

## 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、「 $\overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4} \overset{\text{ワン}}{1}$ 」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「 $\overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4} \overset{\text{ワン}}{1}$ 」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「 $\overset{\text{ワン}}{1}$ 」から始まります。

ですから、ルンバの曲は「 $\overset{\text{ワン}}{1} \cdot \overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4}$ 」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「 $\overset{\text{ワン}}{1} \cdot \overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4}$ 」とカウントしてください。音楽に合わせて練習

次に、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」で左足前進です。女性は「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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「 $\overset{\text{ワン}}{1} \cdot \overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{チャチャ}}{4} \&$ 」とカウントして見て下さい。音楽に合わせて練習

次に、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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、「 $\overset{\text{ツ}}{2}$ 」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）「 $\overset{\text{ス}}{3}$ 」で寄せて来て「 $\overset{\text{フ}}{4} \overset{\text{ワン}}{1}$ 」で予備足を出すようにしてください。

まず、1小節「 $\overset{\text{ワン}}{1} \cdot \overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4}$ 」とカウントしてから、「 $\overset{\text{ス}}{3}$ 」で寄せて来て「 $\overset{\text{フ}}{4} \overset{\text{ワン}}{1}$ 」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「 $\overset{\text{ワン}}{1} \cdot \overset{\text{ツ}}{2} \cdot \overset{\text{ス}}{3} \cdot \overset{\text{フ}}{4}$ 」とカウントしてから、「 $\overset{\text{ス}}{3}$ 」で寄せて来て「 $\overset{\text{フ}}{4} \& \overset{\text{ワン}}{1}$ 」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