

講習会 (ワルツ) ステップ

日時： 令和元年9月8日(日) 13:00~14:15

講師： 福井朗晋・赤井裕子プロ (中村橋A&Fダンススタジオ)

1 ナチュラルターン	123
2 オーバーターン ターニングロック	123 1&23
3 ナチュラルウィーブ	12&3
4 タンブルターン	12&3
5 リバースコルテ (オーバーターン)	123
6 チェック ピボット	12 3
7 シャッセ PP	12&3
8 ロック ライトランジ	12&3 123
9 スイッチ リバースピボット	12 3
10 シャッセ to ライト	12&3
11 アウトサイドチェンジ	123
12 カーブドフェザー	123
13 アウトサイドスピン	123(&)
14 セイムフットランジ	123
15 ハイホバー	12
16 バックラン	3 1&2&3
17 ナチュラルターン	123
18 ランニングスピントーン	1&23
19 サイドロック	123&
20 ナチュラルフォールアウェイ	1&23
21 チェック リバースピボット	12 3
22 ダブルリバーススピン	12&3
23 コントラチェック	123
24 ツイスト PP	123 123
25 シャッセ	12&3
26 ランニングテレマーク	1&23
27 ランニングクロスシャッセ	1&23