

スタロダブニィ (チェコ)

Starodavny

音楽 3/4 拍子 前奏なし

隊形 カップル・ダンス 男子円内・女子円外で向かいあったダブル・サークル。

パートナーと 2m くらい離れて向かい合う。

空いた手は、男子は両手軽く握って腰の後ろに当て、女子は自然に下げる。

基本ステップ

ウォーク：爪先を上げて踵から着地し、足底をロールするようにして重心を移し、ボールで身体を上げる（1 呼間）。このステップで全身を音楽に合わせて少しだけ上下動して歩く。

ベーシック・ステップ《解説では B/S と表す》：右足を前にステップ（ct ） 左足を右足の後ろにステップ（t） 右足を前に小さくステップ（2） 左足を前に大きくステップ（3）
続けて右足から繰り返す。 このステップで回転する場合、1 小節で約 2/3 回転ぐらいとするが、1/2 回転くらいの時もあり、終了位置やパートナーとの位置関係などにもよるが、2/3 回転以上になると乱暴で踊りの雰囲気を壊してしまうので注意すること。

踊り方

・挨拶とウォーク前進

- 1) 音楽を 1 小節聴き（ct ,2,3） 男子は背後に回した手先を軽く握り頭を軽くうなずくように挨拶、女子は両手でスカートをつまみ両膝を曲げて挨拶《頭を下げずにパートナーを見る》（ct ,2,3）
- 2) 男女とも右足から 5 歩で互いに近づき、6 歩目を揃えながら男女とも LOD 向きになり、男子右手は女子の背後から右腰をホールドし、女子は左腕《軽く握って拳を作る》を男子の右腕に後ろからかけたオープン・ポジション《変形》になる（ct ~ ,2,3）
- 3) 男子左・女子右足より LOD ヘウォーク 11 歩で前進し、12 歩目クローズする（ct ~ ,2,3）

・クローズド・ポジション・ポジションで CW 回転、女子の右回り

- 1) クローズド・ポジションに組み、右腰向かい合わせに若干ずれて、右足から B/S 4 回で CW に 2 3/4 回転し、円周上で男子が LOD 向きで終わる（ct ~ ,2,3）
- 2) ホールドを解き、連手の下を女子がフラットに踏むバズ・ステップ 9 回で右回りに 3 回転し（ct ~ ,2,3） 右・左・右と 3 歩でパートナーの横に並ぶ（ct ,2,3）
男子は左手連手を女子の頭上に伸ばし、右手は横に広げたポーズで、動かずに女子の回転を見守り、最後に LOD を向いて のオープン・ポジションになる。

・振り子のステップで前進

男子左・女子右足から振り子のステップ 8 回で LOD ヘ前進する《最後の足は引き戻してクローズする》（ct ~ ,2,3）

* 振り子のステップ《男子のステップで説明、女子は逆足で行う》：左足を前にステップ（ct ） 右足を後ろに残したままその場にステップして重心を乗せる《左足を浮かす》（2） 左足を前にステップ（3） 次は同様に右足から行う。

動きは静かに滑らかで、乱暴にならないように注意する。

・CW 回転、噴水まわり、CCW 回転、円内・円外へ後退・前進、LOD へ後退

- 1) 男子円外向き・女子円内向きでパートナーと右腰接近になり、右手は伸ばしてパートナーの左肩に乗せ、左手は男子は背後・女子は下に伸ばす。男女とも右足から B/S 4 回で CW に約 3 回転し、男子が LOD 向きで終わる（ct ~ ,t,2,3）
- 2) ホールドを解き、男子は円内方向へ CCW・女子は円外方向へ CW に《逆 LOD 向きになっているので、右に 1/2 回転してから歩き始める》、5 歩で大きく円を描いて一回りし、6 歩目クローズしながらパートナーと左腰接近になる（ct ~ ,2,3）
- 3) 左手を前からパートナーの右肩に乗せて 1) の反対のポジションになり、男女とも左足から B/S 4 回で CCW に約 3 回転し、男子円外・女子円内向きで終わる（ct ~ ,t,2,3）

