 歩

Q Q Q Q Q Q

(㊦ 詳細はフィガー (26)、ムアー P V 3 1 参)

→㊦ 上記ジグザグ t o R & アウトサイドスイーブルはリバーサウトサイドスイーブルの代わりに踊ることができる

★★★ (49)

※クロズドテレマーク～ハイライトランジ～チェックバック～オーバースエー※
壁に面して P P で始める

・ナチュラルプロムナードターン t o P P

Q Q S

(㊦ 1 歩目 Q : ボディ右回転しながら女子と正対して D W に左足後退、2 歩目 Q : 右回転継続して右足女子の両足の間に前進、S : 左足体重かけずに D C に向けタップして P P)

・プロムナードリンク

S Q Q

・クロズドテレマーク 1～2 歩&ハイライトランジ

Q Q S

(㊦ Q : ボディ左に回しながら左足前進、Q : 右足横後ろに置き女子と正対したまま D C に背面、S : 女子と正対したままスエー右にして左足横少し後ろにポイント、女子 Q Q : ヒールターン、S : 右足横少し前にポイント)

・チェックバック

Q Q

(㊦ Q : 左足体重乗せスエー左に切り替える、Q : 右足後退して左回転ピボット、女子 Q : 右足体重乗せスエー右に切り替える、Q : 男子に向けて左足前進して左回転ピボット)

・オーバースエーの変形

S S S

(㊦ S : P P で左足横に、S S : アルゼンチンタンゴ風に互いに少し俯きかげんで頬を寄せ合うようにしてオーバースエーを行う)

・リカバー t o P P

Q Q

(㊦ Q : ボディ右に少し回しながら右足体重戻す、Q : P P で左足横にタップ)

★★★ (50)

※チェック t o P P ～ファンポイント～バックチェックス※

※バックチェックス～ナチュラルピボット& S y d シャッセ t o L ～レフトウィスク※

D C に面し C l d P o で始める

- ・ F l wリバーズ&スリップピボット Q Q Q Q
- ・ S y dリバースターン前半 Q Q &
- ・ チェック t o P P Q Q
- (注 Q : スエー右にして D C に向け右足横少し後ろに、 Q : スエー戻し P P で L O D に沿い左足前進)
- ・ ファンポイント 2 ~ 4 歩 Q Q & , Q Q &
- (注 ファンポイントを 2 回繰り返す、ジェフリーハーン教 p 1 7 0 参)
- ・ バックチェックス 2 ~ 4 歩 Q Q Q
- (注 Q : ボディ少し右に回し P P で右足 D W に向け C B M P 前進、 Q : スエー少し左にして D W に向け左足横にしてチェック、 Q : スエー右にして右足 D W に向け C B M P 後退)
- ・ ナチュラルピボット & S y d シャッセ t o L Q Q , Q & Q &
- (注 前半 Q : 逆 D W に左足後退して右回転ピボット、 Q : D W に向け右足前進、後半 Q & Q & : C l d P o で左右左右と L O D に沿い左方にシャッセ)
- ・ レフトウィスク S S
- (注 S : P P で左足前進、 S : レフトウィスク)
- 後続 : スタンディングスピント o R 、コントラチェック、ツイスト等に続ける

★★★ (51)

※ ウィーブフロム P P t o C P P & F l w リバーズ & スリップピボット ※

※ ボーンシェル ~ コントラチェック ※

L O D に沿い P P で始める

- ・ ナチュラルプロムナードターン t o P P S Q Q S
- ・ ウィーブフロム P P t o C P P & F l w リバーズ & スリップピボット Q Q Q Q Q Q
- (注 1 歩目 Q : P P で D C 左足前進しボディ少し左に回転して C P P の準備、 2 歩目 Q : C P P で L O D に沿って右足横に、 3 歩目 Q : C P P で L O D に沿って左足前進、 4 歩目 Q : 右 S L で L O D に沿って右足横にして F l w P o 、 5 歩目 Q : F l w で左足後退、 6 歩目 Q : 右足スリップピボットして L O D に面す、ジェフリーハーン教 p 4 4 参)
- ・ ボーンシェル & S Q Q
- (注 男女共に右足体重になって踊る、 & : 右足体重のまま右肩が女子の方に向くようにボディ左に回し右膝が女子右膝の外側に位置するようにセンタをずらせる、 S : 右膝を大きく曲げ少しスエー左にして左足前から後方にロンデ、 Q : 左回転継続して左足トゥで後退、 Q : 右腰を抜いて女子と正対してから右足後退ピボットして D W に面す、 女子 & : 男子の右肩の下に右足が位置するように右足体重移す、 S : スエー左にして右膝大きく曲げ左足前から側方にロンデ、 Q : 左回転継続しつつ右足体重のまま左足右足にブラッシュ、 Q : 男子と正対して左足前進ピボットして D W に背面)
- ・ コントラチェック & リカバー t o P P S & S

★★★ (52)

※ 2 ウォーク ~ ジグザグ t o R ~ C P P プロムナード ~ F l w リバーズ ※

c f . フィガー (46)

L O D に面して C l d P o で始める

- ・ 2 ウォーク S S
- ・ ジグザグ t o R Q Q Q Q
- (注 Q : ヘッド左にして D C に左足前進、 Q : 右足横少し後ろに、 Q : 女子左 O P で D W に左足後退、 Q : ヘッド左のまま右足左足に閉じて D C に面して O P の準備)
- ・ C P P プロムナード t o F l w リバーズ & スリップピボット Q Q Q Q Q Q

(㊦ 1 歩目 Q : ヘッド右に向け女子左 OP で左足 DC に前進し CPP の準備、 2 歩目 Q : CPP で LOD に沿って右足横に、 3 歩目 Q : CPP で LOD に沿って左足前進、 4 歩目 Q : 右 SL で LOD に沿って右足横にして F l w P o 、 5 歩目 Q : F l w で左足後退、 6 歩目 : 右足スリップピボット)

→ 後続 : 各種リバース系 (例えばリバースアウトサイドスイーブル) に続ける

→ ㊦ 上記ジグザグ t o R からは F l w リバースに継続する代わりに、リバースアウトサイドスイーブルや、ランニングファイブステップ (ムアー P V 4 1) に継続させることも可能

★★ (5 3)

※ オープンナチュラルターン & アウトサイドスピン t o チェアー ~ セイムフットランジ ※

f . フィガー (4 0) 、 (6 6)

LOD に沿って P P で始める

・ オープンナチュラルターン & アウトサイドスピン t o P P S Q Q Q Q Q Q

(㊦ S Q Q Q : オープンナチュラルターンの 1 ~ 4 歩、 5 歩目 Q : 左足 C B M P で小さく後退ピボットして DC に面す、 6 歩目 Q : 右足 OP で前進しながら P P に開く、 7 歩目 Q : LOD に沿って P P で左足前進)

・ チェアー S

(S : 右足前進してチェアー)

・ セイムフットランジ Q Q S

(㊦ Q : 左足体重戻す、 Q : ボディ少し右に回し右足左足に閉じて女子左ボディを直交させヘッド右に、 S : 右膝曲げヘッド左に切り替えてセイムフットランジ、 女子 Q : 右足体重戻す、 Q : ヘッド左のまま左足体重掛けずに右足に揃える、 S : 右膝曲げ左足前に伸ばしてセイムフットランジ)

㊦ 後続 → 後述のフィガー (6 1) 参照

★★ (5 4)

