

ダンススペースオオヤ グループレッスン・入門クラス・フィガー

ジルバ (Jiruba)

ベーシック・ステップ (2回)	SSQQ,SSQQ
チェンジ・オブ・プレイス R to L	SSQQ
チェンジ・オブ・プレイス L to R	SSQQ
チェンジ・オブ・ハンズ・ビハインド	1/SSQQ
チェンジ・オブ・プレイス L to R	SSQQ
アメリカン・スピン (2回)	SSQQ,SSQQ
ストップ・アンド・ゴー (2回)	SQQSQQ×2回
チェンジ・オブ・プレイス L to R	SSQQ
ウインド・ミル	SSQQ,SSQQ
カードレ	SSQQ×3回
チェンジ・オブ・プレイス R to L	SSQQ
チェンジ・オブ・プレイス L to R	SSQQ
リンク	SSQQ
プロムナード・ウォークス	SSQQQQ

ブルース (Blues)

クォーター・ターン 繰り返し	SSQQSSQQ
コーナー・ステップ (チェック・バック)	SSQQ
クォーター・ターン 繰り返し	SSQQSSQQ
ナチュラル・ピボット・ターン	SSQQSSQQ
クォーター・ターンの4~8歩	SSQQ
ナチュラル・ターン	SSQQSQQS
リバース・ターン	SQQSQQ

ワルツ (Waltz)

① 左足からのクローズド・チェンジ	123
ナチュラル・ターン	123 123
右足からのクローズド・チェンジ	123
リバース・ターン	123 123
ホイスク	123
シャッセ・フロム・PP	12&3
ナチュラル・ターンの1~3歩	123
アウトサイド・チェンジ	123
② ナチュラル・スピン・ターン	123 123
リバース・ターン4~6歩	123
ホイスク	123
シャッセ・フロム・PP	12&3
ナチュラル・スピン・ターン	123 123
リバース・ターン4~6歩	123

タンゴ (Tango)

① 2ウォーク	SS
プログレッシブ・リンク	QQ
クローズド・プロムナード	SQQS
バック・コルテ	SQQS
2ウォーク	SS
オープン・リバース・ターン (クローズド・フィニッシュ)	QQSQQS
2ウォーク	SS
プログレッシブ・リンク	QQ
ナチュラル・プロムナード・ターン	SQQS
② クローズド・プロムナード	SQQS
2ウォーク	SS
プログレッシブ・リンク	QQ
ナチュラル・ツイスト・ターン	SQQSQQ
クローズド・プロムナード	SQQS

ルンバ (Rumba)

オープン・ヒップ・ツイスト	2341 2341
ホッキー・スティック	2341 2341
ニューヨーク 3回	2341 2341 2341
スポット・ターン・トゥ・レフト	2341
オープン・ヒップ・ツイスト	2341 2341
アレマーナ	2342 2341
ハンド・トゥ・ハンド 3回	2341 2341 2341
スポット・ターン・トゥ・レフト	2341

チャチャチャ (Cha Cha Cha)

オープン・ヒップ・ツイスト	234&1 234&1
ホッキー・スティック	234&1 234&1
ニューヨーク 3回	234&1 234&1 234&1
スポット・ターン	234&1
オープン・ヒップ・ツイスト	234&1 234&1 234&1
アレマーナ	234&1 234&1
ハンド・トゥ・ハンド 3回	234&1 234&1 234&1
スポット・ターン・トゥ・レフ	234&1