

2024年度 足自慢用アマルガメーション RUMBA
 カウント4、1から始める

逆壁斜めに面して始める

	No.	フィガー名	カウント	男子最終方向	女子最終方向
1	1	オープンヒップツイスト	2341 2341	壁に面して	逆LODに面して
	2	アレマーナ	2341 2341	壁に面して	中央に面して
	3	オープニングアウト ライト アンド レフト	2341 2341	壁に面して	中央に面して
	4	スパイラル	2341 2341	壁斜めに面して	壁斜めに背面して
2	5	カールの3歩	2341	逆中央斜めに背面して	中央に面して
	6	フォーラウェイ	2341	FPで中央に	FPで中央に
	7	キューバンロックス	2341	LODに面して	逆LODに面して
	8	フェンシング	2341	オープンCPPで壁に	オープンCPPで壁に
	9	アンダーアームターントゥレフト アンド ライト	2341 2341	LODに面して	逆LODに面して
	10	ショルダートゥショルダーの1～3歩	2341	逆LODに背面して	逆LODに面して
	11	スパイラルの4～6歩	2341	中央斜めに面して	中央斜めに背面して
3	12	オープンベーシックの1～3歩	2341	逆壁斜めに背面して	逆壁斜めに面して
	13	後退するプログレッシヴウォーク	234	逆壁斜めに背面して	逆壁斜めに面して
	14	ロープスピニング	1 2341 2341	中央斜めに面して	逆壁斜めに面して
	15	アドバンストスライディングドア	2341 2341	中央斜めに面して	逆壁斜めに面して
	16	アドバンストヒップツイスト	2341 2341	LODに面して	中央に背面して
4	17	アレマーナ	2341 2341	LODに面して	逆LODに面して
	18	コンティニューアスヒップツイスト	2341 2341	壁に面して	中央に面して
	19	コンティニューアスサーキュラーヒップツイスト (O.F.P.で終わる)	2341 2341 2341 2341	逆壁斜めに面して	逆壁斜めに背面して

初めに戻る