※ オープンプロムナード ~ C O D & レディデベロッペ ~ ランニングフィニッシュエンド P P ※

c f . フィガー (6 3)

LOD に沿って P P で始める

・ オープンプロムナード S Q Q S

・ C O D & レディデベロッペ Q Q S S

(㊦ Q : 左足 DW に前進、 Q : 右足右 SL で前進、 S : 右足体重のまま更にボディ左回転して逆 DC に面す、 S : 更にボディ左に強く回しながら左足前にポイントし右膝曲げて女子のデベロッペを補助、 女子 Q : DC に向け右足後退、 Q : 左足左 SL で斜めに後退して DC に面す、 S : 左足体重のまま更にボディ左回転して逆 DC に背面す、 S : スエー左にして左骨盤を前に向けて引き上げながら右足身体の前方にデベロッペ)

・ オープンランニングフィニッシュエンド P P Q Q S

(㊦ Q : 女子右 OP で左足後退、 Q : ボディ右に回して右足横少し前にして女子と正対、 S : 右足体重のまま左足横にタップして DC に沿って P P 、 女子 Q : 男子の右 OP に右足前進、 Q : ボディ右に回して左足横にして男子と正対、 S : 左足体重のまま右足横にタップして DC に沿って P P)

★★ (5 5)

※ チェイス ~ シャッセ t o ウィスク ~ フットチェンジ ※

※ プロムナードタップ ~ X ライン ~ トロップオーバースエー & リカバー t o P P ※

LOD に沿って P P で始める

・ F l w プロムナードウィズフリック S Q Q S & Q Q

(㊦ S Q Q : F l w プロムナードの 1 ~ 3 歩、 S : 中央に向け F l w で右足後退、 & :

右足体重のまま左足前にフリック、Q : F l wで左足後退、Q : 右足左足に閉じてDWに向けてPP)

・チェイス S Q Q Q Q

(注チェイスの1~5歩)

・シャッセ t o ウィスク Q & Q, S

(注Q & Q : LODに沿って右左右と右方にシャッセ、S : ボディ右に回しながら逆DWに左足後退してウィスクを踊りDCに沿う)

・フットチェンジ & S

(注& : PPで右足左足に閉じる、S : PPで左足体重掛けずに前にタップ)

・プロムナードリンク S Q Q

・リバーアウトサイドスワイブル Q Q S

・プロムナードタップ Q Q

(注Q : PPで右足前進、Q : 左足体重掛けずに横にタップ)

・Xライン&リカバー t o PP S S

(注S : PPで右膝曲げ左足横に伸ばしてポイントしてXライン、S : 右膝伸ばして左足前にポイントしてPP)

・F l wウィスク&クローズ Q Q

(注Q : PPで左足後退、Q : PPのまま右足左足に閉じる)

・トロップオーバースエー&リカバー t o PP S & S & S

(注S : PPで左足前進、& : 左足体重のまま右足左足にほぼ揃えスエー少し左に、S : 左膝曲げてオーバースエー、& : 右足左足に閉じてC l d P o、S : 左足前にタップしてPP)

・プロムナードロック&タップ S Q & Q S

(注S : PPで左足前進、Q & Q : PPで右足前進ロック、S : 右足体重のまま左足前にポイントしてPPで終る)

・フリックウィスク&タップ S & Q Q

(注S : 左足前方にフリック、& : 左足後退してウィスク、Q : 右足体重戻す、Q : 左足前にタップ)

★★★ (56)

※レフトサイドウォーク~ランニングファイブステップ※

※セイムフットランジ~ライトランジ~ツイストターン※

c f. フィガー(35)、フィガー(47)、フィガー(71)

LODに面してC l d P oで始める

・2ウォーク S S

・フォーステップ1~2歩 Q Q

・レフトサイドウォーク Q Q S S

(注Q : 右OPでDWに左足後退、Q : 右足左足に閉じてDCに面して女子と正対、S : 左OPでDCに左足前進、S : 右SLで右足前進してOPの準備、なおレフトサイドウォークでは常にヘッドは左に保つ、ジェフリーハーン教p172)

・ランニングファイブステップ1~4歩

エンドインセイムフットランジ Q Q Q Q, & S

(注Q Q Q Q : ランニングファイブステップの1~4歩を踊る(詳細はフィガー(35)参)、& : 右足体重のままスエー右に保ちボディ右に回して女子左サイドを直交させる、S : 右膝曲げヘッド左にして左足横に伸ばしセイムフットランジ、女子Q Q Q Q : ランニングファイブステップの1~4歩を踊る、& : ボディ右に回し左サイドを男子に直交させて右足左足に閉じる、S : 右足体重のまま左足前に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ)

・リカバー t o ライトランジ & S S

(注& : 右足体重のままボディ左に回し女子前進をリード、S : 左足体重移し女子と

正対してスエー左にして新LODの壁に面す、S：逆DWに右足前進してライトランジ、女子&：左足前進、S：ボディ左に回して男子と正対しスエー右に、S：左足横後に置きライトランジ)

・ツイストターン

Q Q Q Q S

(㊦Q：ボディ右に回し左足横後にして女子と正対しながら右足後方にロンデ、Q：右足左足の後ろに交差、Q Q：右にツイスト、S：右足体重のまま左足横にタップしてLODに沿ってP P)

★★★ (57)

※ナチュラルプロムナードターン～ダブルチェイス～ツイストターン※

LODに沿ってP Pで始める

・ナチュラルプロムナードターン1～3歩

S Q Q

(㊦終り略DCに面す)

・ダブルチェイス

Q Q Q Q, S & Q Q

(㊦Q：左SLでDC面し右足LODに向けて前進、Q：左SLで左足横に、Q：略逆LODに向けて女子の右OPに右足前進、Q：LODに左足OPで後退しながらヒールプリアクション、S：DCに面して右足横に、&：LODに左足トゥターンインで小さく前進、Q：略逆LODに女子の右OPで右足前進、Q：左足OPでDWに後退ピボット、ジェフリーハーン教p156～p159参)

・ツイストターン

S Q & Q S

(㊦S：右回転継続してDCに右足右OPで前進、Q：Dに背面して左足横にして女子と正対、&：右足左足の後に交差してLODに背面、Q：右にツイストして両足交差を解く、S：LODに沿って右足体重でP P、女子S：DCに右OPで左足後退、Q：右足左足に揃えヒールターン、& Q：左右と2歩小さく前進、S：左足で小さく横にしてP P)

★★★ (58)

※ピボットリバースターン～ホワイアリギグ※

c f. フィガー (65)

LODに面してC l d P oで始める

・2ウォーク

S S

・ピボットリバースターン&ロック

Q Q, Q Q

(㊦前半Q Q：ピボットリバースターン、後半Q：左足LODに左SLで後退、Q：右足体重戻す、ムアーP V 4 6参)

・バックロック&タップ

S Q & Q Q Q S

(㊦1歩目S：右SLで左足LODに後退、最後7歩目S：右足体重のまま左足LODに沿って左足横にタップしてP P)

・チェックドリバース

Q Q

(㊦Q：左足横少し前にチェック、Q：右足CBMPに後退ピボットしてDCに面す)

・リバースアウトサイドスイーブル

&プロムナードタップウイズヘッドフリック

Q Q S, S & S

(㊦詳細は前述のフィガー(16)参)

