

Waltz

平成29年4月7日～6月30日

講師：今村華代、赤井裕子プロ（今村なりちかダンススクール）

1 . ナチュラルターン	123	30 . バックコントラチェック	12
2 . スピントーン	123	31 . ライトランジ	3 123
3 . リバースターン	123 123 123	32 . スイッチ&スリップピボット	12 3
4 . ホイスク	123	33 . シャッセ to ライト	12&3
5 . シャッセ	12&3	34 . バックコントラチェック	12
6 . ナチュラルターン	123	35 . ピボット	3
7 . バックホイスク	123	36 . シャッセ	12&3
8 . ウィング	123	37 . オーバースウェイ	123
9 . シャッセ to ライト	12&3	38 . ランジ	12
10 . アウトサイドチェンジ PP	123	39 . オーバースウェイ	3 123
11 . シャッセ	12&3	40 . ルドルフロンテ&スリップピボット	123
12 . ナチュラルターン	123	41 . ホイスク	123
13 . スピントーン	123	42 . ウィング	123
14 . リバースターン	123	43 . シャッセ to ライト	12&3
15 . フォールアウェイリバース&スリップピボット	12&3	44 . サイドロック	123&
16 . ドラグヘジテーション	123	45 . フォールアウェイ	1&23
17 . アウトサイドスピン	123	46 . アウトサイドチェンジ PP	123
18 . ダブルターニングロック	1&23	47 . プロムナードシャッセ（スウェイチェンジ）	12&3
19 . ハイホバー	123 123	48 . レフトホイスク	123
20 . セイムフットランジ	123	49 . ツイストターン	123
21 . ウィーブの後半 PP	123 123	50 . エロスライン	123
22 . シャッセ	12&3	51 . コントラチェック	123 123
23 . ナチュラルターン	123	52 . オーバースウェイ PP	123 123
24 . オープンインピタスターン	123	53 . ウィーブ	123 123
25 . シャッセ	12&3	54 . ナチュラルターン	123
26 . クイックオープンリバース	12&3	55 . スピントーン	123
27 . シャッセ	12&3	56 . リバースターン	123
28 . クローズドチェンジの変形	123	57 . フォールアウェイリバース&スリップピボット	12&3
29 . ハイレフトランジ	123	58 . コントラチェック	123