

Южно-Уральский государственный  
гуманитарно-педагогический университет

Южно-Уральский научный центр  
Российской академии образования (РАО)

**БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ:  
ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ**

Хрестоматия

Челябинск

2023

УДК 792.5 (021)

ББК 85.326я73

Б21

Рецензенты:

д-р пед. наук, профессор Н. В. Бутенко;  
канд. пед. наук, доцент, Е. С. Борисенкова

Б21 Бальный танец: техника латиноамериканских танцев: хрестоматия / сост.: А. Г. Чурашов, Е. Б. Юнусова; Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – [Челябинск]: Южно-Уральский научный центр РАО, 2023. – 413 с.: ил.  
ISBN 978-5-907538-19-1

Хрестоматия содержит фрагменты книги трёхкратного чемпиона мира среди профессионалов Уолтера Уильяма Лайреда «Техника латиноамериканских танцев» в переводе и редакции Л. Д. Весновского, в которых рассматриваются теоретические и методические аспекты изучения и преподавания латиноамериканской программы. Также использованы нормативные документы по танцевальному спорту и ссылки на видео рекомендуемых комбинаций. Издание предназначено для самостоятельной работы при подготовке к лекционным и семинарским занятиям по дисциплинам «Современный спортивный бальный танец», «Бытовые танцы», «Бальный танец», «Теория и история хореографического искусства», «Танец и методика его преподавания» и др. Основной целью дисциплины является подготовка педагогов дополнительного образования специализации «Бальный танец» к преподавательской деятельности.

УДК 792.5 (021)

ББК 85.326я73

ISBN 978-5-907538-19-1

© Чурашов А. Г., Юнусова Е. Б.,  
составление, пояснительная  
записка, приложения, 2023  
© Оформление. Южно-  
Уральский научный центр РАО,  
2023

# Содержание

<i>Пояснительная записка</i> .....	5
.....	
<b>1 Технические аспекты исполнения</b> латиноамериканских танцев .....	11
.....	
<b>2 Теоретические аспекты изучения</b> и исполнения латиноамериканских танцев .....	13
.....	
<b>3 Бразильская самба</b> .....	37
.....	
<b>4 Кубинский ча-ча-ча</b> .....	107
.....	
<b>5 Кубинская румба</b> .....	185
.....	
<b>6 Испанский пасодобль</b> .....	243
.....	
<b>7 Американский джайв</b> .....	325
.....	
<i>Список литературы</i> .....	379
.....	

**Приложение А** «Глоссарий  
латиноамериканских танцев» .....380

**Приложение Б** «Фигуры и вариации  
базисной международной программы  
в бальных (стандартных) танцах» .....400

## Пояснительная записка

В настоящее время уровень развития современного бального танца позволяет использовать его в качестве действенного и эффективного инструмента развития физических, духовно-нравственных и эстетических качеств личности, успешной социализации и адаптации в современном социокультурном пространстве. Многогранное проявление данного вида хореографии, активная интеграция его структуру массового спорта и высших достижений позволяет с его помощью найти необходимые формы и траектории развития как детей, так и взрослых. Органичное сочетание искусства и эстетики, физической культуры и спорта несет в себе огромный потенциал формирования и развития творческой индивидуальности, в основе которой может в полной мере реализоваться психоэмоциональные составляющие такие как самовыражение, творчество, взаимопонимание и взаимодействие партнеров в танце и т. п. В связи с этим существует острая необходимость в поиске актуальных и эффективных форм и методов образования и танцевальной подготовки, основанных на принципах научности и системности, которые, в свою очередь, будут способствовать получению качественных знаний и исполнительских навыков.

Данная хрестоматия будет способствовать обогащению знаний у студентов хореографических специальностей теоретического цикла, а также практическим навыкам преподавания и исполнения латиноамериканских танцев, которые включены в программу спортивных танцев. В опианы основы теории и

методики преподавания и исполнения таких танцев как самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв, даны их характеристики и история развития, а также дополнительные материалы.

Танец — ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением. Танец, возможно — древнейшее из искусств: оно отражает восходящую к самым ранним временам потребность человека передавать другим людям свои радость или скорбь посредством своего тела. Почти все важные события в жизни первобытного человека отмечались танцами: рождение, смерть, война, избрание нового вождя, исцеление больного. Танцем выражались моления о дожде, о солнечном свете, о плодородии, о защите и прощении. Танцевальные па (фр. pas — «шаг») ведут происхождение от основных форм движений человека — ходьбы, бега, прыжков, подпрыгиваний, скачков, скольжений, поворотов и раскачиваний. Сочетания подобных движений постепенно превратились в па традиционных танцев. Главными характеристиками танца являются ритм — относительно быстрое или относительно медленное повторение и варьирование основных движений; рисунок — сочетание движений в композиции; динамика — варьирование размаха и напряжённости движений; техника — степень владения телом и мастерство в выполнении основных па и позиций. Во многих танцах большое значение имеет также жестикуляция, особенно движения рук. Танец имеет разные средства выразительности:

- гармонические движения и позы;
- пластика и мимика;

– динамика — «варьирование размаха и напряжённости движений»;

– темп и ритм движения;

– пространственный рисунок, композиция;

– костюм и реквизит.

Большое значение имеет техника — «степень владения телом и мастерство в выполнении основных па и позиций».

Темп — это простейшая форма танцевального движения, различные танцевальные сочетания образуют па. Танец измеряется теми же длительностями, что и музыка, и подчинён законам определённой музыкальной системы.

В танце движения определены заранее, в отличие от пляски, которая импровизируется (Энциклопедия Кольера. Наука. Искусство. Величие: [сайт]. URL: <http://niv.ru/doc/encyclopedia/collier/articles/2370/tanec.htm>).

Слово «бал» пришло в русский язык из французского и происходит от латинского глагола *ballare*, который означает «танцевать».

*Бальные танцы* – группа парных танцев, имеющая народные истоки и исполняемая на вечерах, балах, соревнованиях, которые проводятся в помещениях, застеленных, как правило, паркетом, в специальной танцевальной обуви. Из огромного разнообразия как элитных (историко-бытовых), так и народных танцев в группу бальных попали танцы, характеризующиеся двумя признаками: все бальные танцы являются парными; пару составляют мужчина и женщина, танцующие с соблюдением физического контакта.

**Танцевальный спорт (спортивные танцы)** — группа различных парных танцев, некоторые из которых имеют

народные истоки. Исполнялись на балах, которые проводились в помещениях, застеленных паркетом. Из огромного разнообразия как элитных (историко-бытовых), так и народных танцев в группу бальных попали танцы, характеризующиеся 2 признаками: все бальные танцы являются парными, пару составляют мужчина и женщина.

Спортивные бальные танцы это вид спорта, набор танцев, включающий европейскую (медленный вальс, квикстеп, венский вальс, танго, медленный фокстрот) и латиноамериканскую (самба, ча-ча-ча, джайв, румба, пасодобль) программы с набором определённых требований к исполнителям, в т. ч. по темпу (количеству тактов в минуту), одежде и т. п. Разработана и установлена классификация танцоров в зависимости от уровня их подготовки и возраста (Большая российская энциклопедия 2004–2017: [сайт]. URL: <https://old.bigenc.ru/sport/text/4160516>).

### **Характеристика латиноамериканских танцев**

Программу латиноамериканских танцев или «*Латина*» (*Latin*) составляют 5 основных танца, такие как *самба* (*samba*), *ча-ча-ча* (*cha-cha-cha*), *румба* (*rumba*), *пасодобль* (*paso doble*) и *джайв* (*jive*). Порядок исполнения танцев на конкурсе бывает разный. Чаще всего танцы следуют в таком порядке:

- 1) *самба*;
- 2) *ча-ча-ча*;
- 3) *румба*;
- 4) *пасодобль*;
- 5) *джайв*.

Уникальность спортивного бального танца заключается в том, что через интеграцию искусства и спорта он многогранно

воздействует на личность в любом возрасте формируя в ней одновременно движенческую и музыкальную культуру, художественно-эстетический вкус, образное мышление эмоциональную отзывчивость. Также стоит отметить, что танцевальный спорт является эффективным инструментом физического и духовно-нравственного развития, драйвером и мотиватором развития умственного и эмоционального интеллекта.

Данная тематическая хрестоматия предназначена для студентов, обучающихся по направлениям 51.03.02 «Руководитель хореографического любительского коллектива», 44.03.01 «Педагогическое образование: Дополнительное образование (в области хореографии)», 44.04.01 «Педагогическое образование» (Педагогика хореографии, Артпедагогика в социокультурной среде); для самостоятельной работы при подготовке к лекционным и семинарским занятиям по дисциплинам «Бальный танец», «Спортивный бальный танец», «Бытовые танцы», «Теория и история хореографического искусства» и др.

Обладая логичной структурой и системностью, источники могут привлечь внимание студентов к изучаемым проблемам, активизировать восприятие и помочь организовать их мышление, способствуя развитию познавательных интересов и аналитических навыков. Всё это обеспечивает более глубокое и прочное усвоение материала.

При отборе фрагментов составители руководствовались стремлением всесторонне отразить особенности и специфику изучения и методики преподавания латиноамериканских танцев. В работе для наглядности использовались фотоматериалы позиций латиноамериканских танцев в исполнении студентов факультета НХТ ЮУрГГПУ.

В качестве приложений в хрестоматию включены «Глоссарий латиноамериканских танцев», содержащий определения и характеристику наиболее известных танцев данной программы, их элементов, движений, особенности музыкальной и ритмической структуры. Также использовано Положение о базисной международной программе исполняемых фигур и вариаций Российского Танцевального Союза, который определяет базисной международной программой исполняемых фигур и вариаций программу Британского Танцевального Совета, что соответствует решению Всемирного Танцевального Совета от 2001 года.

Материалы хрестоматии могут быть использованы при подготовке к лекционным, семинарским, практическим и лабораторным занятиям по специальным дисциплинам.

Хрестоматия призвана способствовать развитию навыков анализа в области бального танца, процесса обучения и воспитания педагогов, тренеров и исполнителей бальных танцев. В результате изучения издания студенты должны освоить:

- необходимые знания: знать основные понятия, фигуры и принципы исполнения латиноамериканских танцев;
- необходимые навыки: осуществлять историко-педагогический анализ теории и практики бального танца; владеть способами ориентации в профессиональных источниках информации по теории и методике преподавания латиноамериканских танцев, актуализации приобретенных знаний по бальному танцу (латиноамериканская программа);
- необходимые умения: применять на практике полученные знания.

# 1 Технические аспекты исполнения латиноамериканских танцев

## Список сокращений

Нзд	назад	Осн	основной
Впр	вперед	Движ	движение
С	стена	ЛС	Левая Стопа
Ц	центр	ПС	Правая Стопа
ЛТ	Линия Танца	К	каблук
ДЦ	Диагонально в Центр	Н	носок
ДС	Диагонально к Стене	Вн/Р	внутреннее ребро
Диаг	Диагонально	Вш/Р	внешнее ребро
КПП	Контр Променадная Позиция	Л	левый
Поз	Позиция	П	правый
ПП	Променадная Позиция	ВЛ	влево
Пром	Променад	ВП	вправо
Откр	открытый	М	медленно
Закр	закрытый	Б	быстро
Нат	натуральный (правовращатель- ный)	ш.	шаг
Обр	обратный (левоवращательный)	пер.	примечание переводчи- ка

## **ОБЩИЕ ЗАМЕЧАНИЯ**

Буквы (A), (M) и (F) после названия фигуры обозначают к какой группе она относится:

Associate, Member или Fellow.

### **Использование таблиц**

При описании фигуры во время экзамена не пытайтесь сразу сообщить максимальное количество информации. Наилучший результат будет, если давать информацию отдельно по каждой колонке таблицы в сочетании с номером шага или счетом. Такой подход, естественно, можно использовать и при обучении.

## **2 Теоретические аспекты изучения и исполнения латиноамериканских танцев**

### **Положение корпуса (Poise) стойка на опорной ноге**

Для Румбы и Ча-ча-ча:

1. Встаньте в обычной свободной позиции, стопы вместе.
2. Выпрямите спину, подтяните грудную клетку, но не поднимайте плечи.
3. Сделайте шаг в сторону на любую стопу и выпрямите опорную ногу. Переместите вес полностью на эту ногу, позволяя тазу двигаться в сторону и назад так, чтобы вес ощущался на каблуке опорной стопы. Колено опорной ноги продавите назад (положение *locked back*). Степень смещения таза назад должна быть таковой, чтобы положение верхней части корпуса оставалось неизменным.

Для самбы и джайва:

1. Встаньте в обычной свободной позиции, стопы вместе.
2. Выпрямите спину, подтяните грудную клетку, но не поднимайте плечи.
3. Сделайте шаг в сторону на любую стопу и выпрямите опорную ногу. Переместите вес полностью на эту стопу, удерживая вес смещенным к подушечке стопы, каблук при этом находится в легком контакте с полом. Колено опорной стопы не должно быть в положении *locked back*.

Исключением такого положения корпуса являются фигуры Откр Роки, Роки назад и Коса в Самбе и Цыплячий Ход в Джайве.

В Пасодобле нет движения бедер или таза, поэтому положение корпуса отличается:

1. Таз подается немного вперед.
2. Вес распределен немного вперед.
3. Когда колени выпрямляются, они не должны быть в положении locked back.

Исключением является Испанская Линия.

### **Построение (Alignment)**

Построения, дающиеся после таблиц, обозначают ориентацию корпуса, лицом или спиной, относительно зала. В случае, когда используется ведущее плечо, построение не меняется.

Построение имеет значение только в прогрессивных танцах, таких как Самба и Пасодобль. Танцы Румба, Ча-ча-ча и Джайв не являются прогрессивными.

### **Степень поворота (Amounts of turn)**

В Латинских танцах стопы никогда не бывают параллельны, за исключением того, когда они приставляются. Такой разворот стопы наружу присущ как стопе, на которой находится полный или частичный вес, так и стопе без веса или обеим стопам. Такие позиции стоп связаны с “естественным разворотом”<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Вследствие механики Ход назад в Румбе и Ча-ча-ча стопа, на которой находится вес при завершении шага, будет развернута примерно на 1/16. Такой разворот стопы называется “естественным разворотом” (inherent turn), потому что без него невозможно выполнить шаг в балансе.

Из-за такого разворота стопы степени поворота, делаемые стопой и корпусом, как правило, не одинаковы. Типичный пример: ш.2 Виска в Самбе, Прерванный Ход вперед и все шаги назад в Румбе и Ча-ча-ча.

Если опорная стопа не обращена в ту же сторону, что и корпус, при завершении шага, то Степень поворота стандартизована по повороту корпуса, а не стоп.

### **Латинское закрепивание The Latin Cross**

Когда в латинских танцах одна нога закрепивается позади или перед другой, то достигаемая позиция во всех случаях одинаковая. Это положение ног называется Латинское закрепивание. Далее рассмотрим на примере: ПС закрепивается позади ЛС.

Когда ПС закрепивается позади ЛС, оба колена согнуты, бедра на одном уровне. Носок ПС развернут, а П колено вложено в Л колено. Расстояние между носком ПС и каблуком ЛС примерно 15 см и может варьироваться в зависимости от длины ноги от колена до стопы и от того, насколько согнуты колени.

Позиция стоп, соответствующая Латинскому закрепиванию, будет “ПС закрепивается позади ЛС”.

Распределение веса будет зависеть от исполняемой фигуры.

Аналогичное положение ног будет возникать при закрепивании ЛС позади ПС или после свивла на одной стопе.

### **Положение рук**

При движении из одной основной позиции в другую наилучший результат будет получен за счет использования мужчиной или Физического, или Формирующего ведения. По-

ложение рук, находящихся в контакте, будет определяться характером используемого ведения.