・ホワイアリギグ

S Q Q Q Q, Q Q Q Q Q Q

(㊦全体イメージ：F l w ウィスクの要領で踊り始め、前半は女子が後退しながら男子の周りを、後半4歩は男子が前進しながら女子の周りをそれぞれ歩く、すなわちS Q Q Q Q：P Pで左足前進してF l w ウィスクの1～5歩を踊るが最後の5歩目(Qの4カウント目)は左足右足に揃え女子後退ウォークをリード、6, 7歩目(Qの5, 6カウント目)：左足体重のままで右回転継続し女子後退ウォークをリードし最後DW面す、8～10歩目(Qの7～9カウント目)：女子の周りを右左右と3歩前進ウォーク、11歩目(Qの10カウント目)：LODに沿いP Pで左足横にタップ、女子1歩目S Q

QQQ : PPで右足前進からFlwウィスクを踊る、6, 7歩目(Qの5, 6カウント目) : ヘッド右に保ち左右と2歩男子の周りを小さく後退ウォーク、8歩目(Qの7カウント目) : 右足のボールでボディ右に回しながら左足右足の前に交差、9, 10歩目(Qの8, 9カウント目) : 右回転ツイストして両足の交差を解く、11歩目(Qの10カウント目) : LODに沿ってPPで右足横にタップ、ムアーPV40参)

・チェイス

SQQQQS

→㊦上記ホワイアリギグはFlwPoから踊り始めるので、FlwウィスクやFlwプロムナード前半から入ることができる

★★★ (59)

※チェイス～サイドクロス～バウンズFlwtウィーブスイッチ～セイムフットランジ～リバーススピン～コントラチェック※

cf. フィガー(68)、フィガー(69)、フィガー(82)

LODに沿ってPPで始める

・チェイス

SQQQQ

(㊦最後Q : 左足トゥターンインして右回転ピボットして中央に面す)

・サイドクロス

QQ&

(㊦Q : 右足小さく横にしてDCに沿ってPP、Q : 左足横に、& : 右足左足の後にトゥターンインして女子の顔を見る、女子Q : 左足横にしてDCに沿ってPP、Q : 右足横に、& : 左足右足の前に交差してヘッド左に)

・バウンズFlwtウィーブスイッチ

S&QQQQQ

(㊦S&QQQ : 左足前進からバウンズFlwの1~5歩を踊り左足CBMP後退で終る、6歩目Q : 右足トゥターンインでCBMPに後退してチェックし右スエーに切り替える、7歩目Q : ボディ右に回しながら左足トゥターンインで壁に向けて後退ピボット、女子6歩目Q : 左足横にしてスエーとヘッドを左に切り替える、7歩目Q : ボディ右に回しながら右足前進ピボット)

・チェックtoセイムフットランジ

S&S

(㊦S : 右回転継続しながらDWに向け右足前進、& : 右足体重のまま少しライズして女子左ボディを直交させる、S : 右膝曲げLODに沿って左足横に伸ばしてセイムフットランジ、女子S : ボディ右回転継続しながら左足横後に、& : 右足左足に閉じて左ボディを男子と略直交させる、S : 右膝曲げ左足前に伸ばしてセイムフットランジ)

・リバーススピン

&QQ

(㊦詳細は前述フィガー(35)参)

・シャッセtoL

QQ

(㊦Q : LODに沿って左足横に、Q : 右足左足に閉じてCl dPo)

・コントラチェック&リカバーtoPP

S, &S

★★ (60)

※オープンテレマーク～CPP&PPラン～カウンタFlwフロムPP※

LODに面してCl dPoで始める

・2ウォーク

SS

・Flwリバース&スリップピボット

QQQQ

・オープンテレマーク

QQS

(㊦終りDWに沿ってPP)

・CPP&PPラン

QQS, QQS

(㊦前半QQS : PPで右足前進して右回転して終りLODに面してCPP、後半QS : CPPで左足前進して終りLODに沿ってPP)

・カウンタFlwt toPP

S&QQ

(㊦S : PPで右足前進、& : 女子と正対して左足横に、Q : カウンタCPPで右足左足の後に交差、Q : ボディ左に回してPPで左足前進、女子S : PPで左足前進、& :

ボディ少し左に回して男子と正対して右足横に、Q：カウンタCPPで左足右足の後ろに交差、Q：ボディ右に回してPPで右足前進)

・プロムナードラン t o ドロップオーバースエー Q Q S S

(㊦1歩目Q：PPで右足前進、2歩目Q：PPで左足前進してスエー左に、S：サイドスエー、S：左膝曲げてドロップオーバースエー)

・スパニッシュドラグ t o P P S S & S

(61)

※セイムフットランジへの各種先行フィガー※

(a) ナチュラルツイストターン (ロンデツイストターンを含む) (フィガー (45) 参)

(b) ウィスク

(c) オープンフィニッシュ (オープンプロムナードを含む) (フィガー (81) 参)

(d) F l wプロムナード

(e) スローアウェイオーバースエー (フィガー (9) 参)

(f) チェアー (フィガー (53) 参)

(g) アウトサイドスピン (フィガー (59) 参)

(h) ジグザグ t o R (先行例：オープンプロムナートから)

(i) コントラチェック (フィガー (86) 参)

(j) オポジションポイント t o R

(k) スパニッシュドラグ (フィガー (50) 参)

(l) リバーサウトサイドスイーブル (フィガー (24) 参)

(m) レフトサイドウォーク (フィガー (47) 参)

(n) ナチュラルスピン (フィガー (43) 参)

(o) ライトランジ

※セイムフットランジからの各種後続フィガー※

(a) ターニングファイブステップ

(b) ランジポイント

(c) ライトランジ (フィガー (56) 参)

(d) コントラチェック

(e) ヒンジライン (後述フィガー (69) 参)

(f) デベロッパ

(g) アウトサイドスイーブル t o P P

(h) リバーサウトサイドスイーブル

(i) オープンテレマーク

(j) スパニッシュドラグ

(k) リバーサスピン (フィガー (35) 参)

(l) レッグフック (㊦ジェフリーハーン教 p 1 3 4 参)

(m) ストーキングウォーク

(o) ロンデ t o ツイスト (フィガー (9) 参)

★★ (62)

※ウイーブフロムPP～レディデベロッパ&アウトサドスピン t o P P※

L O Dに面してC l d P oで始める

・プログレッシブリンク

Q Q

・ウイーブフロムPP

S Q Q Q Q Q Q S

(㊦最初S：PPで左足DCに前進、最後S：DWに右足OP前進してオープンフィニッシュして上体少し左に回す、女子最初S：PPで右足DCに前進、最後S：DWに左足後退して上体少し左に回し右足左足の前に交差)

・レディデベロップ&アウトサドスピン to PP S, SQQS

(㊦最初S:右足体重のままボディ強く左に回し女子デベロップを補助、S:左足体重戻しながらボディ右に回す、Q:右回転継続して右足OP前進、Q:女子と正対ピボット、S:右足横にしてPP、女子最初S:左足体重のままボディ強く左に回し右足斜め前にデベロップ、S:右足OP前進しながらボディ右に回す、Q:右回転継続して左足右足に揃える、Q:右足男子の間に前進して正対、S:左足横にしてPP)

★★★(63)

※セიმフットランジ~ターン to L~レディデベロップ~アウトサイドスィーブル※

c f. フィガー(54)、(61)

コーナー近くで壁に面してセიმフットランジシェイプで始める(先行はフィガー(61)参)

・ターン to L & S

(㊦&:右足体重のまま女子前進をリード、S:左足体重移して女子と正対しスエー右にして右足ロンデしながら左回転、女子&:左足小さく前進、S:右足トーターンインして男子と正対しスエー左にして左足を後方にロンデ)

