

テーマ「ルンバとチャチャチャの音楽の取り方」

皆さんがパーティーでルンバを踊っているのを見ると、大体、半分以上の方が音楽を外して踊っています。特に、音楽の2からステップするところを、1からステップしている人が非常に多く見られます。

その原因は、ルンバを最初に習うとき、「^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4^{ワン}」とカウントしながら踊るように習ったためです。ルンバの曲を「^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4^{ワン}」とカウントするのは間違いです。

ルンバの曲は4拍子ですが、4拍子は「^{ワン}1」から始まります。

ですから、ルンバの曲は「^{ワン}1・^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4」^{ワン}とカウントしてください。

今から、ルンバの曲を掛けますので、皆さん一緒に、声を出して「^{ワン}1・^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4」^{ワン}とカウントしてください。音楽に合わせて練習

次に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしてください。音楽に合わせて練習

次に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしながら、オープン・ベーシック・ムーブメントを踊って見ましょう。見本を踊ってみます。音楽に合わせて踊る

はい、皆さんカップルになってください。一緒に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしながら、オープン・ベーシック・ムーブメントを踊って下さい。

男性は「^ツ2」で左足前進です。女性は「^ツ2」で右足後退です。音楽に合わせて練習

次に、チャチャチャの音楽の取り方に移ります。

チャチャチャもルンバと同じく、まず、音楽を聴きながら「^{ワン}1・^ツ2・^{スリ}3・^{チャチャ}4&」とカウントして見て下さい。音楽に合わせて練習

次に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしてください。音楽に合わせて練習

はい、次に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしながら、オープン・ベーシック・ムーブメントを踊って見ましょう。見本を踊ってみます。

はい、皆さんも一緒に、「^ツ2」にアクセントを付けて、カウントしながら、オープン・ベーシック・ムーブメントを踊って下さい。音楽に合わせて練習

次に、スタートの予備足を出すタイミングについて説明します、

ルンバのスタートでは、男性の場合、後ろの右足を（女性の場合、前の左足を）「^{スリ}3」で寄せて来て「^{フォー}4^{ワン}」で予備足を出すようにしてください。

まず、1小節「^{ワン}1・^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4」^{ワン}とカウントしてから、「^{スリ}3」で寄せて来て「^{フォー}4^{ワン}」で予備足を出すようにしてください。音楽に合わせて練習

チャチャチャも、まず、1小節「^{ワン}1・^ツ2・^{スリ}3・^{フォー}4」^{ワン}とカウントしてから、「^{スリ}3」で寄せて来て「^{チャチャ}4&1」^{ワン}で予備足を出すようにしてください。音楽に合わせて練習