

NDCJ カップ選抜プロフェッショナルダンス選手権大会 基本フィガー

ボールルーム部門

ワルツ ベーシックフィガー (16 小節)

(ロングサイドの壁斜めに面して)

Natural Spin Turn (オーバーターンしてLODに背面)

Left Whisk (壁斜めに面して終わる、右にツイストターン 5/8 回転中央に面して終わる)

Double Reverse Spin

Progressive Chasse to Right, Outside Change

Chasse from PP (ロングサイドのコーナーに向けて)

Natural Spinturn (オーバーターン、コーナーを回るように)

Turning Lock to Right (PPで中央斜めに面して)

Wing

Reverse Turn

Double Reverse Spin

Contra Check (エンディングは、PP)

ラテンアメリカン部門

ルンバ ベーシックフィガー (16 小節)

1 シンコペーテッドオープンヒップツイスト (2 小節)

2 スライディングドアーズ (6 小節)

3 カール (2 小節)

4 スリーアレマーナズ (4 小節)

5 アドバンストヒップツイストーフアンポジション (2 小節)