・チェック&レディデベロップ S S

(㊦S:新LODのDCに向け女子の右OPに右足CBMP前進、S:右足体重のまま更にボディ左に回して左足前にポイントし右膝曲げて女子デベロップを補助、女子S:左足CBMP後退チェック、S:左足体重のままスエー左にして左骨盤を前に向けて引き上げながら右足身体の前方にデベロップ)

・アウトサイドスィーブル&プムロムナードタップ SQQ

(㊦S:左足CBMP後退しながらボディ右に回して女子アウトサイドスィーブルをリード、Q:DCに沿って右足PPで前進、Q:左足横にタップしてPPで新LODのDCに沿う、女子S:右足CBMP前進してボディ右に回す、Q:DCに沿って左足PPで前進、Q:右足横にタップ)

→㊦セიმフットランジからレディデベロップさせるには、次のようにヒンジラインにリードして踊ることもできる

・ヒンジライン to レディデベロップ & S S

(㊦&:右足体重のまま女子前進をリード、S:左足体重移しながらボディ左に回し女子を引き上げ女子右ボディを直交させる、S:更にボディ左に回しながら左膝曲げて女子右足前にデベロップさせる、女子&:左足前進、S:左足でライズしながらボディ左に回し右ボディを男子に直交させ右足前にポイントしてヒンジライン、S:左足体重のままスエー左にして左骨盤を前に向けて引き上げながら右足身体の前方にデベロップ)

★★★(64)

※リバーズスピン to ロンデ~ツイスト to L※

c f. フィガー(35)、フィガー(32)、フィガー(84)

DCに沿ってPPで始める

・プロムナードリンク SQQ

・Flowリバーズ&スリップピボット QQQQ

・ベーシックリバーズターン QQ&, QQ&

・リバーズスピン to ロンデ QQ, S

(㊦QQ:左右と2歩左回転スピン、S:右足体重のままスエー右にして左足後方にロンデ、女子QQ:右左と2歩左回転スピン、S:ヘッド左にして右足横少し前に大きく前進、リバーズスピン(QQ)はもう一度繰り返してもよい)

・ツイスト to L Q&Q S

(㊦ Q : ボディ左回転しながらスエー右のまま左足右足の後に交差、& Q : 両足で左回りツイストし終り右足体重移す、S : 右足体重のまま左足横にポイントしてDWに沿ってPP、女子 Q & Q : ヘッド左にしてセイムフットランジシェイプで男子の周りを左右左と3歩左回転の前進、S : 左足体重のままボディ少し右に回して交差を解いて右足横に置きDWに沿ってPP)

→㊦上記のリバーススピンの後のロンデ～ツイスト to L は基本的に男子のレグフックと動きは同じである(前述フィガー(35)参)

★★★ (65)

※ビッグトップ～コントラチェック～ホワイアリギグ※

※ダブルチェイス～ナチュラルスピン～Sydダブルバックロック&ストップロック※

c f . フィガー (58)

壁に面してC1dPoで始める

- ・プログレッシブリンク Q Q
- ・ビッグトップ S S Q Q (女子 S S & Q Q)
- ・コントラチェック S
- ・リカバー Q Q

(㊦ Q : 右足体重戻す、Q : 左足後退ピボットして略逆LODに面する、女子 Q : 左足体重戻す、Q : ボディ右に回しながら右足前進ピボットして略LODに面す)

- ・ホワイアリギグ Q Q Q Q Q Q

(㊦前述フィガー(58)、ムアーPV40参)

- ・ダブルチェイス S Q Q Q Q , S & Q Q

(㊦最後Q : DWに向けて左足後退ピボットして略逆LODに面す)

- ・ナチュラルスピン Q Q

(㊦ Q Q : 右左と右回転スピンしてDCに背面)

- ・Sydダブルバックロック&ストップロック Q & Q & , S & , Q Q S

(㊦ Q & Q & : 右左右左と2回バックロック、S : 右足後退しながらボディ右回して女子ヘッドターンさせる、& : 左足右足の前に交差、Q Q S : 右足後退からバックコレテ2～4歩)

→㊦上記スピンの後は、Sydダブルバックロック&ストップロックに継続する代わりに、右足前進してPPで終ることもできる

★★ (66)

※オープンナチュラルターン&アウトサイドスピン to セイムフットランジ※

c f . フィガー (53)

LODに沿ってPPで始める

- ・オープンナチュラルターン&アウトサイドスピン S Q Q Q Q Q Q

(㊦前半 S Q Q Q Q Q Q : オープンナチュラルターンからアウトサイドスピンを踊る、ジェフリーハーン教p86参)

- ・セイムフットランジ S & S

(㊦ S : ボディ右回転継続しながらLODに向け右足前進、& : 右足体重のまま少しライズして女子左ボディを直交させる、S : 右膝曲げLODに沿って左足横に伸ばしてセイムフットランジ、女子 S : 左足小さく横後に、& : 右足左足に閉じて左ボディを男子と略直交させる、S : 右膝曲げ左足前に伸ばしてセイムフットランジ)

- ・リバーススピン & Q Q

(㊦詳細フィガー(59)参)

- ・コントラチェック S

★★ (67)

※リバーズスピン～ウイーブスイッチ～オーバースエー～リカバー t o P P ※
c f . フィガー (1 7)

DC に沿って P P で始める

・プロムナードリンク S Q Q

・リバーズスピン Q Q

(注 Q Q : 左右と 2 歩でリバーズスピンして L O D に面して終る)

・ウイーブスイッチ Q Q Q Q Q Q

(注 Q Q Q : 左足 DC に前進からのウイーブの 2 ~ 4 歩、4 歩目 Q : 右足後退チェック、5 歩目 Q : 左足右回転ピボット、6 歩目 Q : L O D に P P で右足前進、ジェフリーハーン教 p 1 0 6 参)

・ドロップオーバースエー S S

(注 S : P P で左足横にしてサイドスエー、S : 左膝曲げてオーバースエー)

・リカバー t o P P & S

(注 & : 右足左足に閉じる、S : 右足体重のまま P P になる)

★★ (6 8)

※バウンズ F l w t o ウイーブ～テレスピン※

c f . フィガー (5 9) 、フィガー (6 9)

DC に沿って P P で始める

・プロムナードリンク S Q Q

・バウンズ F l w t o ウイーブ S & Q Q Q Q

(注 S & Q Q Q : 左足前進からバウンズ F l w の 1 ~ 5 歩を踊り右足後退で終る、6 歩目 Q : 右足後退しながらボディ左に回し女子 P P にリード、女子 6 歩目 Q : 左足 P P の準備をして L O D 前進)

・テレスピン 3 ~ 5 歩 Q & Q

(注 Q : 右足体重のままヘッド左にしてセイムフットランジシェイプ、& : 右足体重のまま女子前進をリード、Q : ボディ左に回しながら左足前進して女子と正対、女子 Q & : セイムフットランジシェイプで右左と 2 歩前進、Q : ボディ左に回しながら右足横後にして男子と正対)

・リバーズスピン Q Q S

(注 Q : 左回転継続して DC に向けて右足横少し後ろに、Q : 左足横に、S : 右足左足に閉じて C l d P o)

→注 上記プロムナードリンクからはバウンズ F l w ~ ウイーブに続ける代わりに、単にウイーブを踊ることもできる

★★★ (6 9)