Если исполняемое движение использует корпусной ритм, то свободная рука (или руки) становится продолжением корпуса, благодаря дополнительному действию, которое проходит через запястье и пальцы, чтобы выйти в правильную позицию на соответствующий музыкальный удар. Так как рука (или руки) является продолжением корпуса, ее действие будет завершено после соответствующего действия корпуса.

Наиболее типичные положения свободной руки:

1. В сторону, выпрямлена.
2. В сторону, согнута.
3. Вперед, согнута.
4. Закрещена перед корпусом, согнута.
5. В сторону, немного согнута.

Когда исполнение фигуры “линейно”, например, Самба Локи или Испанская Линия, позиция руки (или рук) достигается одновременно с позицией стоп.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

Из-за того факта, что Прерванный Ход вперед и Ход назад не являются взаимнообратными, рука мужчины, которая находится в контакте, может двигаться в положение “вперед, выпрямлена”, когда он делает Прерванный Ход вперед из Откр Поз.

#### **Ведение**

В Латинских танцах используется два типа ведения:

1. Физическое ведение

Для осуществления этого ведения мужчина использует усилия руки (или рук), находящихся в контакте. Дама встреча-

ет его усилием своей контактирующей руки так, чтобы дать возможность вести себя в требуемую позицию.

В движениях, в которых требуется физическое ведение, рука дамы, как правило, слегка согнута и напряжена.

## 2. Формирующее ведение

Это ведение создается мужчиной за счет положения рук, замков кистей рук и положением корпуса.

Принцип, используемый здесь, заключается в том, что положение корпуса и/или руки (рук) таково, чтобы даме было понятно исполняемое движение.

В движениях, в которых требуется формирующее ведение, рука дамы, как правило, слегка согнута и минимально напряжена.

## **Замки кистей (Hand Holds)**

Как правило, кисти находятся в положении “ладонь в ладони”, при этом или большой палец кисти мужчины, или остальные пальцы <sup>2</sup> находятся на тыльной стороне кисти дамы, в зависимости от положения рук.

Когда партнеры удалены друг от друга, например, Откр Поз или Веерная Поз, кисть дамы обращена вниз, а мужская вверх и находится под кистью дамы. Большой палец кисти мужчины располагается на тыльной стороне кисти дамы примерно на линии, проходящей между основаниями среднего и безымянного пальцев.

---

<sup>2</sup> Здесь и далее под пальцами подразумеваются все пальцы, кроме большого. пер.

Когда мужчина поднимает руку, указывая поворот ВЛ, кисти находятся в положении “ладонь к ладони”, большой палец мужчины в положении, описанном выше. Исключение: Смена Мест Л на П, Теневые Ботафого и Три Алеманы.

Когда Л рука мужчины поднимается, указывая поворот дамы ВП, кисти находятся в положении “ладонь к ладони”, при этом пальцы мужчины слегка обхватывают тыльную сторону кисти дамы, позволяя ей (кисти) прокручиваться внутри его кисти при вращении корпуса дамы.

В Закр Поз Л кисти мужчины и П кисть дамы находятся в положении “ладонь к ладони”, а пальцы мужчины лежат на тыльной стороне кисти дамы. Запястье Л руки мужчины должно быть выпрямлено, а П запястье дамы слегка согнуто.

При переходе от одного замка к другому нельзя допускать потери контакта. В то же время, дама не должна сжимать свои пальцы, хватаясь за кисть мужчины.

### **Работа стопы (Footwork)**

Когда говорят о работе стопы, то речь идет о той части стопы, которая находится в контакте с полом.

Все шаги вперед начинаются с носка, затем на подушечку стопы с давлением на пол. Каблук опускается только к моменту, когда шаг полностью завершен. Такая работа стопы в таблицах описана как “подушечка, плоско”.

Шаги назад начинаются с подушечки движущейся стопы, затем выносятся носок. Окончательно, каблук опускается по мере переноса веса с завершением шага. В конце шага каблук стопы, оказавшейся без веса, может оторваться от пола, но это должно быть естественно и не должно отразиться на каком-

либо заметном сгибании этой ноги. Такая работа стопы в таблицах описана как “подушечка, плоско”.

## **ОСНОВНЫЕ ПОЗИЦИИ**

Основные позиции - это позиции, из которых начинаются и которыми заканчиваются фигуры, входящие в список основных.

Существует 23 Основных Позиции.

Если в названии позиции упоминается замок кистей, то первой указывается кисть мужчины, например, “замок Л к П” означает, что “Л кисть мужчины держит П кисть дамы”.

Буквы (A), (M) или (F) после названия позиции определяют, что эта позиция впервые встречается в фигуре, относящейся к списку Associate, Member или Fellow, соответственно.

### **Закрытая Позиция (A) Close Hold**

В Закр Поз в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча (рис.1) партнеры находятся на расстоянии, примерно, 15 см друг от друга, при этом дама немного смещена ВП относительно мужчины. Вес находится на любой из стоп, но на разноименных. П кисть мужчины “лодочкой” располагается на Л лопатке дамы. П рука плавно изогнута, локоть на уровне грудной клетки. Л рука дамы лежит на П руке мужчины, повторяя плавный изгиб, а ее Л кисть на П плече мужчины.

Л рука мужчины плавно изогнута, примерно также, как и П рука, только изгиб Л руки направлен вверх. Л кисть, с прямым запястьем, находится, примерно, на уровне его носа. Мужчина Л кистью легко держит П кисть дамы. Замок Л кисти мужчины и П кисти дамы должен находиться на линии, лежащей между партнерами.

В Пасодобле Закр Поз (рис.1б) аналогичная, за исключением того, что тела находятся в контакте от бедер до груди, при этом замок Л к П, примерно на 15 см выше, а в соответствии с этим поднимается и уровень обоих локтей.

Закр Поз в Джайве похожа на Закр Поз в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча, за исключением того, что кисти держатся немного ниже.

Необходимо запомнить, что Закр Поз в Латинских танцах не является статичной. Например, при исполнении Осн Движ в Румбе руки слегка “дышат” благодаря тому, что Прерванный Ход вперед и Ход назад не являются взаимобратными по степени перемещения веса. Кроме того, в некоторых фигурах позиция корпуса может быть более плотная, а замок, соответственно, немного выше, чем обычно. Например, Нат Волчок в Румбе или Нат Ролл в Самбе.

### **Закрытая Позиция (А) Close Hold**



а)



б)

Рисунок 1 — Закрытая Позиция (А) Close Hold (а — для остальных танцев, б — для танца «Пасодобль»)



Рисунок 2. Студенты факультета народного художественного творчества (НХТ) Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета (ЮУрГГПУ)

### **Открытая Позиция (А) Open Position**

На рис.3, 4 и 5 показана Открытая Позиция с тремя вариантами замков кистей.

Мужчина и дама находятся на расстоянии друг от друга, примерно на расстоянии вытянутой руки. Вес может быть на любой стопе, у дамы вес на противоположно именной стопе.

Позиция стоп определяется фигурой, в которой используется Откр Поз, например, Хоккейная Ключка, Спот поворот и т.д.

Используемый замок кистей определяется последующей фигурой и может быть одним из следующих:

Л к П, П к Л, П к П, Л к П и П к Л (двойной замок) или без замка.

В случае, когда присутствует замок кистей рук, контактирующая рука направлена вперед немного согнутой на уровне чуть ниже груди. Свободная рука удерживается в сторону немного согнутой<sup>3</sup>, образуя плавную дугу от плеча.

Когда зама нет и обе руки свободны, то они направлены вперед согнутые, а локти прижаты к корпусу.



Рисунок 3

---

<sup>3</sup> В Джайве согнутая.



Рисунок 4



Рисунок 5



### **Верная Позиция (А) Fan Position**

Эта позиция (рис.6) используется в Румбе и Ча-ча-ча.

Дама находится почти на расстоянии вытянутой руки с Л стороны от мужчины, корпус под прямым углом. Вес у дамы полностью на ЛС в позиции “назад” после исполнения Ход назад. ПС мужчины в сторону немного вперед с полным весом. Линия, проходящая через стопы дамы, проходит, примерно, в 15 см перед партнером.

В Верной Поз Л кисть мужчины, обращенная ладонью вниз, держит П кисть дамы, обращенную ладонью вверх. Большой палец Л кисти мужчины расположен на тыльной стороне кисти дамы.

П рука дамы направлена вперед слегка согнутая чуть ниже плеча. Л рука дамы и П рука мужчины находятся в положении в сторону слегка согнуты, образуя плавную линию от плеча. Головы партнеров в естественной “вперед смотрящей” позиции.



Рисунок 6

### **Фоллавей Позиция (А) Fallaway Position**

Эта позиция (рис.7) используется в Джайве и Пасодобле (\*).

Фаллавей Поз аналогична Пром Поз, за исключением того, что мужчина делает шаг назад с ЛС (дама с ПС). Разворот

между корпусом мужчины и дамы обычно  $1/4$ . ( $1/8$  ВЛ для мужчины,  $1/8$  ВП для дамы).



Рисунок 7

Эта позиция используется в основном в танцах Джайв и Пасодобль

### **Открытая Фоллавей Позиция (А) Open Fallaway Position**

Эта позиция (рис.8) используется в Румбе и Ча-ча-ча.

Начиная из Откр Поз с замком Л к П, выходим в Откр Фоллавей Поз с замком Л к П, поворачиваясь на  $1/4$  ВП (дама на  $1/4$  ВЛ) и исполняя Ход назад с ПС (дама с ЛС). Л рука мужчины и П рука дамы направлены диаг вперед слегка согнутые на уровне чуть ниже груди. П рука мужчины и Л рука дамы отведены в сторону на уровне плеча. В момент, когда происходит движение бедер, свободные руки мужчины и дамы будут выше, чем другие.

Откр Фоллавей Поз с замком П к Л аналогична Откр Фоллавей Поз с замком Л к П. Мужчина поворачивается на 1/4 ВЛ (дама ВП) из Откр Поз с замком П к Л, делая Ход назад с ЛС (дама с ПС). Позиции рук противоположны Откр Фоллавей Поз с замком Л к П.



Рисунок 8. — Эта позиция используется в Румбе и Ча-ча-ча.

### **Променадная Позиция (А) Promenade Position**

Эта позиция встречается в Самбе, Джайве и Пасодобле.

В Пром Поз выходим из Закр Поз, разворачиваясь на 1/8 ВЛ, а дама ВП, опуская Л руку (дама П руку) чуть ниже плеча.

Однако можно сделать до 1/4 ВП (у дамы ВЛ). Максимальный разворот до 1/4 у мужчины и дамы исполняется в случае тех фигур, где используется движение таза, например, Пром Самба Ход. При этом плечи поворачиваются немного меньше.

В зависимости от фигуры П бедро мужчины и Л бедро женщины будут или в контакте, или на расстоянии 15 см друг от друга.

Если бедра в контакте или относительно близки, например, Пром Самба Ход, то положение П кисти мужчины и Л кисти дамы меняется. П кисть мужчины проскальзывает чуть ниже П лопатки дамы, а Л рука дамы проходит поперек спины мужчины на уровне лопаток.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

В текстах, предшествующих таблицам по Пасодоблю и Джайву есть дополнительные сведения о применении ПП и КПП в этих двух танцах.



Рисунок 9 — Эта позиция встречается в Самбе, Джайве и Пасодoble.

## **Контр Променадная Позиция (А) Counter Promenade Position**

Эта позиция (рис.10) встречается в Самбе и Пасодобле.

Корпус мужчины и дамы на расстоянии, примерно, 25 см друг от друга. Л рука мужчины (П рука дамы) поднимается до уровня головы слегка согнутая. Мужчина повернут на 1/8 ВП (дама ВЛ) из Закр Поз. П рука мужчины направлена вперед слегка согнута на уровне чуть ниже плеча, при этом П кисть смещается с Л лопатки дамы на верхнюю часть Л руки дамы. Л рука дамы легко лежит вдоль П руки мужчины, повторяя ее изгиб.



Рисунок 10 — Эта позиция встречается в Самбе и Пасодобле.

## Открытая Променадная Позиция (А) Open Promenade Position

Эта позиция (рис.11) используется в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча, похожа на Откр Поз с замком П к Л с весом на ЛС (дама на ПС), но со следующими отличиями:

1. П рука мужчины (Л рука дамы) направлена диагонально вперед слегка согнутая.

2. Мужчина повернут до 1/4 ВЛ (дама ВП).

3. Когда угол между партнерами 1/4, позиция стоп будет “в сторону в Откр Пром Поз”. Когда угол 1/2 - “вперед в Откр Пром Поз”.

В Откр Пром Поз с замком Л к П мужчина держит даму как в Закр Поз. Разворот из Откр Поз в Откр Пром Поз с замком Л к П 1/8 ВЛ у мужчины (у дамы 1/8 ВП).



Рисунок 11 — Эта позиция используется в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча

## Открытая Контр Променадная Позиция (А) Open Counter Promenade Position

Эта позиция (рис.12) используется в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча, похожа на Откр Поз с замком Л к П с весом на ПС (дама на ЛС), но со следующими отличиями:

1. Л рука мужчины (П рука дамы) направлена диаг вперед слегка согнутая.
2. Мужчина повернут до  $1/4$  ВП (дама ВЛ).
3. Когда угол между партнерами  $1/4$ , позиция стоп будет “в сторону в Откр Контр Пром Поз”. Когда угол  $1/2$  - “вперед в Откр Контр Пром Поз”.



## **Испанская Линия (M) Spanish Line**

Эта позиция (рис.13) используется только в Пасодобле. Детальное описание позиций стоп, работы стопы и распределения веса дается в соответствующей таблице.



Рисунок 13 — Эта позиция используется только в Пасодобле.

## **Теневая Позиция (M) Shadow Position**

Эта позиция используется в Румбе, Самбе и Ча-ча-ча.

Дама расположена с П стороны партнера, немного впереди и лицом в ту же сторону. Ее вес может быть на различной с мужчиной стопе, в зависимости от исполняемой фигуры. Замок кистей и положение рук также определяется исполняемой фигурой:

1. ТЕНЕВАЯ ПОЗ С ЗАМКОМ Л к П и П к Л (M) (рис.14)  
П кисть мужчины держит Л кисть дамы, а ее Л рука закреплена

перед ее корпусом. Л кисть мужчины держит П кисть дамы, а ее П рука закрещена перед корпусом на уровне груди. Вес у мужчины и дамы на разноименных стопах.

В качестве варианта, П кисть мужчины располагается на П лопатке дамы. Его П рука будет “в сторону слегка согнута”. Л рука дамы остается “вперед слегка согнута и закрещена перед корпусом”, но теперь поверх П руки.



Рисунок 14 — Обе эти позиции используются в Ходе вперед в Румбе.

## **2. ТЕНЕВАЯ ПОЗИЦИЯ С ЗАМКОМ Л к Л, П к П**

Это, так называемая, Позиция с Одноименным замком (М) (рис.15).

Л рука дамы в положении “в сторону слегка согнута” чуть ниже плеча. Мужчина держит даму Л рукой за Л запястье, а его Л рука образует плавную дугу, как и Л рука дамы.

П кисть мужчины расположена чуть ниже П лопатки дамы, а П рука мужчины слегка согнута. П рука дамы в сторону слегка согнута образует плавную дугу от плеча.



Рисунок 15 — Эта позиция, когда мужчина и дама на одноименных стопах, используется в Самбе и Ча-ча-ча, а на разноименных стопах в Румбе.

### **Контра Променадная Позиция (F) Contra Promenade Position**

Эта позиция (рис.16) используется в Самбе. Она аналогична Закр Поз, за исключением того, что и мужчина, и дама находятся на ЛС. Оба развернуты на 1/8 ВЛ от Закр Поз.

