

マンボ

ベーシックムーブメント

ニューヨーク

ハーフターン

フルターン

チェンジオブプレイス

リズムは全てQQS

※ 使用曲 チャチャチャ (ゆっくり) = 早めの4拍子
サンバ (早い) = 早めの2拍子

ブルース

クォーターターンスtoライト	SSQQ
クォーターターンスtoレフト	SSQQ
クォーターターンスtoライト	SSQQ
クォーターターンスtoレフト	SSQQ

方向転換ステップ①

ナチュラルターン	SSQQSQQS
リバースターン	SQQSQQS

方向転換ステップ②

チェックバック	SSQQ
---------	------

方向転換ステップ③

ナチュラルターンの1～3歩	SQQ
ナチュラルピボットターン	SSQQ
クォーターターンスtoレフト	SSQQ

※使用曲 スローフォックストロット=ゆっくりめの4拍子

