

ベヒティフ (イスラエル)

Vehitifu

音楽 4/4 拍子

隊形 シングル・サークル Vポジション

踊り方

・ランニング、デブカ・ジャンプ

- 1) 右足から軽いランニング・ステップ 6 歩で LOD へ進み (ct1~6) デブカ・ジャンプを 2 回行う
<ジャンプして両足揃え、両足ヒールが LOD 側を向き (ct7) もう一度ジャンプして両足ヒール
が逆 LOD を向く> (ct8)

- 2) 1) をあと 3 回<計 4 回>繰り返す (ct1~24)

・サイド・ステップとトー・タッチ・リープ

- 1) 円心を向き、両手掌を肩の高さで隣の人と合わせて、左足を左横へステップ (ct1) 右足を左足に
クローズしながら、膝を少し曲げて体を少し落とす (ct2) 以上をあと 2 回行い (ct3~6) 右足
を前にトー・タッチ (ct7) そのトー・タッチした右足で右横へリープして、左足を揃える (ct8)

- 2) 1) をあと 3 回<計 4 回>繰り返す (ct1~24)

・その場回り、ジャンプしながら拍手

- 1) 連手を解き、右手掌は下に向けて胸前に保ち、左手は左斜め下で後方に流し、右足から小さなラン
ニング・ステップ 6 歩で円外方向へ CW に 1 回転し (ct1~6) 円心を向いて両足を揃え、小さく
ジャンプしながら拍手 2 回 (ct7,8)

- 2) 1) を手を逆にして、左足から 6 歩で CCW に回り、ジャンプして拍手 2 回 (ct1~8)

- 3) 1) ~2) を繰り返す (ct1~16)

・サイド・ステップ、トー・タッチとリープ

- 1) 円心を向き、両手掌を肩の高さで隣の人と合わせて、左足を左横へステップ (ct1) 右足を左足に
クローズしながら、膝を少し曲げて体を少し落とす (ct2) 右足を前にトー・タッチ (ct3) その
トー・タッチした右足で右横へリープして、左足を揃える (ct4) さらにトー・タッチ、リープ
をあと 2 回行う (ct5~8)

- 2) 1) をあと 3 回<計 4 回>繰り返す (ct1~24)

- 以上を繰り返す -

<<留意点>>

デブカ・ジャンプは、あまり大きく飛ばないこと。

歯切れよく動作する。