### **Контра Контр Променадная Позиция (F) Contra Counter Promenade Position**

Эта позиция (рис.17) используется в Самбе. Она аналогична Закр Поз, за исключением того, что и мужчина, и дама находятся на ПС. Оба развернуты на 1/8 ВП от Закр Поз.



Рисунок 17

### **Открытая Контра Променадная Позиция (F) Open Contra Promenade Position**

Эта позиция (рис.18) используется в Самбе. Она аналогична Откр Поз с замком П к П, за исключением того, что и мужчина, и дама находятся на ЛС. Оба развернуты на 1/8 ВЛ. Положение рук такое же, как и для Откр Поз. Кроме того, может быть замок кистей Л к П и П к Л (Двойной замок).

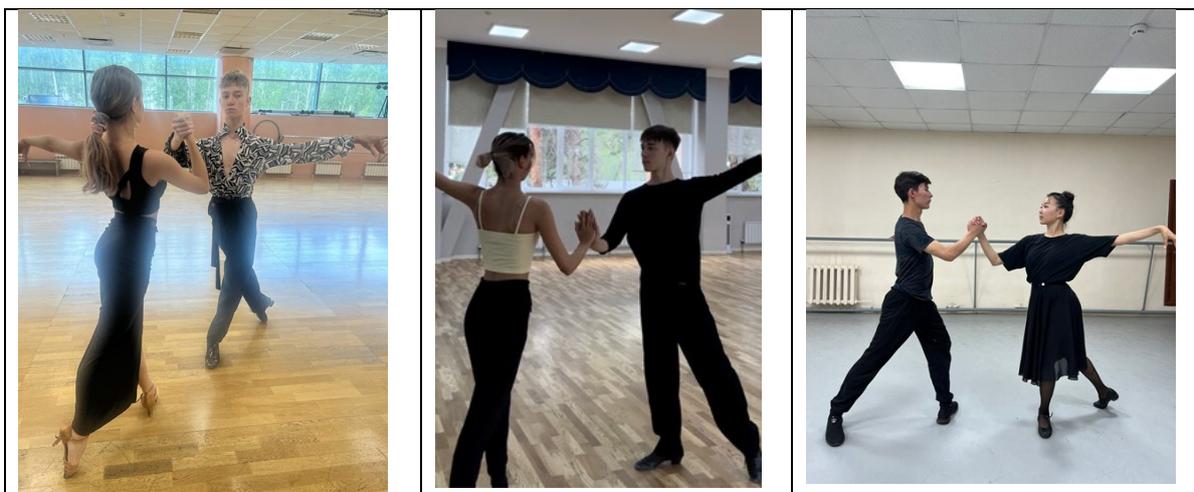


Рисунок 18

## **Открытая Контра Контр Променадная Позиция (F) Open Contra Counter Promenade Position**

Эта позиция (рис.19) используется в Самбе. Она аналогична Откр Поз, за исключением того, что и мужчина, и дама находятся на ПС. Оба развернуты на 1/8 ВП. Положение рук такое же, как и для Откр Поз. Замок кистей может быть Л к Л или Л к П и П к Л (Двойной замок).



Рисунок 19

## **Усложненное Раскрытие (F) Advanced Opening out Movement**

На рис.20 показана позиция, которая должна быть в конце первого шага Усложненного Раскрытия, исполняемого после Алеманы из Откр Поз с замком П к П.

Хотя эта позиция не относится к Основным Позициям, рис.20 помещен для того, чтобы показать правильное положение

ние стоп и корпуса в этом движении, которое очень часто исполняется неправильно.

Аналогичная позиция стоп и положение корпуса может быть при исполнении Усложненного Раскрытия в Закр Поз после Нат Волчка или Алеманы с замком Л к П.



Рисунок 20

### 3 Бразильская самба



Рикардо Кокки - Юлия Загоруйченко (профессиональные исполнители, 10-кратные Чемпионы мира по латиноамериканским танцам)

#### **Музыкальный размер**

Музыкальный размер Самбы 2/4 с преобладающим ударным акцентом на втором ударе каждого такта.

**Темп** 52-54 такта в минуту.

#### **Ритм и длительности**

Во многих фигурах Самбы есть шаги, исполняемые с разной длительностью. Ниже приведены возможные комбинации ритма и длительностей:

кол-во шагов	ритм	длительность
3	1 а 2	3/4, 1/4, 1
7	1 а 2 а 3 а 4	3/4, 1/4, 3/4, 1/4, 3/4, 1/4, 1
3	М Б Б	1, 1/2, 1/2
3	Б Б М	1/2, 1/2, 1
7	М Б Б Б Б Б Б	1, 1/2, 1/2, 1/2, 1/2, 1/2, 1/2
2	М М	1, 1
5	М М Б Б М	1, 1, 1/2, 1/2, 1
3	1 2 3	3/4, 1/2, 3/4

### **Самба Баунс (Bounce Action - пружинящее действие)**

Самба Баунс, т.е. вертикальный подъем и снижение, присутствует во всех фигурах, исполняемых в ритме “1 а 2” и осуществляется за счет сгибания и выпрямления колена и лодыжки опорной ноги. Каждый подъем и снижение занимают по 1/2 музыкального удара. Для отсчета 1/2 удара используется счет “&” (и). Если начинать из положения с согнутыми коленями, то ритм Баунса будет: & 1 & 2 & 1 & 2 ... и так далее.

Если соединить ритм Баунса с ритмом соответствующего движения стопы, то в результате получим: & 1 & а 2 & 1 & а 2 ... и так далее.

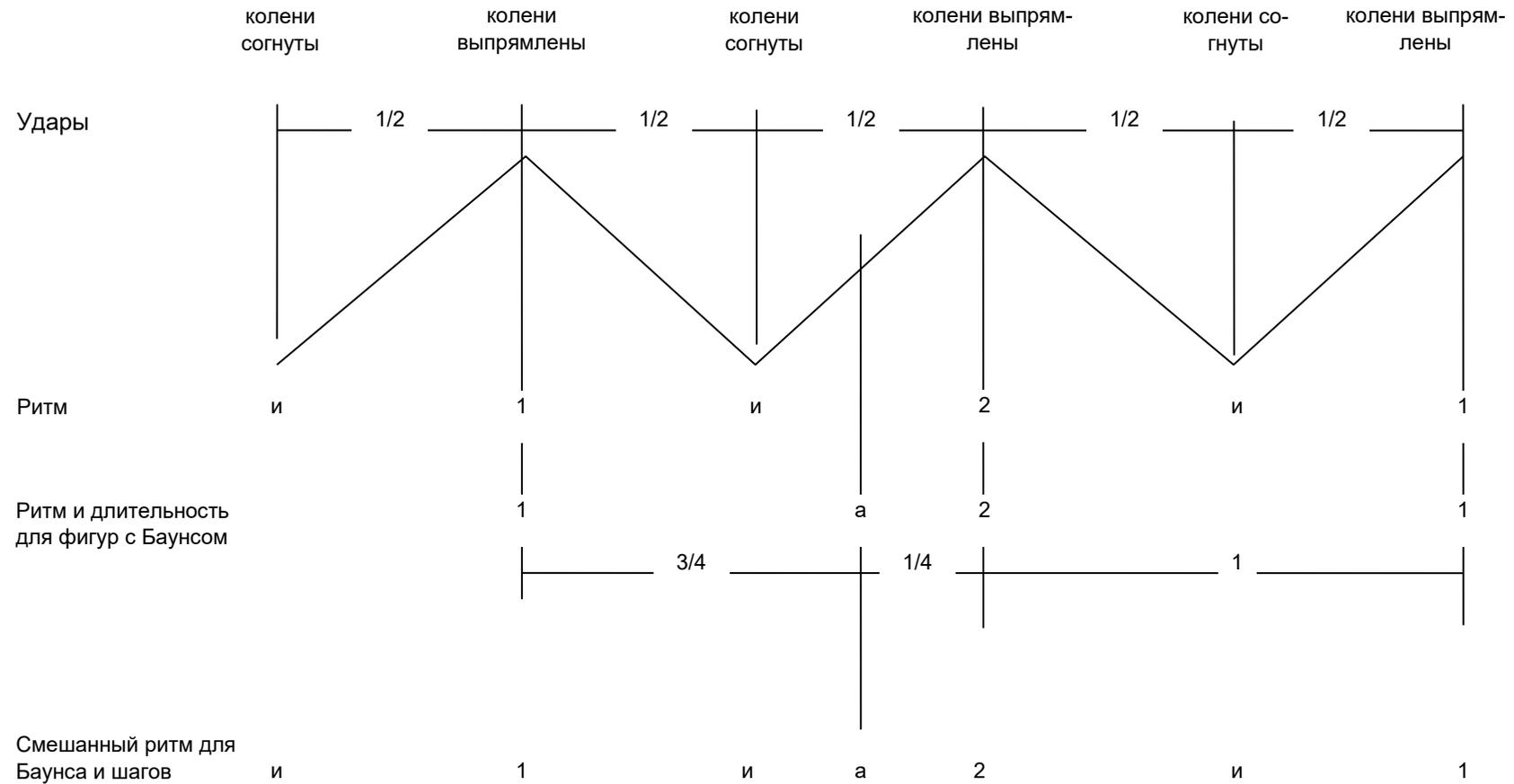
Выпрямление колена, делаемое на счет “и”, идущего после счета “1”, продолжается и во время шага, исполняемого на 1/4 удара музыки.

Амплитуда Баунса неодинакова в различных фигурах и указывается после таблицы.

Баунс не используется в фигурах с другим ритмом. Исключением является Крузадос действие.

## Самба Баунс (диаграммное представление)

Начинаем с согнутыми коленями на счет “и” после счета “2”.



## НАТУРАЛЬНОЕ ОСНОВНОЕ ДВИЖЕНИЕ (А)

### Natural Basic Movement

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	без
2	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса	поворота
3	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	или
4	1	3/4	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	до 1/4 ВП
5	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса	
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
дама						
1	1	3/4	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	без
2	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса	поворота
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	или
4	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	до 1/4 ВП
5	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса	
6	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	

БАУНС используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, заканчивающаяся в Закр Поз со свободной ПС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ любая фигура, начинающаяся в Закр Поз с ПС.

ПОСТРОЕНИЕ определяется предшествующей фигурой.

ЗАМЕЧАНИЕ

Иногда необходимо исполнить только ш.1-3 Нат Осн Движ, чтобы затем исполнить фигуру с ЛС. Например, когда переходим с Нат Осн Движ к Обр Осн Движ.

## ОБРАТНОЕ ОСНОВНОЕ ДВИЖЕНИЕ (А) Reverse Basic Movement

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	без поворота или до 1/4 ВП			
1	1	3/4							
2	а	1/4					ПС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса
3	2	1					ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте
4	1	3/4					ПС назад	подуш. плоско	шаг назад
5	а	1/4					ЛС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса
6	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте				
дама			ПС назад	подуш. плоско	шаг назад	без поворота или до 1/4 ВП			
1	1	3/4							
2	а	1/4					ЛС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса
3	2	1					ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте
4	1	3/4					ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед
5	а	1/4					ПС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте				

БАУНС используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, заканчивающаяся в Закр Поз со свободной ЛС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ любая фигура, начинающаяся в Закр Поз с ЛС.

ПОСТРОЕНИЕ определяется предшествующей фигурой.

ЗАМЕЧАНИЕ

Иногда необходимо исполнить только ш.1-3 Обр Осн Движ, чтобы затем исполнить фигуру с ПС. Например, когда переходим с Обр Осн Движ к Нат Осн Движ.

## ПРОГРЕССИВНОЕ ОСНОВНОЕ ДВИЖЕНИЕ (А)

### Progressive Basic Movement

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса	нет
3	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	1	3/4	ЛС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет
5	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса	нет
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
дама						
1	1	3/4	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	нет
2	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	подушечка	частичный перенос веса	нет
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	1	3/4	ПС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет
5	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	подушечка	частичный перенос веса	нет
6	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет

БАУНС используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, заканчивающаяся  
в Закр Поз со свободной ПС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ любая фигура, начинающаяся в Закр  
Поз с ПС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом  
ДС.

дама: начинает и заканчивает спиной ДС.

## САМБА ВИСКИ ВП И ВЛ (А) Samba Whisks to L and R

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ЛС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет
2	а	1/4	ПС закрепляется позади ЛС (кросс)	носок	частичный пе- ренос веса Ла- тинское закре- щивание	нет*
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	1	3/4	ПС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет
5	а	1/4	ЛС закрепляется позади ПС	носок	частичный пе- ренос веса Ла- тинское закре- щивание	нет
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
дама						
1	1	3/4	ЛС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет
2	а	1/4	ПС закрепляется позади ЛС	носок	частичный пе- ренос веса Ла- тинское закре- щивание	нет
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	1	3/4	ПС в сторону	подуш. плоско	боковой шаг	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	а	1/4	ЛС закрепляется к ПС	носок	частичный перенос веса Латинское закрепление	нет
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	нет

БАУНС используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ а) для Самба Виска ВЛ: Самба Виск ВП, Обр Осн Движ, Пром Самба Ход с ПС (с поворотом лицом к стене с шагом ЛС в сторону), Обр Поворот, Корта Джака, Боковой Самба Ход с поворотом на 1/4 ВП, Вольта в продвижении ВЛ, законченная лицом к стене.

б) для Самба Виска ВП: Самба Виск ВЛ, Нат Осн Движ, Нат Ролл.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ а) для Самба Виска ВЛ: Самба Виск ВП, Нат Осн Движ, Нат Ролл, Корта Джака, Пром Бег.

б) для Самба Виска ВП: Самба Виск ВЛ, Обр Осн Движ, Пром Ботафоги. Если развернуться в ПП, то: Пром Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом к С.

дама: начинает и заканчивает спиной к С.

---

\* кросс вз?? не ступнями, а коленом, колено за колено.

## ПРОМЕНАДНЫЙ САМБА ХОД (А) Promenade Samba Walks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС впр в ПП, П колено подведено к Л колену	подуш. плоско	шаг вперед, таз подается (наклоняется) вперед	нет
1	1	3/4				
2	а	1/4				
3	2	1	ЛС проскальзывает назад в ПП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет
Далее повторяем с ПН по описанию, поменяв ПС и ЛС, соответственно						
дама			ПС впр в ПП, Л колено подведено к П колену	подуш. плоско	шаг вперед, таз подается вперед	нет
1	1	3/4				
2	а	1/4				
3	2	1	ПС проскальзывает назад в ПП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет

БАУНС небольшой баунс используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-3: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Самба Виск ВП, законченный в ПП, Пром Ботафоги, Боковой Самба Ход.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ а) после Самба Хода с ПС: Самба Виск ВЛ.

б) после Самба Хода с ЛС: Боковой Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают и заканчивают по ЛТ в ПП.

---

\* пятку не поднимать

## БОКОВОЙ САМБА ХОД (А) Side Samba Walks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ПС впр в ПП, Л колено подведено к П колену (закрывается)	подуш. плоско	шаг вперед, таз подается вперед	нет
2	а	1/4	ЛС в сторону в ПП, носок развернут	Вн/край носка	боковой шаг част.весом, таз подается диаг.назад	*
3	2	1	ПС проскальзывает ВЛ в ПП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет
Далее повторяем с ПН по описанию, поменяв ПС и ЛС, соответственно						
дама						
1	1	3/4	ЛС впр в ПП, П колено подведено к Л колену	подуш. плоско	шаг вперед, таз подается вперед	нет
2	а	1/4	ПС назад в ПП, носок развернут	Вн/р носка	боковой шаг с част.весом, таз подается диаг.назад	*
3	2	1	ЛС проскальзывает ВП в ПП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет

БАУНС небольшой баунс используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-3: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Пром Самба Ход, Пром Ботафоги.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ а) без поворота: Пром Самба Ход с ЛС, при этом ш.1 будет вперед и накрест ПС.