※バウンズ F l w t o ウイーブ～タンブルターン～レフトウィスク※

c f . フィガー (5 9) 、フィガー (6 8)

DC に沿って P P で始める

プロムナードリンク S Q Q

・バウンズ F l w t o ウイーブ S & Q Q Q Q

(注 最後 Q : L O D に右足後退して終る)

・タンブルターン 2 ~ 4 歩 Q & Q

(注 L O D に背面して左足体重で終る、ジェフリーハーン教 p 6 4)

・レフトウィスク Q Q S

(注 Q : DC に右足後退、Q : 左足横に、S : 右足左足の後ろに交差してレフトウィスク)

・リカバー t o コントラチェック Q Q S

(注 Q : 左足体重移す、Q : スエー左にして右足横に置き女子と正対、S : コントラチェック)

★★★ (70)

※リバーススピン～ヒンジラインウィズレディデベロップ～ツイスト to R※

DCに面してC1dPoで始める

- ・オープンリバースターン

レディアウトサイド&オープンフィニッシュ QQS、QQS

- ・アウトサイドスィーブル to コントラチェック SQQ, S

(注S: 右スエーで左足後退しながらボディ右に回して女子アウトサイドスィーブルさせた後にPPになる、QQ: リンクしてC1dPo、S: 壁に面して左足CBMP前進してコントラチェック)

- ・リカバー

QQ

(注Q: 右足体重戻す、Q: ボディ右に回しながらスエー少し左にして左足横後に)

- ・リバーススピン

to ヒンジラインウィズレディデベロップ QQQQ, &S

(注1歩目Q: ボディ左に回して右足後退ピボットして新LODのDWに面す、2～3歩目QQ: 左右と2歩左回転のリバースピボットを行う、4歩目Q: LODに沿って左足横に、&S: 左足体重のまま女子左回転させてヒンジライン、女子5歩目Q: LODに沿って右足横に、&: ボディ左に回して左足小さく後退し右ボディを男子に直交させる、S: ヘッド左に回し右足前にキックしてデベロップ)

- ・ツイスト to R エンドPP

Q&QQQ

(注Q: 左膝伸ばしながらヘッドと目線を右に回す、&: ヘッドとボディを右に回して右足左足の後に交差、QQQ: 右足体重移して右にツイストしてPPで終る、女子Q: ヘッド左のまま右足下げる、&: 右足着地しながらボディ右に回す、QQQ: ヘッド左に保ち左右左と3歩右に回転しながら前進してPPで終る)

★★ (71)

※ランニングファイブステップ～カウンタFlw to PP～Flwウイスク※

※Flwウイスク～ストーキングウォーク&ヘッドフリック※

c f. フィガー (35)、フィガー (41)

DCに面してC1dPoで始める

- ・ランニングファイブステップ

QQSQQ

(注5歩目Q: DWに向けPPで左足前進、カウントの取り方に注意)

- ・カウンタFlw to PP

S&, QQ

(注S: PPで右足前進、&: 女子と正対して左足横に、Q: カウンタCPPで右足左足の後に交差、Q: PPで左足前進、女子S: PPで左足前進、&: 男子と正対して右足横に、Q: カウンタCPPで左足右足の後ろに交差、Q: PPで右足前進)

- ・Flwウイスク

QQQQ

(注4歩目Q: 左足後退ウイスクしてDCに沿ってPPで終る)

- ・ストーキングウォーク&ヘッドフリック

SS, SS, S&S

(注SS: DCに右足前進しながらスエー右に切り替えてライトランジ、SS: スエー右に保ちながら左足横に、S: PPで右足前進、&: 右足体重のままヘッドフリック、S: 左足体重掛けずに右足の横にタップしてPP)

★★ (72)

※Flwリバース&スリップピボット (2回) ～アウトサイドスピン to セイムフットランジ※

c f. フィガー (81)

DCに面してC1dPoで始める

- ・Flwリバース&スリップピボット

QQQQ

(注ピボットして略LODに面す)

・ F l w リバース&スリップピボット Q Q Q Q

(㊦ピボットしてもあまり回転せず略 L O D に背面)

・ アウトサイドスピン t o セイムフットランジ S S & S

(㊦㊦ S : 左足後退ピボット、 S : 右足 O P で C B M P 前進、 & : 右足体重のまま少しライズして女子左ボディを直交させる、 S : 右足体重のまま膝曲げ左足横に伸ばしてヘッド右にしてセイムフットランジ、 女子 S : 右足 O P で C B M P 前進、 & : 左足右足に閉じながらボディ右に回して左サイドを男子の右サイドに直交させる、 S : 右膝曲げ左足前に伸ばしてポイントしヘッド左にしてセイムフットランジ)

→ 後続 : セイムフットランジからの各種継続フィガー (6 1) 参

★★★ (7 3)

※ アウトサイドチェンジ ~ テレスイール ~ カウンタ F l w t o P P ~ レフトウィスク ※

D C に沿って P P で始める

・ オープンプロムナード S Q Q S

(㊦ D C に向けてオープンプロムナードを踊る)

・ シャッセ t o R S Q & Q

(S : D C に左足前進、 Q & Q : D C に沿って右方にシャッセ)

・ アウトサイドチェンジ t o P P & テレスイール S Q Q , & Q Q S Q Q

(㊦前半 S : D C に左足 C B M P 後退、 Q : 右足後退しながら女子 P P にリード、 Q & : 左足体重掛けずに L O D に沿って伸ばしセイムフットランジシェイプで女子前進をリード、後半 Q : 左足小さく前進して女子と正対、 Q : D C に背面して右足横後に、 S : 左足 C B M P 後退し右足左足の前を鋭くスイールして P P 、 Q : P P で D W に向け右足前進、最後 Q : P P で左足しっかりと前進、 女子前半 S : 右足 O P 前進、 Q : 左足前進しながら P P 、 Q : セイムフットランジシェイプで右足前進、 & : 左足前進、後半 1 歩目 Q : ボディ左に回しながら右足トーターンインして男子と正対、 2 歩目 Q : D C に面し左足小さく横前に、 S : 男子の右 O P に右足前進してスイールして P P 、 Q Q : P P で D W に向け左右と 2 歩前進)

・ カウンタ F l w t o P P S & , Q Q

(㊦ S : P P で右足前進、 & : 女子と正対して左足横に、 Q : カウンタ F l w で右足左足の後に交差、 Q : P P で左足前進、 女子 S : P P で左足前進、 & : 男子と正対して右足横に、 Q : カウンタ F l w で左足右足の後ろに交差、 Q : P P で右足前進)

・ レフトウィスク Q Q S

★★ (7 4)

※ F l w リバース ~ コントラチェック ~ セイムフットランジ ※

c f . フィガー (2 3) 、 フィガー (4 2)

D C に面して C l d P o で始める

・ 2 ウォーク S S

・ F l w リバース&スリップピボット Q Q Q Q

(㊦ 終り D W に面す)

・ コントラチェック S

・ スイッチ t o セイムフットランジ & S

(㊦ & : 両足でボディ鋭く右に回す、 S : 右膝曲げ左足横に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ (右大腿で女子の左ヒップを支える) 、 女子 & : 両足でボディ鋭く右に回して右足を左足に閉じて左ボディを男子に直交させる、 S : 右膝曲げ左足を身体の前にポイントしてヘッド左にしてセイムフットランジ)

