

兵庫県認定会 5級・チャチャチャ アマルガメーション

グループA	歩数	カウント
1. ベーシック(クローズド ポジション)	5	234 & 1
2. ファン	5	234 & 1
3. アレマーナ	10	234 & 1 234 & 1
4. ハンド・トゥ・ハンド R、L、R	15	234 & 1 234 & 1 234 & 1
5. スポット・ターン L	5	234 & 1
6. オープン・ベーシック	10	234 & 1 234 & 1
7. アレマーナ(R&Rハンドホールドで)	10	234 & 1 234 & 1
8. クローズド・ヒップ・ツイスト	10	234 & 1 234 & 1
9. ホッキー・スティック(オーバー・ターン)	10	234 & 1 234 & 1
10. ニューヨーク R、L、R	15	234 & 1 234 & 1 234 & 1
11. スポット・ターン L	5	234 & 1
12. アンダー・アーム・ターン L	5	234 & 1
13. ファン(クローズド・ホールドで)	5	234 & 1

グループB

1. ホッキー・スティック	10	234 & 1 234 & 1
2. ショルダー・トゥ・ショルダー R、L、R	15	234 & 1 234 & 1 234 & 1
3. スポット・ターン L	5	234 & 1
4. ベーシック1-5	5	234 & 1
5. ナチュラル・トップ 3カウント	15	234 & 1 234 & 1 234 & 1
6. ナチュラル・オープニング・アウトムーブメント	5	234 & 1
7. スパイラル	5	234 & 1
8. オープン・ベーシック	10	234 & 1 234 & 1

グループAの7へ続ける