б) 1/8 поворота: Вольта в продвижении ВП, Продолженный Вольта Спот Поворот ВП, Теневые Ботафоги.

в) 1/4 поворота: Виск ВЛ, Пром Ботафоги, Стационарный Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают и заканчивают по ЛТ в ПП.

---

\* 1/8 ВП (у дамы ВЛ) на ш.2,3, если П кисть освобождается, чтобы закончить в Откр ПП с замком кистей Л с П. Тогда ш.2 выполняется в сторону и немного вперед.

1/4 ВП (у дамы ВЛ) на ш.2,3, чтобы закончить в Закр Поз. Тогда ш.2 выполняется в сторону и немного вперед, а стопа на ш.3 проскальзывает назад.

## СТАЦИОНАРНЫЙ САМБА ХОД (А) Stationary Samba Walks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	подъем ЛС представляется к носку ПС	подуш. плоско	ступни приставляются с переменной веса, таз подается вперед	нет
2	а	1/4	ПС назад, носок развернут	Вн/р носка	задний шаг с частью веса, таз подается назад	нет
3	2	1	ЛС проскальзывает назад	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет
Далее повторяем с ПН по описанию, поменяв ПС и ЛС, соответственно						
дама						
1	1	3/4	подъем ПС представляется к носку ЛС	подуш. плоско	шаг вперед, таз подается вперед	нет
2	а	1/4	ЛС назад, носок развернут	Вн/р носка	приставка с переносом веса, таз подается назад	нет
3	2	1	ПС проскальзывает назад в ПП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см, таз в нормальном положении	нет

БАУНС небольшой баунс используется на всей фигуре  
ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-3: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Боковой Самба Ход с поворотом на 1/4 ВП, чтобы закончить в Закр Поз.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ а) после Стационарного Самба Хода с ПС: Самба Виск ВЛ,Пром Ботафоги,Вольта Спот Поворот дамы ВЛ.

б) после Стационарного Самба хода с ЛС: Самба Виск ВП, Корта Джака, Нат Ролл, Вольта Спот Поворот

дамы ВЛ.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом к стене.

дама: начинают и заканчивают спиной к стене.

## ЗАКРЫТЫЕ РОКИ с ПС и ЛС (A) Close Roks on RF and LF

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	М	1	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	Б	1/2	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
3	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок	Латинское за- крепление	нет
4	М	1	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	Б	1/2	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
6	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок	Латинское за- крепление	нет
дама						
1	М	1	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	нет
2	Б	1/2	ПС позади ЛС, но- сок развернут	носок *	Ронд от колена	немного ВП
3	Б	1/2	ЛС закрепляется перед ПС	плоско	стопа проскаль- зывает в Ла- тинское закреп- ление	нет
4	М	1	ПС назад	подуш. плоско	боковой шаг	нет
5	Б	1/2	ЛС позади ПС, но- сок развернут	носок *	Ронд от колена	немного ВЛ

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
6	Б	1/2	ПС закрепляется перед ЛС, носок развернут	плоско	стопа проскальзывает в Латинское закрепление	нет

БАУНС не используется

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Нат Ролл.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Нат Ролл, Откр Роки.

На углу: Корта Джака.

После ш.1-3: Обр Осн Движ, Обр Поворот.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом по ЛТ.

дама: начинает и заканчивает спиной по ЛТ.

---

\* это исключение, обычно на шаге, исполняемом на 1/2 удара, каблук опускается.

## ОБРАТНЫЙ (ЛЕВЫЙ) ПОВОРОТ (A) Reverse Turn

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	3/4 ВЛ			
1	1	3/4							
2	а	1/4					ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	боковой шаг с частичным ве- сом
3	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское за- крепление				
4	1	3/4	ПС назад	подуш. плоско	шаг назад	1/4 ВЛ			
5	а	1/4	ЛС в сторону	подушечка	боковой шаг с частичным ве- сом				
6	2	1	ПС приставляется к ЛС	подуш. плоско	перенос веса				
дама			ПС назад	подуш. плоско	шаг назад	3/8 ВЛ			
1	1	3/4							
2	а	1/4					ЛС в сторону	подушечка	боковой шаг с частичным ве- сом
3	2	1					ПС приставляется к ЛС	подуш. плоско	перенос веса
4	1	3/4					ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед
5	а	1/4	ПС в сторону немного назад,	носок	боковой шаг с частичным ве-				

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			носок развернут		сом	
6	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрепление	

СВЕЙ и НАКЛОН КОРПУСА на ш.2,3 свей ВЛ (у дамы ВП), на ш.5,6 свей ВП (у дамы ВЛ). Наклон впр на ш.1,2,3 (у дамы нзд), на ш.1,2,3 (у дамы нзд), на ш.4,5,6 наклон нзд (у дамы впр).

БАУНС используется на всей фигуре

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Обр Осн Движ, ш.1-3 Нат Осн Движ, ш.1-3 Закр Роков, ш.1-3 Откр Роков.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Обр Поворот, Обр Осн Движ, Пром Ботафоги, Самба Виск ВЛ.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом ДЦ, ш.3 спиной по ЛТ, заканчивает лицом к С.

дама: начинает спиной ДЦ, ш.3 лицом по ЛТ, заканчивает спиной к С.

ЗАМЕЧАНИЕ. Чтобы достигнуть нужного построения, можно сделать от 1/4 до 1/2 поворота ВЛ на ш.1-3 и/или на ш.4-6.

## КОРТА ДЖАКА (А) Corta Jaca

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот				
мужчина			ПС вперед	кабл. плоско	активный шаг вперед с каблука	нет				
1	М	1								
2	Б	1/2					ЛС вперед немного в сторону	каблук *	шаг впр с каблука, стопа не опускается	нет
3	Б	1/2					ПС проскальзывает ВЛ	плоско	проскальзывание стопы около 8 см	нет
4	Б	1/2					ЛС назад немного в сторону	носок *	шаг нзд с носка, стопа не опускается	нет
5	Б	1/2	ПС проскальзывает ВЛ	плоско	проскальзывание стопы около 8 см	нет				
ш.6-11: повторяем ш.2-5, затем ш.2,3. Ритм: ББББББ										
дама			ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	нет				
1	М	1								
2	Б	1/2					ПС назад немного в сторону	носок *	шаг нзд с носка, стопа не отпускается	нет
3	Б	1/2					ЛС проскальзывает ВП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см	нет
4	Б	1/2					ПС вперед немного в сторону	каблук *	шаг впр с каблука, стопа не опускается	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	Б	1/2	ЛС проскальзывает ВП	плоско	проскальзывание стопы около 8 см	нет
ш.6-11: повторяем ш.2-5, затем ш.2,3. Ритм: БBBBBБ						

БАУНС не используется

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-11: в Закр Поз. На ш.1 вытяните обе руки немного вперед. Заканчивайте в Закр Поз с по-прежнему вытянутыми руками.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Виск ВЛ, Нат Ролл, Прог Осн Движ, Стационарный Самба Ход с ЛС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ш.4-6 Нат Осн Движ, ш.4-6 Нат Ролла, Самба Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом к С.

дама: начинает и заканчивает спиной к С.

## БОТАФОГО В ПРОДВИЖЕНИИ (А) Travelling Botafogos

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	а	1/4	ПС в сторону не- много впр, носок развернут наружу	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/8 ВЛ
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	а	1/4	ЛС в сторону не- много впр, носок развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВП
6	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
7	1	3/4	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
8	а	1/4	ПС в сторону не- много впр, носок развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВЛ
9	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
дама						
1	1	3/4	ПС назад	подуш. плоско	задний шаг	нет
2	а	1/4	ЛС в сторону не- много впр, носок развернут наружу	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/8 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
3	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	1	3/4	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	а	1/4	ПС в сторону не-много впр, носок развернут наружу	Вн/р носки	точка с частичным весом	1/4 ВЛ
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
7	1	3/4	ПС назад	подуш. плоско	задний шаг	нет
8	а	1/4	ЛС в сторону не-много впр, носок развернут	Вн/р носки	точка с частичным весом	1/4 ВП
9	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	

**БАУНС** небольшой Самба Баунс используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1-9: Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Обр Осн Движ, ш.1-3 Нат Осн Движ, Обр Поворот.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Нат Осн Движ, начиная сбоку друг от друга.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: начинает лицом по ЛТ, ш.3: лицом ДЦ, ш.6: лицом ДС, заканчивая лицом ДЦ. дама: начинает спиной по ЛТ, ш.3: спиной ДЦ, ш.6: спиной ДС, заканчивая спиной ДЦ.

**ЗАМЕЧАНИЕ.** Небольшое движение таза используется при исполнении Ботафого.

## НАТУРАЛЬНЫЙ РОЛЛ (А) Natural Roll

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	1/4 ВП			
1	М	1							
2	Б	1/2					ЛС в сторону	подуш. плоско	шаг вперед с поворотом
3	Б	1/2	ПС приставляется к ЛС	подуш. плоско	перенос веса				
4	М	1	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	1/4 ВП			
5	Б	1/2	ПС в сторону	подуш. плоско	шаг назад с поворотом				
6	Б	1/2	ЛС приставляется к ПС	подуш. плоско	перенос веса				
дама			ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	1/4 ВП			
1	М	1							
2	Б	1/2					ПС в сторону	подуш. плоско	шаг назад с поворотом
3	Б	1/2					ЛС приставляется к ПС	подуш. плоско	перенос веса
4	М	1					ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед
5	Б	1/2					ЛС в сторону	подуш. плоско	шаг вперед с поворотом
6	Б	1/2	ПС приставляется к ЛС	подуш. плоско	перенос веса				

Альтернативная работа стопы на ш. 1: каблук, плоско.

ПОЛНАЯ СТЕПЕНЬ ПОВОРОТА 1/2 ВП на шю1-6, но можно сделать больше или меньше, чтобы достичь необходимого построения.

БАУНС не используется.

СВЕЙ и НАКЛОН КОРПУСА свей ВП на ш.2,3 (у дамы ВЛ), свей ВЛ на ш.5,6 (у дамы ВП). Наклон назад на ш.1-3 (у дамы вперед), наклон вперед на ш.4-6 (у дамы назад).

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз, корпус мужчины и корпус дамы в контакте, а Л кисть выше, чем обычно.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Прог Осн Движ, Самба Виск ВЛ Нат Ролл, Закр Роки, Стационарный Самба Ход с ЛС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Прог Осн Движ, Нат Ролл, Корта Джака, Закр Роки, Откр Роки.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: ш.1: лицом к С, ш.3 спиной по ЛТ, ш.6: лицом к Ц.

дама: ш.1: спиной к С, ш.3: лицом по ЛТ, ш.6: спиной к Ц.

## ОТКРЫТЫЕ РОКИ ВП и ВЛ (М) Open Rocks to R and L

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	М	1	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	Б	1/2	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
3	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское закрепивание	нет
4	М	1	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	Б	1/2	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
6	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок *	Латинское закрепивание	нет
7	М	1	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
8	Б	1/2	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
9	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское закрепивание	нет
Повторить по описанию с ш.4						
дама						
1	М	1	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	1/4 ВП
2	Б	1/2	ПС назад	подуш. плоско	шаг назад, опускающая каблук и выпрямляя колени	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
3	Б	1/2	ЛС движется ВП	подуш. плос- ко	короткий шаг на 8 см	нет
4	М	1	ПС назад не- много в сторону	подуш. плос- ко	шаг вперед с поворотом	3/8 ВЛ
5	Б	1/2	ЛС назад	подуш. плос- ко	шаг назад, опуская каб- лук и вы- прямляя ко- лено	1/8 ВЛ
6	Б	1/2	ПС движется ВЛ	подуш. плос- ко	короткий шаг на 8 см	нет
7	М	1	ЛС назад не- много в сторону	подуш. плос- ко	шаг назад	3/8 ВП
8	Б	1/2	ПС назад	подуш. плос- ко	шаг назад, опуская каб- лук и вы- прямляя ко- лено	1/8 ВП
9	Б	1/2	ЛС движется ВП	подуш. плоско	короткий шаг на 8 см	нет

БАУНС не используется

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, затем освобождается Л кисть, ш.3: в ПП, Л кисть свободная. ш.6: в КПП, П кисть свободная, ш.9: в ПП, Л кисть свободная.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Нат Осн Движ, Нат Ролл, Закр Роки.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Обр Поворот (\*\*), после ш.6: Пром Бег (\*\*).

ПОСТРОЕНИЕ    мужчина: лицом по ЛТ на всех шагах.  
                  дама: ш.1: спиной по ЛТ, ш.3: лицом к Ц,  
ш.6: лицом к С, ш.9: лицом в Ц.

---

\* это исключение, обычно на шаге, исполняемом на 1/2 удара, каблук опускается

\*\* Первый шаг у дамы будет: назад, немного в сторону, шаг вперед с поворотом.

## ПРОМЕНАДНЫЕ БОТАФОГИ (М) Promenade Botafogos

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
1	1	3/4				
2	а	1/4	ПС в сторону, Н развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/8 ВЛ
3	2	1	ЛС на месте в ПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	1	3/4	ПС вперед накрест в ПП *	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	а	1/4	ЛС в сторону, Н развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВП
6	2	1	ПС на месте в КПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	
7	1	3/4	ЛС вперед накрест в КПП *	подуш. плоско	шаг вперед	нет
8	а	1/4	ПС в сторону, Н развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	3/8 ВЛ **
9	2	1	ЛС на месте в ПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	
дама			ПС назад	подуш. плоско	шаг назад	нет
1	1	3/4				
2	а	1/4				
3	2	1	ПС на месте в ПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	1	3/4	ЛС вперед накрест в ПП *	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	а	1/4	ПС в сторону, Н развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВЛ
6	2	1	ЛС на месте в КПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	
7	1	3/4	ПС вперед накрест в КПП *	подуш. плоско	шаг вперед	нет
8	а	1/4	ЛС в сторону, Н развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	3/8 ВП **
9	2	1	ПС на месте в ПП	подуш. плоско	перенос веса на месте	

**БАУНС** небольшой Самба Баунс используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз, ш.3: в ПП, ш.6: в КПП, ш.9: в ПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Обр Осн Движ, ш.1-3 Нат Осн Движ, Обр Поворот, Виск ВП, Стационарный Самба Ход с ПС, Боковой Самба Ход, развернувшись из ПП на 1/4 ВП и заканчивая лицом к С. **ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Пром Самба Ход, Боковой Самба Ход.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: начинает лицом к С, ш.3: по ЛТ в ПП, ш.6: против ЛТ в КПП, заканчивая по ЛТ в ПП. дама: начинает спиной к С, ш.3: по ЛТ в ПП, ш.6: против ЛТ в КПП, заканчивая по ЛТ в ПП.

---

\* На этом шаге нет возможности исполнить обычное движение тазом.

\*\* Плечи поворачиваются меньше.

