

# 壮年 JUMP

音 源：VICL-66001

唄：ザソ・オール・スターズ

構 成：朝武 紀雄

❖音 楽 4/4拍子。前奏64呼間を聞いて歌から踊り始める。

❖隊 形 シングルサークル。全員円内向きで両手を下で連手する。

❖踊りの構成 A- A-B-B-間奏- A- A-B-B-間奏 A-B-B-B-B-B (I II)

❖踊り方

Aの踊り(64呼間)

I. LODへウォークとステップ・クローズ ……32呼間

手を前後に振りながら右足からリズムをとり2呼間で1歩のウォークを4歩行う[1~8]。手を前後に振りながら右足からリズムをとりながら2呼間で1歩のステップ・クローズを1往復行う[9~16]。以上をもう一度行う[17~32]。

II. 前進後退とステップ・クローズ ……32呼間

手をだんだん上げながら右足からリズムをとり2呼間で1歩の円内前進4歩行う[1~8]。手を前後に振りながら右足からリズムをとりながら2呼間で1歩のステップ・クローズを1往復行う[9~16]。手をだんだん下げながら右足からリズムをとり2呼間で1歩の円外後退4歩行う[17~24]。手を前後に振りながら右足からリズムをとりながら2呼間で1歩のステップ・クローズを1往復行う[24~32]。

Bの踊り(32呼間)

I. 三角ステップ ……8呼間

腕を自由に振りながら右足を左足の前に交差ステップ[1、2]、左足を右足の前に交差ステップ[3、4]、右足を右斜め後ろにステップ[5、6]、左足を左斜め後ろにステップ[7、8]。

II. 指さしポーズ ……8呼間

左手を腰にとり右手で指さすように右足を円内にステップ[1、2]、指さしをおろし右足をもどす[3、4]、さらに左手、左足も同様に行う[5~8]。

III. アイドル・スマイルポーズ ……8呼間

両手を顔の両側で開きひらひらさせ右足を右横にポイント[1、2]、両手をおろし右足をもどす[3、4]、さらに左足も同様に行う[5~8]。

IV. 前後ジャンプと足踏み ……8呼間

両手を振り上げ前にジャンプ[1、2]、両手をおろし後ろにジャンプ[3、4]、その場で足踏み4回行う[5~8]。

間奏(32呼間)

右足からリズムをとり2呼間で1歩のウォークを8歩で右回りを行う[1~16]。さらに右足からリズムをとり2呼間で1歩のウォークを8歩で左回りを行う[17~32]。

❖留意点 ・最後はB-I IIまで踊って終わる。