- 4) ポジションを解き、男女共左足から2歩で後退(ct ,2) 3歩目クローズしてパートナーとうなずいて挨拶(3) 右足から2歩前進、3歩目クローズ《重心乗せない》して挨拶(ct ,2,3) 男女とも左に1/4向きを変え、右足から円周上を男子は逆LOD・女子はLODへ3歩後退してパートナーと離れ《2mくらい離れてシングル・サークルになる》(ct ,2,3) 4歩目左足を揃えてゆっくり挨拶する(ct ,2,3)

・ LODへ女子後退、男子前進

- 1) 男子は両腕を上げ掌をパートナーに向け、左足からパートナーを見つめながらLODへ12歩前進し、最後にパートナーに近づく《この間1呼間ごとに上げた両手を、ステップする足と同じ方向の手を上上げて、交互に傾ける》(ct ~ ,2,3)

女子は同じように両手を上げ、右足から12歩後退しながら、男子と同じ方向に揺れる。

- 2) 腕を上げたまま腕を取り合い《女子は上から、男子は下から肘のすぐ上をホールドする》、同じように揺れながら11歩後退し、12歩目クローズする(ct ~ ,2,3)

・ 左腕かけてCCW回転、右腕かけてCW回転

- 1) 左腕を掛け合い、右手は掌下向きで横に伸ばし、男女とも左足からB/S3回で1と1/2回転し(ct ~ ,1,2,3) 連手を解き互いに左足から3歩で右回りに1回転する(ct ,2,3)
- 2) 再びパートナーと向かい合い、右腕を掛け、左手は掌下向きで横に伸ばし、男女とも右足からB/S3回で1と1/2回転し(ct ~ ,1,2,3) 腕をかけたまま上体を前に倒して姿勢を低くし、連手を引き合って1呼間2歩の小さいステップ6歩でCW回転を続け、男子がLOD向きで連手を解く(ct ,2,3)

・ 女子のその場まわり、男子の大まわりとソロ

- 1) 女子は円外側で両手を下に伸ばした隊形のまま、右足からB/S4回でその場を右に約4回転する《回転は右足を中心にして、左足が大きく動いて回る、回転数は各小節の3呼間目の左足ステップで顔を見合わせるので、実際には5回転になる》(ct ~ ,1,2,3)

男子は1拍目に拍手をして両腕を上げ、右足からB/S4回で女子に周囲をCWに大きく一周する(ct ~ ,1,2,3)

- 2) 女子はB/Sの回転を続ける。

男子はLOD向きで両手を上げてポーズをとりながら、右膝を外に向けて右足ヒールを足元にポイント(ct) 右膝を内側に向けて同じ場所にトー・ポイント(2) 右足を踵から揃える(3) 同様に左足のヒール・トー・ポイント、クローズ(ct ,2,3)を行い、右足から右方向へステップ(ct) クローズ(1) ステップ(2) 左膝を高く上げて腿を左手で上から回して打ち(3) 次に同様に左にステップ・クローズ・ステップ・スラップと行う(ct ,1,2,3)

・ CWまわりと噴水まわり

- 1) クローズド・ポジションに組み、男女共右足からB/S3回でCWに2回転し(ct ~ ,1,2,3) 男子円外向きで連手の下を女子がB/S1回で右に1回転する《男子は足を揃える》(ct ,1,2,3)
- 2) 男子は左足から円内方向へCCW・女子は右足から円外方向へCWにB/S2回で分かれて回って元に戻る(ct ~ ,1,2,3)
- 3) 以上1)~2)を繰り返す(ct ~ ,1,2,3)
- 4) 男子円外向きで両手を上げて取り合い、男子左足を左横にステップ(ct ,2) 右手で女子左手を引いて女子を右回りに誘導しながら離し、左手連手の下で女子を回転させながら右足を揃える(3) 女子は右手連手の下を、右・左・右と3歩で右に1回転して足を揃える。再び両手を連手して、挨拶する(ct ,2,3)

- 以上 -