## РОКИ НАЗАД с ПС и ЛС (М) Backward Rocks on RF and LF

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	М	1	ПС назад	подуш. плоско	шаг назад	нет
2	Б	1/2	ЛС вперед немного в сторону	плоско	короткий шаг в сторону и немного вперед от исходной позиции	1/8 ВЛ
3	Б	1/2	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	М	1	ЛС назад	подуш. плоско	шаг назад	1/8 ВП
5	Б	1/2	ПС вперед немного в сторону	плоско	короткий шаг в сторону и немного вперед от исходной позиции	1/8 ВП
6	Б	1/2	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
Повторить по описанию						
дама						
1	М	1	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	Б	1/2	ПС назад немного в сторону	подуш. плоско	короткий шаг в сторону и немного вперед от исходной позиции, опуская П каблук и выпрямляя колено	1/8 ВЛ
3	Б	1/2	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	

4	М	1	ПС вперед	подуш.плоско	шаг назад	1/8 ВП
5	Б	1/2	ЛС назад немного в сторону	подуш.плоско	короткий шаг в сторону и немного вперед от исходной позиции, опуская П каблук и выпрямляя колено	1/8 ВП
6	Б	1/2	ПС на месте	подуш.плоско	перенос веса на месте	

БАУНС не используется.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-6: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ш.1-3 Обр Поворота, ш.4-6 Рокков назад могут быть исполнены после ш.1-3, Нат Ролл, законченный спиной по ЛТ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ш.4-6 Обр Осн Движ, ш.4-6 Обр Поворота, Коса с ПС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает спиной по ЛТ, ш.3: спиной ДЦ, заканчивает спиной ДС.

дама: начинает лицом по ЛТ, ш.3: лицом ДЦ, заканчивает лицом ДС.

## КОСА (М) Plait

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ЛС назад	носок, плоско *	на каждом шаге используется техника движения Меренга (замечание 1)	нет			
1	М	1							
2	М	1					ПС назад	носок, плоско	
3	Б	1/2					ЛС назад	носок, плоско	
4	Б	1/2					ПС назад	носок, плоско	
5	М	1	ЛС назад	носок, плоско	нет				
дама			ПС впе-ред	подуш. плоско	здесь используется техника, аналогичная Ходу впе-ред в Рум-бе с чередующимися поворотами ВП и ВЛ. Движущаяся стопа на каждом шаге делает Браш к опорной	1/8 ВП **			
1	М	1							
2	М	1					ЛС впе-ред	подуш. плоско	1/4 ВЛ **
3	Б	1/2					ПС впе-ред	подуш. плоско	1/4 ВП **
4	Б	1/2					ЛС впе-ред	подуш. плоско	1/4 ВЛ **
5	М	1	ПС впе-ред	подуш. плоско	1/4 ВП **				

БАУНС не используется.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: из Закр Поз переходим в Откр Поз с замком Л к П, ш.5: Откр Поз с замком Л к П.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ

а) если начинать Косу с ЛС, то: Роки назад с ПС, ш.1-3 Нат Ролла, законченного спиной по ЛТ.

б) если начинать Косу с ПС, то: Роки назад с ПС, ш.1-3 Обр Поворота, законченного спиной по ЛТ.

#### ПОСЛЕДУЮЩИЕ

а) если закончит Косу на ЛС, то: ш.4-6 Обр Осн Движ, ш.4-6 Обр Поворота.

б) если закончит Косу на ПС, то: ш.4-6 Нат Осн Движ, ш.4-6 Нат Ролла.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: спиной по ЛТ.

дама: лицом по ЛТ.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

1. Техника исполнения движения Меренга: ш.1 Косы исполняется назад с давлением в пол, но без переноса веса, каблук ЛС не касается пола, позволяя П бедру двигаться ВП за счет продавливания назад П колена. На втором шаге (ПС) переносим вес на ЛС и повторяем действия, описанные в ш.1. Далее шаги исполняются аналогичным образом.

2. Коса может начинаться с ПС (у дамы с ЛС).

---

\* У мужчины на каждом шаге стопа опускается позже, чем обычно.

\*\* Поворачивается нижняя часть корпуса.

## ТЕНЕВЫЕ БОТАФОГИ (М) Shadow Botafogos

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед, двигаясь ВП по- зади дамы	нет
2	а	1/4	ПС в сторону не- много вперед, но- сок развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВЛ
3	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед, двигаясь ВЛ по- зади дамы	нет
5	а	1/4	ЛС в сторону не- много вперед, но- сок развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВП
6	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
Повторить по описанию						
дама						
1	1	3/4	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	а	1/4	ЛС в сторону не- много вперед, но- сок развернут	Вн/р носки	точка с частич- ным весом	1/4 ВЛ
3	2	1	ПС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	
4	1	3/4	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	а	1/4	ПС в сторону не-много вперед, носок развернут	Вн/р носка	точка с частичным весом	1/4 ВП
6	2	1	ЛС на месте	подуш. плоско	перенос веса на месте	

**БАУНС** небольшой Самба Баунс используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Откр Поз с замком Л к П. ш.3: в Откр КПП. ш.6: Откр ПП с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Боковой Самба Ход, освобождая П кисть.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Вольта Спот Поворот ВП у дамы, Продолженный вольта Спот поворот ВП, Вольта в продвижении ВП. После ш.1-3: Продолженный Вольта Спот Поворот ВЛ, Вольта в продвижении ВЛ.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр ПП с замком Л к П, ш.3: по ЛТ в Откр КПП, ш.6: заканчивая по ЛТ в Откр ПП с замком Л к П.

**ЗАМЕЧАНИЕ** Небольшое движение таза используется при исполнении Ботафого.

## ВОЛЬТА

Вольта - одно из наиболее популярных и важных движений в Самбе, поэтому существует множество различных комбинаций, основанных на Вольте. Наиболее характерные комбинации, которые были отобраны и стандартизованы, даются на последующих страницах.

Если после Вольты идет фигура, которая исполняется с движением в обратную сторону, последние два шага Вольты заменяются ш.2,3 Ботафого, на которых делается дополнительный поворот на  $1/8$ .

В случае использования Ботафого окончания фигура, следующая после Вольты, будет начинаться в нестандартном построении, в связи с этим необходимо изменить степень поворота в этой фигуре так, чтобы закончить в стандартном построении.

Когда Вольта исполняется более чем на один такт, то удобнее использовать последовательный числовой счет, например: “1 а 2 а 3 а 4”.

## ВОЛЬТА СПОТ ПОВОРОТ ДАМЫ ВП (A) Volta Spot Turn to R for lady

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			также, как Самба Виск ВЛ *						
ш.1-3									
дама			Один полный поворот ВП						
1	1	3/4					ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	шаг впр, поворачиваясь в Латинское закрепление
2	а	1/4					ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом
3	2	1					ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Свивл на подушечке ПС в Латинское закрепление

**БАУНС** Самба Баунс используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Закр Поз, освобождая П кисть. ш.3: в Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Виск ВП, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ, Стац Самба Ход (ПЛП), Корта Джака, Теневые Ботафого.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Виск ВП, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ, Пром Бег.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: лицом к С

дама: спиной к С.

---

\* альтернативным исполнением этой фигуры будет исполнение мужчиной Соло Вольта Спот Поворота ВЛ, разрывая замок рук.

## ВОЛЬТА СПОТ ПОВОРОТ ДАМЫ ВЛ (A) Volta Spot Turn to L for lady

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			также, как Самба Виск ВП *			
ш.1-3						
дама			ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	шаг впр, поворачиваясь в Латинское закрепление	Один полный поворот ВЛ
1	1	3/4				
2	а	1/4				
3	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Свивл на подушечке ЛС в Латинское закрепление	

**БАУНС** Самба Баунс используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Закр Поз, освобождая П кисть. ш.3: в Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП, Стац Самба Ход (ЛПЛ).

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: лицом к С

дама: спиной к С.

**ЗАМЕЧАНИЕ**

Вольта Спот Повороты дамой ВП и ВЛ с исполнением мужчиной Самба Виска является хорошим упражнением для отработки дамой исполнения Вольта вращений, используемых в Самбе, а мужчиной четкого формирующего ведения.

---

\* альтернативным исполнением этой фигуры будет исполнение мужчиной Соло Вольта Спот Поворота ВП, разрывая замок рук.

## ВОЛЬТА В ПРОДВИЖЕНИИ ВП (M) Travelling Voltas to R

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	1/4 ВЛ
2	а	1/4	ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
3	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	
4	а	1/4	ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
5	1	3/4	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	
6	а	1/4	ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
7	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	
дама						
1	1	3/4	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	1/4 ВП
2	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
3	2	1	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрещивание	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
5	1	3/4	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
6	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
7	2	1	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	

**БАУНС Самба Баунс** используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Откр ПП с замком Л к П, ш.7: в Откр КПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Боковой Самба Ход в ПП, освобождая П кисть, Теневые Ботафогги.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Самба Ход в Откр КПП, Самба Локи.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр ПП с замком Л к П, заканчивают по ЛТ в Откр КПП.

**ЗАМЕЧАНИЕ**

1. Вольта в продвижении ВП может быть закончена лицом в Ц в Закр Поз, если мужчина повернется на 3/8 ВЛ (дама ВП) на ш.1-7. Последующие: Виск ВП, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ, Стац Самба Ход.

2. Если используется Ботафого окончание, мужчина должен дополнительно повернуться на 1/8 ВЛ (дама ВП). Последующие: Вольта в продвижении ВЛ, Продолженный Вольта Спот Поворот ВЛ, начиная против ЛТ в Откр ПП.

## ВОЛЬТА В ПРОДВИЖЕНИИ ВЛ (M) Travelling Voltas to L

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	3/4	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	1/4 ВП
2	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
3	2	1	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
4	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
5	1	3/4	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
6	а	1/4	ЛС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
7	2	1	ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
дама						
1	1	3/4	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрепление	1/4 ВЛ
2	а	1/4	ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
3	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
4	а	1/4	ПС в сторону не-	носок	шаг в сторону с	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			много назад, носок развернут		частичным весом	
5	1	3/4	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрепление	
6	а	1/4	ПС в сторону немного назад, носок развернут	носок	шаг в сторону с частичным весом	
7	2	1	ЛС закрепляется перед ПС	подуш. плоско	Латинское закрепление	

**БАУНС Самба Баунс** используется на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Откр КПП, ш.7: в Откр ПП с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Боковой Самба Ход в КПП, ш.1-3 Теневых Ботафог.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Самба Ход в Откр ПП, Теневые Ботафог.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр КПП, заканчивают по ЛТ в Откр ПП с замком Л к П.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

1. Вольта в продвижении ВЛ может быть закончена лицом к С в Закр Поз, если мужчина повернется на 3/8 ВЛ (дама ВП) на ш.1-7. Последующие: Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП, Стац Самба Ход.

2. Если используется Ботафого окончание, мужчина должен дополнительно повернуться на 1/8 ВП (дама ВЛ). Последующие: Вольта в продвижении ВП, Продолженный Вольта Спот Поворот ВП, начиная против ЛТ в Откр КПП.

## ПРОДОЛЖЕННЫЙ ВОЛЬТА СПОТ ПОВОРОТ ВП (M) Continous Volta Spot Turn to R

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот		
мужчина			Вольта в продвижении ВП			3/8 ВЛ		
ш.1-7								
дама			ПС закрепляется перед ЛС ЛС в сторону немного назад, носок развернут ПС закрепляется перед ЛС ЛС в сторону немного назад, носок развернут ПС закрепляется перед ЛС ЛС в сторону немного назад, носок развернут ПС закрепляется перед ЛС			1 3/8 ВП		
1	1	3/4					подуш. плоско	шаг Впр с поворотом в Латинское закрепление
2	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
3	2	1					подуш. плоско	Свивл на подушечке ПС в Латинское закрепление
4	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
5	1	3/4					подуш. плоско	Свивл на подушечке ПС в Латинское закрепление
6	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
7	2	1					подуш. плоско	Свивл на подушечке ПС в Латинское закрепление

БАУНС Самба Баунс используется на всей фигуре.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Откр ПП с замком Л к П, ш.7: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Боковой Самба Ход в ПП, освобождая П кисть, Теневые Ботафогги.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Виск ВП, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ, Стационарный Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр ПП с замком Л к П, заканчивают: мужчина - лицом к Ц, дама - спиной к Ц.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

1. Если мужчина закончит лицом к С, повернувшись на 7/8 ВЛ (дама на 1 7/8 ВП), то последующие: Виск ВП, Вольта Спот Поворот дамы ВЛ, Стационарный Самба Ход, Нат Ролл, Корта Джака, Пром Бег.

2. В качестве предшествующей фигуры можно использовать Вольту в продвижении ВЛ с Ботафого окончанием.

3. Если мужчина исполнит Ботафого окончание, то последующие: Продолженный Вольта Спот Поворот ВЛ (у дамы поворот 1 1/2).

## ПРОДОЛЖЕННЫЙ ВОЛЬТА СПОТ ПОВОРОТ ВЛ (M) Continous Volta Spot Turn to L

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот		
мужчина			Вольта в продвижении ВЛ			3/8 ВП		
ш.1-7								
дама			<p>ЛС закрепляется перед ПС</p> <p>ПС в сторону немного назад, носок развернут</p> <p>ЛС закрепляется перед ПС</p> <p>ПС в сторону немного назад, носок развернут</p> <p>ЛС закрепляется перед ПС</p> <p>ПС в сторону немного назад, носок развернут</p> <p>ЛС закрепляется перед ПС</p>			1 3/8 ВЛ		
1	1	3/4					подуш. плоско	шаг Впр с поворотом в Латинское закрепление
2	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
3	2	1					подуш. плоско	Свивл на подушечке ЛС в Латинское закрепление
4	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
5	1	3/4					подуш. плоско	Свивл на подушечке ЛС в Латинское закрепление
6	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным весом
7	2	1					подуш. плоско	Свивл на подушечке ЛС в Латинское закрепление

БАУНС Самба Баунс используется на всей фигуре.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Откр КПП, ш.7: в Закр

Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Боковой Самба Ход в Откр КПП, ш.1-3 Теневых Ботафог.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП, Стационарный Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр КПП, заканчивают: мужчина - лицом к С, дама - спиной к С.

ЗАМЕЧАНИЕ

1. Если мужчина закончит лицом к Ц, повернувшись на 7/8 ВП (дама на 1 7/8 ВЛ), то последующие: Виск ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП, Стационарный Самба Ход.

2. В качестве предшествующей фигуры можно использовать Вольту в продвижении ВЛ с Ботафого окончанием.

3. Если мужчина исполнит Ботафого окончание, то последующие: Продолженный Вольта Спот Поворот ВП (у дамы поворот 1 1/2).

## КРУГОВАЯ ВОЛЬТА ВП (F) Circular Voltas to R

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина и да- ма			ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское за- крещивание	1 1/4 ВП			
1	1	3/4							
2	а	1/4					ЛС в сторону не- много назад, но- сок развернут	носок	шаг в сторону с частичным ве- сом
3	2	1					ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское за- крещивание. У мужчины через Свивл на поду- шечке ПС
4	а	1/4					ЛС в сторону не- много назад, но- сок развернут	носок	шаг в сторону с частичным ве- сом
5	1	3/4					ПС закрепляется перед ЛС	подуш. плоско	Латинское за- крещивание. У мужчины через Свивл на поду- шечке ПС
6	а	1/4					ЛС в сторону не- много назад, но- сок развернут	носок	ш.2,3 Ботафого
							ПС закрепляется перед ЛС	по душ. плоско	

**БАУНС** Самба Баунс используется на всей фигуре.

**СВЕЙ ВЛ** (у дамы ВП) на ш.1-5.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Контра ПП, ш.7: в Контра КПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Контра Ботафого с ЛС, Круговая Вольта ВЛ, Смена ног мужчиной после Пром Ботафого.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Контра Ботафого с ЛС, Круговая Вольта ВЛ.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: эту фигуру можно исполнять в различных построениях. Если начать по ЛТ в Контра ПП, то закончится: против ЛТ в Контра КПП.

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

1. При желании это движение может быть продлено на два такта музыки исполнением движения, описанного для ш.6,7 после ш.5 до того, как закончится поворот.

2. При исполнении этой фигуры ПС мужчины находится на центре вращения. Партнеры должны быть обращены друг к другу на протяжении всей фигуры.

3. Поворот, исполняемый на Ботафого, включен в общую степень поворота.