・ スパニッシュドラグエンド P P S S & S

(㊦ S S : 左足体重移してボディ徐々に左に回す、 & : 右大腿を女子から外し右足左足に閉じてヘッド右に回す、 S : 右足体重のまま左足横にタップして P P 、 女子 S S :

左足体重移してボディ徐々に左に回しながら男子に挑むように顔を向ける、&：左足体重ままヘッド左に回す、S：右足横にポイントしてPP)

(75)

※レッグフックへ入る各種先行フィガー※

- (a) テレスピン
- (b) セイムフットランジ
- (c) タンブルターン
- (d) オーバースピンフロムダブルリバーズスピン
- (e) リバーズスピニングアクション

※レッグフックからの各種後続フィガー※

- (a) スタンディングスピン to L
- (b) コントラチェック
- (c) オーバースエー (Throwを含む)
- (d) オープンテレマーク
- (e) シャッセ to R

★★★ (76)

※テレスーブル～プロムナードロック～ファンスイーブル to オポジションポイント to R※

LODに面してCl d P oで始める

- ・プログレッシブリンク S Q Q
(㊟ 終りDCに向けてPP)
- ・テレスーブル S Q Q & Q Q S
(㊟ ジェフリーハーン教 p 8 4 参)
- ・プロムナードロック Q & Q
- ・ファンスイーブル to オポジションポイント to R S S, & S
(㊟ S S：左足後方から前方にロンデ、&：左足右足に閉る、S：ヘッド左にして左膝曲げ右足横に伸ばしてオポジションポイント、女子 S S：右足後方から前方にロンデ、&：右足左足に閉る、最後S：右足でボディを右に回して左ボディを男子に略直交させて左足前に伸ばしヘッド左でセイムフットランジ)
- ・セイムフットランジ & S
(㊟ &：右足左足に閉じながらヘッド右にフリック、S：ボディ右に回して左足前に伸ばしてセイムフットランジ、女子：このP oを保ちヘッドを左から右に切り替える)
- ・ドラグ S S & S
(㊟ S S：左足体重移し右スエー、&：右足左足に閉じてCl d P o、S：左足横にタップしてPP、女子 S S：左足体重移し左スエー、&：ボディ左に回して男子と正対、S：右足横にタップしてPP)

★★ (77)

※ナチュラルプロムナードターン～ロックターン&ドラグ to PP～バックチェックス～ベーシックリバーズターン～コントラチェック※

c f. フィガー (36)、(50)、(83)

LODに沿ってPPで始める

- ・ナチュラルプロムナードターン S Q Q S
- ・ロックターン&ドラグ to PP Q Q S S & S
(㊟ Q Q：左右とロックターン、S S：左足体重移しながらドラグ、&：右足左足に閉じる、S：左足横にタップしてPP)
- ・バックチェックス S Q Q Q Q Q

(㊟ S : LOD に沿って P P で右足前進、Q : 左足 DW に向けて前進しボディ逆 DW に面す、Q : バックコントラチェックのようにスエー少し右にして右足 C B M P 後退、Q Q : 上記動作を繰り返す、ジェフリーハーン教 p 1 6 4 参)

・ベーシックリバースターン後半 Q & Q

(㊟ 終りに LOD に面す)

・コントラチェック S

・サイドスエー t o オーバースエー S S , & S

(㊟ S S : 右足体重戻しボディ右に回しながらヘッド左にして左足体重掛けずに横に開く、& : 左足体重移す、S : 左膝曲げヘッド右に切り替えつつアルゼンチンタンゴ風に少し俯きかげんで右の頬を女子の右頬に寄せてオーバースエー、女子 S S : 左足体重戻しボディ右に回しながらヘッド右にして右足体重掛けずに横に開く、& : 右足体重移す、S : 右膝曲げてヘッド左に切り替えながらアルゼンチンタンゴ風に少し俯きかげんで右の頬を男子の右頬に寄せてオーバースエー)

★★★ (7 8)

※サイドクロス～F 1 w リバース～テレスピン～スイッチ～オープンテレマーク※
c f . フィガー (9) 、 (1 9) 、 (2 5)

DC に沿い P P で始める

・プロムナードツイスト&サイドクロス S Q Q , Q Q &

(㊟ S Q : P P で左右と 2 歩前進、Q : 左足右足に閉じてボディ右にツイスト、Q Q & : 右足前進からサイドクロス)

・F 1 w リバース Q Q Q Q

・テレスピン 1 ～ 5 歩 Q Q Q & Q

(㊟ Q Q Q & Q : 左足体重移して女子と正対し DC に面して終る)

・スエーチェンジ L t o R S S

(㊟ S : 右足横少し後ろにして DC に背面しスエーを左に、S : 右足体重のままスエーを右に切り替える→COD の 1 ～ 2 歩の動きに類似)

・スイッチ Q Q

(㊟ Q : 左足横少し後に後退してスエー右に切り替える、Q : 右足後退ピボットして LOD に面す)

・オープンテレマーク 1 ～ 2 歩 Q Q

(㊟ DW に沿って P P で終る)

・スweep オーバースエー S S

(㊟ S : 左足大きく横に、S : 左足体重のまま女子を見て右足ドラグ)

・プロムナードタップ Q Q

(㊟ Q : P P で右足前進、Q : P P 右足体重のまま左足横にタップ)

→㊟ 上記スクープオーバースエーからはセイムフットランジに移行することもできる (& S)

★★ (7 9)

※クロスシャッセ～ランニングクロイシャッセ～ツイストターン※
c f . フィガー (8 1)

DC に向けて P P で始める

・プロムナードリンク S Q Q

・クロスシャッセ 1 ～ 3 歩 S Q Q

(㊟ S : 左足前進、Q : 右足横少し前に、Q : 左足右足に閉じて O P の準備)

・ランニングクロスシャッセ S & Q Q

(㊟ S : 右足女子右 O P 前進、& : 左足前進、Q : 右 S L で右足斜めに前進、Q : スエー左にして左 S L で左足前進、女子 S : 右 O P で左足後退、& : 右足後退、Q : 左 S L で左足斜めに後退、Q : ヘッドとスエーを共に右にして右 S L で右足後退)

・ナチュラルツイストターンエンド in C l d P o S Q Q Q Q

(㊦ S 右足 O P 前進、Q : ボディ右に回しながら左足横後に、Q : 右足左足の後に交差、Q Q : 右にツイストしスエー少し左にして女子と正対、女子 S : 左足 O P 後退、Q : 右足左足に揃えてヒールターン、Q : 左 S L で左足前進、Q : 右足 O P で C B M P 前進、Q : スエー少し右にして左足横に置き男子と正対)

・コントラチェック S

・リカバー t o P P & S

★★ (80)

※オープンプロムナード～ジグザグ t o セイムフットランジ～ドラグ&レディデベロッペ～セイムフットランジ※

c f . フィガー (72)

L O D に沿い P P で始める

・オープンプロムナード S Q Q S

・ジグザグ t o セイムフットランジ Q Q Q Q S

(㊦ Q Q Q : 逆 D W に向けて左足前進から右方にジグザグ、Q : 右足体重掛けずに左足に揃え女子の左ボディを直交させる、S : 右膝曲げ左足横に伸ばしてヘッド右にしてセイムフットランジ、女子 Q Q Q : 右足後退から左方にジグザグ、Q : 左足右足に閉じてボディ右に回して左サイドを男子の右サイドに直交させヘッドは左に、S : 右膝曲げ左足前に伸ばしてポイントしてセイムフットランジ)