## КРУГОВАЯ ВОЛЬТА ВЛ (F) Circular Voltas to L

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот		
мужчина и да- ма			ЛС закрепляется перед ПС	Вн/р носок	ш.2,3 Ботафого	1 1/4 ВЛ		
1	1	3/4					подуш. плоско	Латинское за- крещивание
2	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным ве- сом
3	2	1					подуш. плоско	Латинское за- крещивание. У мужчины через Свивл на поду- шечке ЛС
4	а	1/4					носок	шаг в сторону с частичным ве- сом
5	1	3/4					подуш. плоско	Латинское за- крещивание. У мужчины через Свивл на поду- шечке ЛС
6	а	1/4					носок	
							ЛС закрепляется перед ПС	по душ. плоско

БАУНС Самба Баунс используется на всей фигуре.

СВЕЙ ВП (у дамы ВЛ) на ш.1-5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Контра КПП, ш.7: в Контра ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Контра Ботафого с ПС, Круговая Вольта ВП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Контра Ботафого с ПС, Круговая Вольта ВП, Смена ног у мужчины, ведя даму на исполнение Контра Ботафого, а затем продолжая Пром Ботафого, Пром Самба Ход или Боковой Самба Ход.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: эту фигуру можно исполнять в различных построениях. Если начать против ЛТ в Контра КПП, то закончится: по ЛТ в Контра ПП.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

1. При желании это движение может быть продлено на два такта музыки исполнением движения, описанного для ш.6,7 после ш.5 до того, как закончится поворот.

2. При исполнении этой фигуры ЛС мужчины находится на центре вращения. Партнеры должны быть обращены друг к другу на протяжении всей фигуры.

3. Поворот, исполняемый на Ботафого, включен в общую степень поворота.

## КОНТРА БОТАФОГО (F) Contra Botafogos

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и да- ма						
1	1	3/4	ПС вперед, в Контра ПП	подуш. плоско	мужчина и дама испол- няют Ботафо- го с одно- именных стоп, двига- ясь ми- мо друг друга на первом шаге каж- дой Ботафого	нет
2	а	1/4	ЛС в сторону не- много вперед, но- сок развернут	Вн/р носки		1/4 ВП
3	2	1	ПС на месте, в Контра КПП	подуш. плоско		
4	1	3/4	ЛС вперед, в Контра КПП	подуш. плоско		нет
5	а	1/4	ПС в сторону не- много вперед, но- сок развернут	Вн/р носки		1/4 ВЛ
6	2	1	ЛС на месте, Контра ПП	подуш. плоско		

БАУНС небольшой Самба Баунс используется на всей фигуре.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Контра ПП, ш.3: выходим в Контра КПП, ш.6: в Контра ПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** любая фигура, заканчивающаяся в Контра ПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Круговая Вольта ВП, Смена ног у мужчины, ведя даму на исполнение Контра Ботафого, а затем продолжая Пром Ботафого, продолжая затем Пром Самба Ходом или Боковым Самба Ходом. Круговая Вольта ВЛ может быть исполнена после ш.3 Контра Ботафого.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: эту фигуру можно исполнять в различных построениях. Если начать по ЛТ в Контра ПП, то на ш.3: против ЛТ в Контра КПП, а закончится: по ЛТ в Контра ПП.

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

1. Контра Ботафого можно исполнить из Откр Контра ПП или Откр Контра КПП, используя любой из стандартных замков кистей.

2. Небольшое движение таза используется при исполнении Ботафого.

## САМБА ЛОКИ (F) Samba Locks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1/2	ПС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВП
2	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок *	Латинское закрепление	нет
3	М	1	ПС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет
4	Б	1/2	ЛС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВЛ
5	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское закрепление	нет
6	М	1	ЛС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет
7	Б	1/2	ПС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВП
8	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок *	Латинское закрепление	нет
9	М	1	ПС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет
дама						
1	Б	1/2	ЛС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВЛ
2	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское закрепление	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
3	М	1	ЛС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет
4	Б	1/2	ПС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВП
5	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок *	Латинское закрепление	нет
6	М	1	ПС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет
7	Б	1/2	ЛС вперед, носок развернут	подуш. плоско	шаг Впр с частичным весом	1/8 ВЛ
8	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское закрепление	нет
9	М	1	ЛС Впр короткий шаг, носок развернут	плоско	шаг вперед	нет

БАУНС не используется.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Откр КПП, затем отводим обе руки в сторону на уровне плеч. ш.9: в Откр КПП, обе руки в сторону.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Вольта в продвижении ВП, Стационарный Самба Ход (ЛПЛ), ведя даму в поворот на трех шагах (\*\*), исполняемом после Откр или Закр Роков ВП, Пром Бег, Боковой Самба Ход.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Боковой Самба Ход, Прод Вольта Спот Поворот ВП.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают по ЛТ в Откр КПП с весом на ЛС (дама на ПС), заканчивают по ЛТ в Откр КПП.

---

\* это исключение, обычно на шаге, исполняемом на 1/2 удара, каблук опускается

\*\* Описание исполнения дамой поворота на трех шагах при исполнении мужчиной Стационарного Самбахода:

мужчина: танцует Отац Самбаход держа П кисть дамы в своей Л кисти, ведя даму к своему Л боку и активно поворачивая ее ВЛ под поднятой рукой. П кисть освобождается на первом шаге.

дама:

1. ПС в сторону, активно поворачиваясь ВЛ (Спиральное закрепление)..... счет 1 (3/4 удара)

2. ЛС вперед, продолжая активное вращение ВП..... счет 2 (1/2 удара)

3. ПС вперед, заканчивая с ЛС закрепленной перед ПС без веса (Спиральное закрепление)

за счет еще более активного поворота ВЛ счет 3 (3/4 удара)

## ПРОМЕНАДНЫЙ БЕГ (F) Promenade to Counter Promenade Runs

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ПС в сторону *	подушечка	бегущее движение с небольшим зависанием на ш.1,4,7. ш.4 - шаг вперед с поворотом	1/8 ВЛ			
1	1	3/4							
2	2	1/2					ЛС в сторону в ПП	подуш. плоско	
3	3	3/4					ПС вперед накрест в ПП	подуш. плоско	
4	1	3/4					ЛС назад немного в сторону	подушечка	3/4 ВП
5	2	1/2					ПС в сторону в КПП	подуш. плоско	
6	3	3/4					ЛС вперед накрест в КПП	подуш. плоско	
7	1	3/4					ПС вперед	подушечка	1/4 ВП
8	2	1/2					ЛС в сторону в ПП	подуш. плоско	
9	3	3/4	ПС вперед накрест в ПП	подуш. плоско					
Можно повторить по описанию с ш.4									
дама			ЛС в сторону *	подушечка	бегущее движение с небольшим зависанием на	1/8 ВЛ			
1	1	3/4							
2	2	1/2					ПС в сторону в	подуш.	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот	
			ПП	плоско	ш.1,4,7. ш.4 - шаг вперед с поворотом		
3	3	3/4	ЛС вперед накрест в ПП	подуш. плоско			
4	1	3/4	ПС назад немного в сторону	подушечка			1/4 ВП
5	2	1/2	ЛС в сторону в КПП	подуш. плоско			
6	3	3/4	ПС вперед накрест в КПП	подуш. плоско			
7	1	3/4	ЛС вперед	подушечка			3/4 ВП
8	2	1/2	ПС в сторону в ПП	подуш. плоско			
9	3	3/4	ЛС вперед накрест в ПП	подуш. плоско			

БАУНС не используется.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, затем освобождаем Л кисть, ш.3: в ПП, Л кисть свободная, ш.6: в КПП, П кисть свободная, ш.9: в ПП, Л кисть свободная.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Виск ВЛ, Соло Вольта Спот Поворот ВЛ, Вольта Спот Поворот дамы ВП. ПОСЛЕДУЮЩИЕ Пром Самба Ход (ЛПЛ), Стац Самба Ход, ведя даму на исполнение поворота на трех шагах (см. предшествующие для Самба Локи).

ПОСТРОЕНИЕ. Мужчина: ш.1: лицом к С, ш.3: по ЛТ в ПП, вес на ПС, ш.6: по ЛТ в КПП, вес на ЛС, ш.9: по ЛТ в ПП,

вес на ПС. Дама: ш.1: спиной к С, ш.3: по ЛТ в ПП, вес на ЛС, ш.6: по ЛТ в КПП, вес на ПС, ш.9: по ЛТ в ПП, вес на ЛС.

ЗАМЕЧАНИЕ. Обратите внимание на нестандартный ритм этой фигуры.

---

\* этот шаг можно сделать вперед (дама назад) в одну линию друг с другом.

## **ХОД КРУЗАДОС (F) Cruzados Walks**

Ход (или шаги) Крузадо является шагами вперед с ведущим плечом. Они исполняются с использованием Баунса, который выполняется за счет “выдавливания” опорной стопы от согнутого колена. По мере переноса веса колено передней ноги сгибается. Каждый шаг исполняется в ритме “Медленно” и может быть повторен в течении одного или двух музыкальных тактов.

## ЛОКИ КРУЗАДОС В ТЕНЕВОЙ ПОЗИЦИИ (F) Cruzados Locks in Shadow Position

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	Б	1/2	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок *	Латинское за- крещивание	нет
3	М	1	ЛС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
4	Б	1/2	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет
5	Б	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок *	Латинское за- крещивание	нет
6	М	1	ПС вперед	подуш. плоско	шаг вперед	нет

БАУНС Требования к ритмическому исполнению этой фигуры несколько специфичны, каждый шаг исполняется с ведущим плечом, а небольшой Баунс достигается за счет “выдавливания” опорной стопы от согнутого колена.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-9: Теневая Поз с Одноименным замком кистей.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Смена ног мужчиной, заканчивая в Тен Поз с Одноименным замком с весом на ПС, Вольта в продвижении ВЛ в Тен Поз, Ботафого (ПЛП) в Тен Поз.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ после ш.6: Ботафогии в Теневой Поз или Ботафого (ЛПЛ) в Тен Поз, продолжая Ботафого (ПЛП) и

поворачивая даму ВП, чтобы закончить в Откр Контра КПП, Вольта в продвижении ВП в Тен Поз, После ш.9: Ботафоги в Тен Поз, Вольта в продвижении ВЛ в Тен Поз.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: в Тен Поз с Одноименным замком лицом ДЦ или по ЛТ.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

1. Перед Локами Крузадос или после них можно исполнить два шага Крузадос.

2. Шаги и/или Локи Крузадос могут быть исполнены без замка в любой удобной позиции.

---

\* это исключение, обычно на шаге, исполняемом на 1/2 удара, каблук опускается.

## **МЕТОДЫ СМЕНЫ НОГ В САМБЕ (F) Methods of Changing Feet in Samba**

Ряд фигур в Самбе может быть выполнен в Теневой Поз с Одноименным замком, когда вес у мужчины и дамы находится на одноименных ногах. Например: Ботафог, Корта Джака, Вольта в продвижении, Локи и шаги Крузадо.

Для смены ног один из партнеров, как правило мужчина, исполняет два переноса веса за один музыкальный такт, в то время как другой партнер делает три.

А) Мужчина делает шаг вперед с ПС (или ЛС) с обычным переносом веса (М), затем приставляет или почти приставляет ЛС к ПС (или ПС к ЛС) с обычным переносом веса (М). В это время он ведет даму на исполнение или Ботафого, или Вольта Спот Поворота (1a2).

Б) Мужчина делает Кик вперед с ПС (1), затем ПС назад, Вн/р Н, с частичным переносом веса (а), заканчивая полным переносом веса на месте на ЛС (2). Это движение известно как Бол Чендж (Ball Change). В это время он ведет даму на исполнение Ботафого (1a2).

Оба этих метода могут быть использованы для перехода от обычной разноименной позиции к одноименной партнеров, и наоборот, от одноименной к разноименной.

Далее даны наиболее типичные примеры смены ног:

## **МЕТОД 1.**

**ДЛЯ ПЕРЕХОДА В ТЕНЕВУЮ ПОЗИЦИЮ С ОДНОИМЕННЫМ ЗАМКОН НА ОДНОИМЕННЫХ НОГАХ.**

После Бокового Самба Хода из ПП, сделав 1/8 поворота ВП (дама ВЛ) и освободив П кисть, мужчина делает шаг ЛС вперед (М), приставляет или почти приставляет ПС к ЛС (М). В это время он ведет даму на исполнение Вольта Спот Поворота ВП (1a2) на 1 1/4 поворота. Когда дама завершает поворот ВП, мужчина занимает Тен Поз с Одноименным замком.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Ботафогн в Тен Поз, Вольта в продвижении ВП в Тен Поз, Шаги ми Локи Крузадо в Тен Поз.

Для того, чтобы более точно выйти в Тен Поз после такой Смены ног, современной тенденцией является исполнение мужчиной и дамой шага с ЛС вперед и немного накрест в Тен Поз (М), а затем шага ПС в сторону и немного вперед в Тен Поз со сгибанием П колена (М). Далее из этой позиции исполняется следующая фигура.

## **МЕТОД 2.**

**ДЛЯ ПЕРХОДА В ЗАКРЫТУЮ ПОЗИЦИЮ С РАЗНОИМЕННЫМИ НОГАМИ ИЗ ТЕНЕВОЙ ПОЗИЦИИ С ОДНОИМЕННЫМ ЗАМКОН НА ОДНОИМЕННЫХ НОГАХ.**

После исполнения фигуры в Тен Поз с весом на ЛС мужчина делает шаг вперед с ПС (М), затем приставляет ЛС к ПС (М). В это время он ведет даму на исполнение Вольта Спот Поворота (1a2). В Закр Поз партнеры выходят в конце поворота дамы ВП. Мужчина может исполнить Бол Чендж (1a2).

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** любая фигура, начинающаяся из Закр Поз с ПС в соответствующем построении.

### **МЕТОД 3.**

#### **ДЛЯ ПЕРЕХОДА В КОНТРА КПП.**

После исполнения Пром Ботафог мужчина делает шаг вперед с ПС в ПП (М), затем приставляет ЛС к ПС (М). В это время он ведет даму на исполнение Ботафого из ПП с поворотом, примерно, на 1/4 ВЛ (1а2). Мужчина может исполнить Бол Чендж (1а2).

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Контра Ботафог, Круговая Вольта ВП.

### **МЕТОД 4.**

#### **ДЛЯ ПЕРЕХОДА В ОБЫЧНУЮ РАЗНОИМЕННУЮ ПОЗИЦИЮ ИЗ КОНТРА ПП.**

После исполнения движения на одноименных ногах, закончившегося в Контра ПП, мужчина делает шаг вперед с ПС (М), затем приставляет ЛС к ПС (М). В это время он ведет даму на исполнение Ботафого (1а2), заканчивая в ПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Пром Самба Ход, Боковой Самба Ход.

### **ОБЩЕЕ ЗАМЕЧАНИЕ:**

При исполнении стандартизованных фигур в Тен Поз с Одноименным замком техника не меняется и остается такой, как она дана в таблицах, за исключением того, что дама исполняет шаги мужчины с той же стопы и в том же ритме.

## ПРИМЕРЫ КОМБИНАЦИЙ ТАНЦА

### Samba Gold Level Choreography

1. Contra Botafogos 1a2 3a4 - Foot Change 5a6 - Stationary Samba Walk 7a8 - Criss Cross Volta to Right 1a2a3a4 - Stationary Samba Walks 5a6 7a8 - Criss Cross Volta to Left 1a2a3a4 - Side Samba Chasse 5&6&7(8) - Travelling Botafogos Forward 1a2 3a4 5a6 - Promenade to Counter Promenade Run 7&8 1&2 3&4 - Dropped Volta &5(6) - Travelling Voltas Ending a7a8 <https://www.youtube.com/watch?v=YeMHJxE43NU&list=PLxIl8YU658TuLJ-4RlgwvG1CcJx7QOg1N&index=4>

2. Samba Locks 1&2 3&4 - Criss Cross Volta to Left 5a6a7a8 - Back Rock 12& 34& - Plait 567&8 - Stationary Samba Walk 1a2 - Criss Cross Botafogo 3a4 - Foot Change (Lady: Stationary Samba Walk) 5a6 - In Same Foot Contra Position: Contra Botafogo 7a8 - Circular Voltas to Right 1a2a3a4 Contra Botafogos 5a6 7a8 <https://www.youtube.com/watch?v=AdHhllrJ3Xc&list=PLxIl8YU658TuLJ-4RlgwvG1CcJx7QOg1N&index=3>

3. Rolling Off The Arm 1a2 3a4 - Cruzados Wak and Continuous Lock 56&7&8 - Corta Jaca 12&3&4& 56&7&8& - Foot Change 1a2 - Natural Roll 34& 56& - Open Rocks 78& - Reverse Turn to Drag 1a2 34 - Promenade to Counter Promenade Run 5a6 - Double Spiral Turn for Lady 7&8 (Man: Stationary Samba Walk 7a8) - Samba Locks 1&2 3&4 <https://www.youtube.com/watch?v=0mEi1IN4o6s&list=PLxIl8YU658TuLJ-4RlgwvG1CcJx7QOg1N&index=2>

4. Volta Spot Turn to Right for Lady SaS - Whisk to Right SaS - Solo Circular Voltas Turning to Left SaSaSaS - Promenade to Counter Promenade Run 123 123 123 - Dropped Volta &S(S) - Carioca Runs

aSaS aSaS - Rolling Off The Arm SaS SaS - Reverse Turn SaS SaS -  
Whisk to Left SaS - Volta Spot Turn to Left for Lady SaS

<https://www.youtube.com/watch?v=kbf8DDvyDEo&list=PLxII8YU658TuLJ-4RlgwvG1CcJx7QOg1N&index=1>

## 4 Кубинский ча-ча-ча



Рикардо Кокки - Юлия Загоруйченко (профессиональные исполнители, 10-кратные Чемпионы мира по латиноамериканским танцам)

### **Музыкальный размер**

Размер 4/4 с акцентом на первом ударе каждого такта. Танцевание надо начинать с шага, исполняемого на первый удар такта.

### **Темп**

30/32 такта в минуту.

## **Ритм и длительности**

Музыкальная конструкция Ча-ча-ча такова, что такт из четырех ударов разделен на две равные части. Первые два шага Ча-ча-ча шассе, длительностью в  $1/2$  удара делят четвертый удар такта. Третий шаг шассе приходится на первый удар следующего такта.

## **Работа стопы и распределение веса**

Все шаги вперед начинаются с носка, потом на подушечку стопы с давлением в пол. Каблук опускается непосредственно перед полным завершением шага. В таблицах такая работа стопы дается как “подушечка, плоско”.

При ходе назад сначала в контакте с полом подушечка движущейся стопы, а затем носок и так далее. Каблук опускается, как только переносится вес и происходит полное завершение шага. В конце шага каблук стопы, оставшейся без веса, может отрываться от пола, но это не должно быть результатом какого-либо искусственного сгибания свободной ноги. Такая работа стопы описывается как “подушечка, плоско”.

Однако, из-за темпа музыки Ча-ча-ча распределение веса в каждом последнем шаге назад немного отлично от Румбы. В то время, как в Румбе позволено весу полностью пройти на каблук идущей стопы на счет “&” (после счета “2”) на всех последних шагах назад, то в Ча-ча-ча надо модифицировать это движение, чтобы достигнуть лучшего результата.

Распределение веса должно быть таково, чтобы полный вес мог перейти на каблук только в конце счета “&” (после счета “2”). При этом счет станет “2 & а” перед переносом полного веса вперед на месте на “3”.

Похожее действие и счет используются на всех Прерванных шагах вперед в Ча-ча-ча.

### **Ча-ча-ча шассе.**

Шассе состоит из группы трех шагов, где движущаяся стопа наполовину приставляется к стоящей стопе на втором шаге (колени при этом соединены). Оно может быть исполнено в любом направлении. При танцевании вперед или назад используется технический элемент “Лок”. Однако неопытные танцоры могут исполнять простое шассе.

Хотя на втором шаге любого шассе оба колена согнуты и оба выпрямлены на последнем, в этом движении нет колебания высоты или “баунса” (bounce - пружина). Это следствие того, что “потеря высоты”, которая имеет место при сгибании обеих колен на втором шаге, хорошо компенсируется движением бедра или смещением таза при выпрямлении ноги на третьем шаге шассе.

## Ча-ча-ча шассе ВП (ПЛП) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ПС в сторону	по- душ.плоско	П колено со- гнуто. Бедра начинают двигаться ВП	Опреднляет- ся фигурой, в ко- торой испол- няется шас- се
2	&	1/2	ЛС наполо- вину при- ставляется к ПС	по- душ.плоско	Оба колена согнуты. Бедра посе- редине	
3	1	1	ПС в сторону	по- душ.плоско	Оба колена выпрямле- ны. Бедра ВЛ	

## Ча-ча-ча шассе ВЛ (ЛПЛ) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ЛС в сторону	по-душ.плоско	Л колено согнуто. Бедрa начинают двигаться ВЛ	Опреднляется фигурой, в ко-торой исполняется шассе
2	&	1/2	ПС наполовину представляется к ЛС	по-душ.плоско	Оба колена согнуты. Бедрa посередине	
3	1	1	ЛС в сторону	по-душ.плоско	Оба колена выпрямлены. Бедрa ВПП	

## Ча-ча-ча Лок вперед (ПЛП) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ПС вперед, П плечо ведущее	по-душ.плоско	П колено прямое. Бедрa начинают двигаться ВП	Опреднляется фигурой, в которой исполняется лок
2	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	Носок	Оба колена согнуты. Бедрa посередине. Латинское закрепивание	
3	1	1	ПС вперед, П плечо ведущее	по-душ.плоско	Оба колена выпрямлены. Бедрa ВП	

## Ча-ча-ча Лок вперед (ЛПЛ) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ЛС вперед, П плечо ведущее	по-душ. плоско	Л колено прямое. Бедро начинают двигаться ВЛ	Определяется фигурой, в которой исполняется лок
2	&	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Оба колена согнуты. Бедро посередине. Латинское закрепление	
3	1	1	ЛС вперед, П плечо ведущее	по-душ. плоско	Оба колена выпрямлены. Бедро ВЛ	

## Ча-ча-ча Лок назад (ЛПЛ) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	Поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ЛС вперед, Л плечо ведущее, носок развернут	Носок	Л колено прямое. Бедро начинают двигаться ВЛ	Определяется фигурой, в которой исполняется лок
2	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	по-душ. плоско	Оба колена согнуты. Бедро посередине. Латинское закрепление	
3	1	1	ЛС вперед, Л плечо ведущее	по-душ. плоско	Оба колена выпрямлены. Бедро ВЛ	

## Ча-ча-ча Лок назад (ПЛП) (А)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	Поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ПС вперед, П плечо ведущее, носок развернут	Носок	П колено прямое. Бедро начинают двигаться ВП	Определяется фигурой, в ко-
2	&	1/2	ЛС закрепляется перед ПС	по-душ.плоско	Оба колена согнуты. Бедро посередине. Латинское закрепление	Торой исполняется лок
3	1	1	ПС вперед, П плечо ведущее	по-душ.плоско	Оба колена выпрямлены. Бедро ВП	

## ЗАМЕЧАНИЯ

1. Ведущее плечо при исполнении Лока вперед или назад не должно быть излишним. Оно исчезает на следующем после Лока шаге. Кроме того, его не должно быть при исполнении Лока с поворотом в сторону движущейся стопы.

2. Здесь дано довольно краткое и сжатое описание Лока. Если требуется дать более полное описание этого движения, то можно использовать какие-то дополнительные слова.

### **Изменение формы ча-ча-ча шассе (М)**

При исполнении некоторых фигур мужчине необходимо станцевать какое-либо “компактное” шассе (например, ш.3-5 Алемана) или шассе в сторону, двигаясь от дамы (например, любая фигура, заканчивающаяся в Веерной Позии). Как правило, в таком случае используются другие формы шассе.

При изменении формы шассе позиция на третьем шаге должна остаться такой же, как в описанной в таблице форме шассе.

Естественно, что, если Ронд или Хип-твист шассе являются частью стандартной фигуры, то для начинающих танцоров они могут быть заменены простым шассе. Например, ш.3-5 Закр Хип-твиста могут быть заменены шассе в сторону у мужчины и у дамы.

Для замены используются два типа шассе: Ронд шассе и Хип-твист шассе (\*)

## Ронд шассе (М) Ronde Chasse

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	4	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	Носок, плоско	Замедленный Ход назад с небольшим рондом. Оба колена согнуты. Бедра по-середине. Латинское закреживание.	Определяется фигурой, в которой исполняется Ронд шассе
2	&	1/2	ПС в сторону (небольшой шаг в сторону от исходной позиции)	Плоско	Оба колена согнуты. Бедра немного ВП.	
3	1	1	ЛС в сторону **	Подош. плоско	Колени выпрямлены. Бедра ВЛ.	

### ЗАМЕЧАНИЯ

Ронд шассе может быть: ш.3-5 Закр Осн Движения перед Нат Волчком; ш.3-5 Хоккейной Ключки и Алеманы с приставкой на последнем шаге. ш.3-5 Закр Хип-твиста - это Ронд шассе.

## Хип-твист шассе (М) Hip Twist Chasse

шаг	ритм	длит	Позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	4	1/2	ПС вперед и накрест	Носок, плоско	Замедленный Ход вперед, колени согнуты. Бедра ВЛ.	Определяется фигурой, в которой исполняется Хип-твист шассе
2	&	1/2	ЛС приставляется к ПС	Подош. плоско	Оба колена согнуты. Бедра посередине.	
3	1	1	ПС в сторону и немного вправо	Подош. плоско	Колени выпрямлены. Бедра ВП.	

### ЗАМЕЧАНИЯ

Нижняя часть тела поворачивается больше, чем плечи. Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

Хип-твист шассе может быть использовано мужчиной вместо последних трех шагов в любой фигуре, заканчивающейся в Веерной позиции.

ш.3-5 дамы в Закр Хип-твисте - это Хип-твист шассе.

---

\* Помимо Ронд и Хип-твист шассе можно использовать ш.3-5 Откр Хип-твиста и чеки в быстром ритме с ЛС и ПС.

\*\* Когда надо исполнить “компактное” шассе, позиция стоп в этом шаге будет: “ЛС приставляется к ПС”, а П колени будут согнуты.

## Ритм Гуапача (F) Guaracha

Во многих фигурах Ча-ча-ча шаг, исполняемый на второй удар такта, задерживается на 1/2 удара. Такая интерпретация основного ритма Ча-ча-ча называется “Ритм Гуапача” (или Уапача). Во многих вариациях более высокого уровня используется такое варьирование ритма. Для практического изучения этого ритма лучше выбрать более простые фигуры, например Закр Осн Движ.

### Мужчина

ш.1-5: ш.1-5 Закр Осн Движ. Счет 2, 3, 4 & 1.

ш.6: удерживаем 1/2 удара позицию ш.5. Счет 2.

ш.7: ПС назад. Счет &.

ш.8: ЛС на месте. Счет 3.

ш.9-11: Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону с поворотом ВЛ.  
Счет 4 & 1.

ш.12: удерживаем 1/2 удара позицию ш.11. Счет 2.

ш.13: ЛС вперед. Счет &.

ш.14: ПС на месте. Счет 3.

ш.15-17: Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону с поворотом ВЛ.  
Счет 4 & 1.

Далее можно повторить.

### Дама

Шаги и ритм у дамы аналогичны, только с другой ноги.

### ЗАМЕЧАНИЕ

Работа стопы на ш.7: носок, а не подушечка, плоско, как обычно.

Ритм Гуапача может использоваться при исполнении следующих фигур: Закрещенное Осн Движ, Чек из Откр КПП, Чек из Откр ПП, Тайм-степ, исполняемый с Латинским Закрещиванием на ш.2 и ш.7.

## Тайм-степ (А) Time Step

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	нет
2	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. Плоско	Стопа приставляется с переносом веса	нет
3	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	нет
5	&	1/2	ПС полупроставляется к ЛС	Подуш. плоско		нет
6	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет
7	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Стопа приставляется с переносом веса	нет
8	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
9	3	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	нет
10	&	1/2	ЛС полупроставляется к ПС	Подуш. плоско		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
11	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
Далее можно повторять с ш.2						
дама						
1	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	нет
2	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. Плоско	Стопа приставляется с переносом веса	нет
3	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
4	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	нет
5	&	1/2	ЛС полупроставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
6	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
7	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	Стопа приставляется с переносом веса	нет
8	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
9	3	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	нет
10	&	1/2	ПС полупроставляется к ЛС	Подуш. плоско		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
11	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет
Далее можно повторять с ш.2						

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-11: Закр Поз или без замка.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Спот-поворот ВЛ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Спот-поворот ВП,  
Спот-поворот ВЛ после ш.6.

### **Тайм-степ (А) Time Step (Продолжение)**

#### **ЗАМЕЧАНИЯ**

1. Т.к. это движение используется для обучения основному ритму Ча-ча-ча и для развития хорошего ритмического интерпретирования, оно стандартизовано с исполнением первого шага на первый удар такта.

2. В случае ритма “Гуапача” позиция стоп на ш.2: ЛС закрепляется позади ПН, а на ш.7: ПН закрепляется позади ЛС. У дамы аналогично, но с другой ноги. Работа стопы на этих шагах: носок, технический элемент: Латинское закрепление.

## Закрытое основное движение (А) Close Basic

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	ВЛ
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ППП в сторону	ВЛ
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ППП в сторону	ВЛ

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
7	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
8	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	ВЛ
9	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** начинаем и заканчиваем в Закр Поз.

**ПОЛНАЯ СТЕПЕНЬ ПОВОРОТА:** до 1/2 ВЛ.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Закр Осн Движ, Нат Волчок с окончанием А, Алемана с окончанием А, Спот-поворот ВЛ, Закрешенное Осн Движ.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Тайм-степ, Закрешенное Осн Движ, После ш.5: Нат Волчок, Веер, Поворот под рукой ВП.

#### ЗАМЕЧАНИЯ

1. При исполнении Нат Волчка после Закр Осн Движ, ш.5 у дамы исполняется “вперед между стоп мужчины”.

2. Т.к. Ход назад и Прерванный ход вперед не соответствуют друг другу по амплитуде движения, расстояние между партнерами при исполнении Осн Движ будет колебаться.

## Открытое основное движение (А) Open Basic

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПП назад	небольшой поворот корпуса ВЛ
4	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ППП вперед	небольшой поворот корпуса ВЛ
9	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ПС вперед	носок	Ча-ча-ча Лок ППП вперед	небольшой

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	Подуш. плоско		поворот
5	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		корпуса ВЛ
6	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
7	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	небольшой
9	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		поворот
10	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		корпуса ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** начинаем и заканчиваем в Откр Поз без замка.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Хоккейная клюшка, Спот-поворот ВЛ, Кубинский Брейк, Турецкое Полотенце.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** ш.1-5 Закр Осн Движ без замка или поворота, затем Спот-поворот В, Кубинский Брейк, Турецкое Полотенце.

### ЗАМЕЧАНИЯ

При исполнении Откр Осн Движения Ча-ча-ча Локи вперед или назад могут быть заменены тремя Ча-ча-ча Локами вперед или назад, соответственно. Счет в этом случае будет: 2 3 4 & 1, 2 & 3, 4 & 1. Предшествующие и последующие остаются без изменения.