・ドラグ&レディデベロッペ S S S

(㊦ S S : スエー右に保ち左足に体重推移しながら女子を見てドラグ、S : 左足体重のままボディ右に回しヘッド左上に伸ばしして女子デベロッペを補助、女子 S S : スエー左に保ち左足に体重推移しながら男子を見てドラグ、S : ヘッドとボディを共に右に回しながら右足前にフリック)

・セイムフットランジ (ヘッドターン) & S

(㊦ & : ボディ左に回しながら右足左足に揃えスエー右に切り替える、S : ボディ右に回しながら右膝曲げヘッド左上に伸ばしてセイムフットランジ、女子 & : ボディ左に回しながら右足左足に閉じヘッド左に、S : ヘッドとボディを共に右に回しながら右膝曲げ左足前に伸ばしてポイントしてセイムフットランジ)

・ターニングファイブステップ & Q Q S & S

★ (81)

※チェイスアクション～ジグザグ t o L ～ナチュラルツイストターン※

c f . フィガー (79)

L O D に沿って P P で始める

・チェイス 1 ～ 5 歩 S Q Q Q Q

(㊦ 4 歩目 Q : アンダーターンで逆 D W に向け右足 O P に前進、5 歩目 Q : 左足 D C に C B M P 後退)

・ジグザグ t o L Q Q S

(㊦ Q : D C に右足後退、2 歩目 Q : 左足右足に揃えて女子と正対してボディ左に回す、S : 右足 O P で D W に前進)

・ナチュラルツイストターン 2 歩～ 5 歩 Q Q Q Q

(㊦ 1 歩目 Q : 女子の前を横切り左足横後に置き C l d P o 、 2 歩目 Q : 右足左足の後に交差、Q Q : 右足の交差を解き終り P P 、 女子 1 歩目 Q : 右足後退してヒールターン、2 歩目 Q : 左 S L で左足前進、Q Q : 右左と男子を回り込んで終り P P)

★★★ (82)

※ビッグトップ～リバーズスピン～ライトランジ※

※セイムフットランジ～リバーズスピン t o レディハイロンデ※

c f . フィガー (3 2) 、 (6 4) 、 (7 8)

DC に沿って P P で始める

- ・ サイドクロス S Q Q &
- ・ オープンテレマーク Q Q S
- ・ ビッグトップ S Q Q (女子 S & Q Q)

(㊦ S Q Q : P P で右足前進してビッグトップ)

- ・ リバーススピン Q Q

(㊦ 左右と 2 歩左回転ピボットして終り DC に背面)

- ・ ライトランジ S S

(㊦ 右足体重のまま左 S L で左足を DC に伸ばしランジシェイプ)

- ・ ナチュラルスピント o セイムフットランジ Q Q & S S

(㊦ Q : ボディ右に回しながら DW に向けて左足後退ピボット、 Q : 右回転継続して DC に向けて右足小さく前進、 & : 右足体重のまま少しライズして右腰を外す、 S : 右膝曲げ DC に左足伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジ、 S : セイムフットランジシェイプを保つ、 女子 Q : 右足 DW に向けて前進ピボット、 Q : 右回転継続して左足後退、 & : 右足左足に閉じる、 S : 右膝曲げヘッド右にして DC に左足伸ばす、 S : セイムフットランジシェイプを保つ)

- ・ リバーススピント o レディハイロンデ

エンド i n P P

& Q Q S Q Q

(㊦ & : 右足体重のままボディ左に回して女子前進をリード、 2 歩目 Q : 左足前進して女子と正対して DC に面す、 3 歩目 Q : 左回転継続して逆 DC に向け右足横後にピボットしてスエーは少し右に、 S : 右足体重のまま左足の後に小さくロンデ (右足の上に軸を立てる) 、 Q : 左足右足の後ろに交差し略女子と正対、 Q : 右足左足に閉じて DC に沿って P P 、 女子 & : 左足前進、 Q : 右足トーターンインして男子と正対して DC に背面、 Q : 右足体重のままヘッドとスエーを左に保ち左足後方にハイロンデ、 S : 右足軸にして左回転継続、 Q : 左足右足の後ろに交差して略男子と正対、 Q : 左足体重のまま DC に沿って P P)

★★ (8 3)

※シーケンスダンス (ブルックリントンゴ) の変形※

c f . フィガー (8 7)

DW に面して C l d P o で始める

- ・ 2 ウォーク S S
- ・ プログレッシブリンク Q Q
- ・ F l w ウィスク S Q Q Q Q

(㊦ DC に沿って P P で終る)

- ・ スピン & ランジロール Q Q S

(㊦ Q Q : 右左と 2 歩で右回転して略中央に面す、 S : DW に向けて右足前進してランジロール)

- ・ バックコルテ S Q Q S

(㊦ S : 右回転継続して左足横少し後に置き逆 DW に面す、 Q Q S : L O D に面して終る、なお、バックコルテに代えてストップボックスを踊ることもできる)

- ・ F l w リバース & スリップピボット Q Q Q Q
- ・ オープンテレマーク t o レフトウィスク Q Q S , S

(㊦ Q Q S : オープンテレマーク、 S : レフトウィスク)

- ・ リカバー t o ライトランジ & S

(㊦ & : 左足体重戻しスエー左にして C l d P o 、 S : 右足逆 DW に前進してランジ)

- ・ ドラグ t o P P S S & S

(㊦ S S : 左足体重移してドラグ、 & : 右足左足に閉じる、 S : 右膝曲げ左足横前にポイントして P P)

- ・プログレッシブリンク S Q Q
- ・ランニングファイブステップ Q Q Q Q S
(㊦詳細は前述のフィガー (35) およびムアー P V 4 1 参)
- ・ファンポイント S, Q Q &, Q Q &
(㊦ S : P P で左足前進、Q Q &, Q Q & : ファンポイントを2回繰り返す)
- ・レディデベロップ t o オーバースエー S & S
(㊦詳細は前述のフィガー (7) 参)
- ・スピン t o P P Q Q S
(㊦ Q Q S : 右左右と3歩で右回転スピンしてDWに沿ってP Pで終る、ムアー P V 3 0 参)
- ・バックチェック S Q Q Q, Q Q, Q S
(㊦ S : P P で左前進、Q : P P でDWに右足前進、Q : スエー左にして左足横少し後ろに、Q : スエー右にして右足 C B M P 後退、Q Q : バックチェックをもう1回繰り返す、Q S : バックチェックを更にもう1回繰り返す)
- ・ツイストターン Q Q Q Q
(㊦ Q : 逆DWに左足前進、Q : 右足左足の後ろに交差、Q Q : 右にツイストしてP Pで終る)
→㊦上記ドラグの後にP Pで終る代わりに、右膝曲げ左足横前にポイント (S) し、また女子は左足体重移さず右足体重のままで左足前にポイント (& S) してセიმフットランジシェイプとなり、テレスイールに継続させることもできる

★★ (84)

※オープンテレマーク～オポジションポイント t o L～ツイスト t o R※
c f. フィガー (34)、(36)

DCに面してC 1 d P oで始める

- ・フォーラウェイリバース Q Q Q Q
- ・S y dリバースターン Q Q &, Q Q &
- ・オープンテレマーク Q Q S
- ・オポジションポイント t o L Q Q & S
(㊦ Q Q : P P で右左と2歩前進、& : 少しライズしながら右足左足に閉じてヘッドとボディを左に回す、S : 右膝曲げヘッド右にしてセიმフットランジシェイプ、女子 Q Q : P P で左右と2歩前進、& : 右足体重のまま少しライズしながら左足右足に揃えボディ少し左に回す、S : 右膝曲げ左足横に伸ばしヘッド左にしてオーバースエーシェイプ)
- ・ツイスト t o R エンド P P S & Q Q S
(㊦ S : ボディ右に回しながら左足横後にして女子と正対、& : 右足左足の後ろに交差、Q Q : 右にツイスト、S : 右足体重のまま左足横にタップしてL O Dに沿ってP P、女子 S : 右足体重のままボディ右に回しながら左足後から前方に少しロンデ、& : ボディ右回転継続して左足横に、Q Q : 右左と右回りに2歩前進、S : 左足体重のままL O Dに沿ってP P)
→㊦上記オポジションポイント t o Lからはツイスト t o Rに続ける代わりに、フィガー (34) のようにセიმフットランジに継続させることもできる

★★ (85)

※F 1 wプロムナード～リバースピボット&オーバースピン～コントラチェック※

DCに沿ってP Pで始める

- ・プログレッシブリンク S Q Q
- ・オープンテレマーク Q Q S
- ・F 1 wプロムナード2～4歩 Q Q S
- ・リバースピボット&オーバースピン S & S

(㊦ S : F l w で左足後退して十分にローア、& : ボディ左に回しながら右足後退スリップピボット、S : 左足女子の間に前進しDCに面す)

・バックチェックアクション&シャッセ t o L S Q Q

(㊦ S : 左回転継続し右足LODに後退、Q Q : LODに沿って左右とシャッセ)

・オーバースエー S S

(㊦ S : 左足横に、S : 左膝曲げてオーバースエー)

・コントラチェック S S

(㊦ S : 右足体重移してスエー左に、S : コントラチェック)

・リカバー t o P P & S

★★★ (86)

※ウィップラッシュ～アウトサイドスピン～ストップロックス& S y d ベーシックリバーターン※

c f . フィガー (15)、(27)、(65)

・ナチュラルプロムナードターン t o P P S Q Q S

(㊦ LODに沿ってPPの右足体重で終る)

・プロムナードラン & S & S

(㊦ & S & S : LODに沿ってPPで左右左右と4歩前進)

・ウィップラッシュ & (又はS)

(㊦ & : 右足体重のままボディ左に回してウィップラッシュ)

・アウトサイドスピン S Q Q

(㊦ DCに背面して終る)

・ストップロックス& S y d ベーシックリバーターン Q & Q S & , Q Q &

(㊦ ジェフリーハーン教 p 176 参)

・オープンテレマーク t o オーバースエー Q Q , S S

・ナチュラルスピン Q Q

(㊦ 右左と右回転スピン)

・シャッセ t o R & ウィスク Q & Q , S

・プロムナードタップ Q Q

★★ (87)

※F l w ウィスク (2回) ~ナチュラルスピン~ストップロックス※

c f . フィガー (83)

LODに沿ってPPで始める

・F l w ウィスク (2回) S Q Q Q Q , Q Q Q Q

(㊦ 前半 S : LODに沿って左足前進、Q : ボディ右に回しながらDWに右足前進、Q : 左足横少し後ろにして女子と正対、Q : DWに向け右足横に、Q : ボディ右に回しながら左足右足の後ろに交差しLODに面して終る、後半 Q : LODに沿ってPPで右足小さく前進、Q Q Q : 前半の3~5歩を踊りLODに面して終る)

・スピン&ランジロール Q Q S

(㊦ Q Q : 右左と2歩で右回転して略中央に面す、S : 逆DWに向けて右足前進してランジロール)

・ストップロックス S Q & Q S &

・シャッセ&タップ Q Q & S

(㊦ Q : 右足後退、Q & : 左右と左方にシャッセ、S : 左足横にタップしてPP)

★★ (88)

※P S S リバーターンの変形~コントラチェック~シャッセ t o セイムフットランジ※

※セイムフットストーキングウォーク~リバーサアウトサイドスイーブル t o P P ※

LODに面して始める

- ・ 2 ウォーク S S
- ・ P S S リバースターンの変形～コントラチェック Q Q S
 (㊦ Q : 逆 D C に左足前進しながらスエーを少し右に、Q : 右足横少し前にしてスエー左に切り替える、S : 逆 D W に向けて左足前進してコントラチェック→バックチェックの前進版のよう)
- ・ ロック (バックオン R F) Q Q S
 (㊦ Q : 右足体重戻す、Q : 左足体重戻す、S : D C に右足後退)
- ・ シャッセ t o セイムフットランジ Q Q & S
 (㊦ Q Q : L O D に沿って左右と左方にシャッセ、& : 右足体重のまま女子の左ボディを直交させる、S : 右膝曲げてヘッド右にしてセイムフットランジシェイプ、女子 Q : L O D に沿って右左とシャッセ、& : 右足体重移して左ボディを男子の右ボディに直交させる、S : 右膝曲げて左足前に伸ばしヘッド左にしてセイムフットランジシェイプ)
- ・ セイムフットストーキングウォーク S S , S S
 (女子 S S , S Q Q)
 (㊦ S : 女子を前進左回転にリードしながら左足体重移す、S : 左足体重のまま右足引き寄せて女子と正対、S : 女子右 O P に右足前進、S : 女子ボディを右に回しながら右膝曲げて左足横に伸ばして再びセイムフットランジラインに、女子 S : 左足体重移しながらボディ左に回す、S : 右足左足の横に閉じて男子と正対、S : 左足 C B M P 後退、Q : 右足左足に閉じてボディ右に回し左ボディを男子に直交させる、Q : 右膝曲げて左足前に伸ばしてセイムフットランジライン)
- ・ セイムフットストーキングウォーク S S , S S
 (㊦ 上記を繰り返す、このステップは省いてもよい)
- ・ リバースアウトサイドスイーブル & Q Q S
 (㊦ & : 右足体重のまま女子を前方に送り出して女子と正対、Q Q S : 左足前進からリバースアウトサイドスイーブル)
- ・ プロムナードタップ S & S
 (㊦ S : P P で右足前進、& : 右足体重のまま P P で右方にヘッドフリック、S : 左足横にタップ)

★ (8 9)

※ダブル F 1 w プロムナード～バックオープンプロムナード～フォーステップ t o リバースアウトサイドスイーブル～プロムナードリンク※

LODに沿って P P で始める

- ・ ダブル F 1 w プロムナード S Q Q S Q Q Q Q
 (㊦ S Q Q S : F 1 w プロムナードの 1 ~ 4 歩、Q : F 1 w で左足後退、Q : 右足後退、Q : 女子右 O P で左足 C B M P 後退、Q : 右足左足に閉じて D W に沿って P P 、女子 S Q Q S : F 1 w プロムナードの 1 ~ 4 歩、Q : F 1 w で右足後退、Q : ボディ左に回しながら左足横に、Q : 男子の右 O P に右足前進、Q : 左足右足に閉じて D W に沿って P P)
- ・ バックオープンプロムナード S Q Q S
- ・ フォーステップ t o リバースアウトサイドスイーブル Q Q S
 (㊦ Q Q : フォーステップの 1 ~ 2 歩を踊り壁に面す、S : 左足 C B M P 後退してアトウサイドスイーブルして L O D に面す)
- ・ プロムナードリング 2 ~ 3 歩 Q Q
 (㊦ D C に面して終る)
- ・ オープンリバースターン (レディアウトサイド) Q Q S Q Q S