## Веер (А) Fan

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС назад, дама с Л стороны	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	1/ 8 ВЛ
3	4	1/2	ПС в сторону немного вперед	Подуш. Плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП в сторону	
4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону немного вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ЛС вперед с Л бока	Подуш. плоско	Ход вперед	нет
2	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. Плоско	Поворотный Ход вперед	1/8 ВЛ
3	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	1/4 ВЛ
4	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		поворот
5	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		корпуса ВЛ

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Закр Поз, затем Л рука опускается, ш.2: освобождаем П кисть, ш.5: Веерная Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-5 Закр Осн Движ, Спот поворот ВП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Хоккейная Ключка, Алемана.

## Хоккейная Ключка (А) Hockey Stick

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ЛС почти при- ставляется к ПС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ компактное *	нет
4	&	1/2	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подуш. плоско	или Ронд-шассе	нет
5	1	1	ЛС в сторону не- большой шаг	Подуш. плоско		нет
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско		Ход назад
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
8	4	1/2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед	
9	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		
10	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Приставка с пе- реносом веса	нет
2	3	1	ЛС вперед	Подуш. Плоско	Ход вперед	нет
3	4	1/2	ПС вперед	Подуш.	Ча-ча-ча Лок	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
				плоско	ПЛП вперед	
4	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		нет
5	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		нет
6	2	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед	1/8 ВЛ
7	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
8	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	1/8 ВЛ
9	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Веер Поз, ш.5: Л рука поднимается, указывая даме поворот ВЛ, ш.10: Откр Поз с замком Л к П.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: ш.1-5 Закр Осн Движ, затем Нат Волчок или Поворот под рукой ВП, Откр Осн Движ, Алемана из Откр Поз, Откр Хип-твист, Откр Хип-твист Спираль. Если на последнем шаге поменять замок на замок П к П, то: Алемана с замком П к П, Турецкое Полотенце.

## **Хоккейная клюшка, законченная в Откр КПП (М) Hockey Stick Turned To Open CPP**

Чтобы закончить Откр КПП, на ш.7 мужчина увеличивает поворот дамы ВЛ усилием своей Л руки и ведет ее на исполнение Ча-ча-ча Лока ЛПЛ, заканчивая в Откр КПП. У мужчины поворот на 1/8 ВП на ш.6. У дамы - 3/4 ВЛ на ш.7, используя Спиральное закрепление. Оба двигаются диагонально вперед на ш.8-10.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Чек из Откр КПП, Кубинский Брейк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брейк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брейк из Откр КПП и Откр ПП.

---

\* (М) Здесь может быть Ронд шассе с приставкой на последнем шаге или ш.3-5 Откр Хип-твиста.

## Чек из Откр КПП (Нью-Йорк) (А) Chek from Open CPP

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/4 ВЛ **
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС вперед в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВЛ *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/4 ВП **
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	
4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: начинаем в Откр КПП, ш.5: в Откр Поз с Л к П.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Следующие фигуры, заканчивающиеся в Откр КПП: Спот поворот ВЛ, Поворот под рукой ВП, Чек из Откр ПП, ш.1-10 Рука к руке, Веер, Хоккейная Ключка, Откр Хип-твист, Закр Хип-твист, Алемана, Закр Хип-твист Спираль, Откр Хип-твист Спираль, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Веер, Спот поворот ВЛ, Поворот под рукой ВП. Если закончить в Откр ПП: Чек из Откр ПП.

---

\* Поворот начинается на предшествующем ударе музыки.

\*\* 3/8, чтобы закончить в Откр ПП с замком П к Л.

## Чек из Откр ПП (Нью-Йорк) (А) *Check from Open PP*

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС вперед в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВЛ *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/4 ВП **
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПП в сторону	
4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ЛС вперед в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/4 ВЛ **
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПП в сторону	
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: начинаем в Откр ПП с замком П к Л, ш.5: в Откр Поз с П к Л.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Следующие фигуры, заканчивающиеся в Откр ПП: Спот поворот ВП, Поворот под рукой ВЛ, Чек из Откр КПП, Рука к руке.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спот поворот ВП. Если закончить в Откр КПП: Чек из Откр КПП, Поворот под рукой ВЛ, Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП.

## Спот Поворот ВЛ (A) Spot Turn To Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС вперед накрест поворачиваясь и заканчивая ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВЛ *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	
4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ЛС вперед накрест поворачиваясь и заканчивая ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	

\* 7/8, если закончить в Откр ПП с замком П к Л.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	&	1/2	ПС полуприставляются к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-5: Откр Поз без замка.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-6 Тайм-степ, Спот поворот ВП, Поворот под рукой ВЛ, Плечом к плечу, Чек из Откр КПП, Рука к Руке.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Откр Осн Движ, Спот поворот ВЛ, Рука к Руке, Закрещенное Осн Движ. Если закончить в Откр КПП: Чек из Откр КПП, Поворот под Рукой ВЛ.

### **Поворот под Рукой ВП (А) Underarm Turn to Right.**

Если вместо Спот поворота ВЛ мужчина исполнит ш.6-10 Закр Осн Движ без поворота, указывая даме поворот ВП положением своей Л руки. Мужчина держит П кисть дамы в своей Л кисти, которая движется по кругу над П плечом дамы, позволяя ей поворачиваться ВП. На ш.5 может быть Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-5 Закр Осн Движ, Чек из Откр КПП, Спот поворот ВП, Поворот под Рукой ВЛ. ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Спот поворот ВП. Если закончить в Откр КПП: Чек из Откр КПП, Поворот под Рукой ВЛ.

## Спот Поворот ВП (А) Spot Turn To Right

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед накрест поворачиваясь и заканчивая ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ в сторону	
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС вперед накрест поворачиваясь и заканчивая ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВЛ *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	

\* 7/8, если закончить в Откр ПП с замком П к Л.

4	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-5: Откр Поз без замка.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-6 Тайм-степ, Спот поворот ВЛ, Чек из Откр ПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спот поворот ВЛ, Плечом к Плечу. Если закончить в Откр ПП: Чек из Откр ПП.

### **Поворот под Рукой ВЛ (А) Underarm Turn to Left.**

Если вместо Спот поворота ВП мужчина исполнит ш.1-5 Закр Осн Движ, начиная из Откр КПП (1/8 поворота ВЛ) и указывая даме поворот ВЛ положением своей Л руки. Мужчина первый шаг Закр Осн Движ делает сбоку от дамы и держит П кисть дамы в своей Л кисти, которая движется по кругу над П плечом дамы, позволяя ей поворачиваться ВЛ. На ш.5 может быть Закр Поз. Дама исполняет Спот поворот на 7/8 ВЛ.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: следующие фигуры, заканчивающиеся в Откр КПП: ш.6-10 Закр Осн Движ, Чек из Откр ПП, Спот поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП. ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Веер, Спот поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП, Плечом к плечу. Если вести даму вперед на ш.3-5: Нат Волчок. Если закончить в Откр ПП: Чек из Откр КПП.

## **Плечом к плечу (А) Shoulder to Shoulder**

### **ЗАМЕЧАНИЯ**

Альтернативным вариантом исполнения этой фигуры будет исполнение мужчиной партии дамы, а дамой партии мужчины после Спот поворота ВЛ (у мужчины  $1 \frac{1}{8}$ , у дамы  $7/8$ ), и продолжая Спо поворотом ВП.

(\*) В начальной позиции присутствует небольшое смещение в следствии поворота на предшествующей фигуре.

## Рука к Руке (А) Hand to Hand

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВП	1/4 ВП
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	ПС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП *
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом ВЛ	1/4 ВЛ *
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
ш.11-15: повторение ш.1-5, заканчивая в Откр Поз с замком Л к П **						

\* Поворот начинается на предшествующем ударе музыки.

\*\* Можно закончить в Откр КПП на ш.10 или в Откр ПП с замком П к Л на ш.5 или ш.15.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
дама						
1	2	1	ПС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом ВП	1/4 ВП
4	&	1/2	ЛС полупритсавляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	ЛС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *
7	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВЛ	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ПС полупритсавляется к ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
ш.11-15: повторение ш.1-5						

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: начинаем в Откр Поз с замком П к Л, затем выходим в Откр Фаллавей Поз с замком П к Л. ш.5: Откр Поз с замком Л к П. ш.6: Откр Фаллавей Поз с замком Л к П. ш.10: заканчиваем в Откр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Спот поворот ВЛ, Поворот под рукой ВП, Алемана с ОКОНЧАНИЕМ А.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Спот поворот В, Поворот под рукой В. Если закончить в Откр КПП на ш.10: Чек из Откр КПП, Поворот под Рукой ВЛ. Если закончить в Откр ПП на ш.15: Чек из Откр ПП.

### ЗАМЕЧАНИЯ

1. При исполнении этой фигуры мужчина может располагать свою П или Л кисти чуть ниже Л или П плеча дамы, соответственно. Руки дамы естественно лежат на П или Л плече мужчины. При исполнении в таком стиле, в качестве предшествующих могут быть: Закр Осн Движ или Нат Волчок с ОКОНЧАНИЕМ А.

2. Ча-ча-ча шассе может быть заменено тремя Ча-ча-ча. Счет 234&1, 2&3, 4&1, 234&1, 2&3, 4&1. При этом поворот на 1/4 делается на втором Ча-ча-ча, которое исполняется вперед Локом. Предшествующие и последующие не меняются.

## Натуральный Волчок (А и М) Natural Top

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	Непрерывный поворот ВП.
2	3	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	Боковой шаг	2 3/4 ВП на
3	4	1/2	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с закреплением и с поворотом ВП	ш.1-15 при  ОКОНЧАНИИ А
4	&	1/2	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско		
6	2	1	ЛС в сторону немного вперед	Подуш. плоско	Боковой шаг	На 1/8 ВП
7	3	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское	больше на ш.15 при

\* Этот шаг выполняется на носок, а работа стопы завершается на следующем шаге.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот	
					закрещивание	ОКОНЧАНИИ В	
8	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом		
9	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско	ВП		
10	1	1	ЛС в сторону немного вперед	Подуш. плоско			
11	2	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление		
12	3	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	Боковой шаг		
ОКОНЧАНИЕ А (А)							
13	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону		
14	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско			
15	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско			

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
ОКОНЧАНИЕ В (М)						
13	4	1/2	ПС вперед накрест ЛС	По- душ. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед с пово- ротом ВП	
14	&	1/2	ЛС закрепивается позади ПС	носок		
15	1	1	ПС вперед накрест ЛС	По- душ. плоско		

**Натуральный Волчок (А и М) Natural Top (Продолжение)**

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
дама						
1	2	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	Ход вперед с поворотом ВП	Непрерывный поворот ВП.
2	3	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско		
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВП	2 3/4 ВП на ш.1-15 при ОКОНЧАНИИ А
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско		
6	2	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ход вперед	
7	3	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	Боковой шаг	На 1/8 ВП
8	4	1/2	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с закреплением и с поворотом ВП	больше на ш.15 при ОКОНЧАНИИ В
9	&	1/2	ЛС в сторону немного назад	подушечка		
10	1	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
11	2	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	Боковой шаг	
12	3	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ход вперед	
ОКОНЧАНИЕ А (А)						
13	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВП	
14	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
15	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
ОКОНЧАНИЕ В (М)						
13	4	1/2	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ вперед с поворотом ВП	
14	&	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	носок		
15	1	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-15: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-5 Закр Осн Движ с небольшим поворотом ВП, последний шаг вперед между стоп мужчины, Поворот под Рукой ВЛ, если дама исполнит Ча-ча-ча Лок вперед, заканчивая между стоп мужчины.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: ОКОНЧАНИЕ А: Закр Осн Движ, Рука к Руке, Закрещенное Осн Движ. ОКОНЧАНИЕ В: Закр Хип-твист, Закр Хип-твист Спираль.

#### ЗАМЕЧАНИЯ

1. Можно исполнить только ш.11-15 Нат Волчка.
2. Смотрите замечание 3 после Нат Волчка в Румбе.

## Закрытый Хип-твист (М) Close Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	3/8 ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	1/8 ВЛ
3	4	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	Н, плоско *	Ронд Шассе	
4	&	1/2	ПС немного (небольшой шаг)	плоско		
5	1	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш. плоско		
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ПС в сторону немного вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ППП с поворотом ВЛ	1/8 ВЛ
9	&	1/2	ЛС полуприваляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону немного вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	3/4 ВП**

\* Замедленный Ход вперед, колено согнуто у дамы. Замедленный Ход вперед у мужчины

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте, затем свивл ВЛ	1/2 ВЛ
3	4	1/2	ПС вперед накрест	Н, плоско *	Хип-твист Шассе	
4	&	1/2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону в ПП	Подуш. плоско		
6	2	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед	нет
7	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
8	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Закр Поз, затем опускаем Л руку, ш.3: Закр Поз, ш.5: выходим в ПП, ш.7: освобождаем П кисть, ш.10: Веер Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Алемана с ОКОНЧАНИЕМ В, Нат Волчок с ОКОНЧАНИЕМ В.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Хоккейная Ключка, Алемана.

ЗАМЕЧАНИЯ

---

\*\* Поворот начинается на предшествующий удар иузыки.

На ш.3 нижняя часть корпуса дамы поворачивается больше, чем плечи.

### **Закрытый Хип-твист законченный в Откр КПП (М)**

Закр Хип-твист может быть закончен в Откр КПП, если во время исполнения дамой ш.7 мужчина увеличит ее поворот ВЛ за счет усилия своей Л руки и выведет ее на исполнение Ча-ча-ча Лока ЛПЛ, чтобы закончить в Откр КПП. Степень поворота у мужчины 1/4 ВЛ на ш.7-10, а у дамы 3/4 ВЛ на ш.7-10, используя Спиральное закрепивание на ш.7. Мужчина и дама двигаются диагонально вперед на ш.8-10, заканчивая в Откр КПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП, Кубинский Брейк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брейк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брейк из Откр КПП и Откр ПП.

## Алемана (А и М) Alemana

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	Перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ЛС почти приставляется к ПС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ компактное*	нет
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		нет
5	1	1	ЛС в сторону небольшой шаг	Подуш. плоско		нет
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
ОКОНЧАНИЕ А (А)						
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	нет
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет

\* (М) Здесь может быть Ронд шассе с приставкой на последнем шаге или ш.3-5 Откр Хип-твиста.

ОКОНЧАНИЕ В (М)						
8	4	1/2	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед с поворотом ВП	1/8 ВП
9	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		
10	1	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Приставка с переносом веса	нет
2	3	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед	нет
3	4	1/2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ вперед с поворотом ВП на последнем шаге	нет
4	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		нет
5	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		1/8 ВП
6	2	1	ЛС вперед накрест без веса затем поворот, заканчивая ЛС назад	Вш/Р носка плоско	Замедленный Ход вперед *	3/4 ВП
7	3	1	ПС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед затем свивл ВП	1/4 ВП

\* Колено выпрямлено

ОКОНЧАНИЕ А (А)						
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВП	1/8 ВП
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
ОКОНЧАНИЕ В (М)						
8	4	1/2	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ вперед с поворотом ВП	1/4 ВП
9	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		
10	1	1	ПС вперед накрест ЛС	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Веер Поз, ш.5: Л рука поднимается, указывая поворот ВП, ш.10: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: ОКОНЧАНИЕ А: Закр Осн Движ, Рука к Руке, Закрещенное Осн Движ. ОКОНЧАНИЕ В: Закр Хип-твист, Закр Хип-твист Спираль.

### **Алемана из Откр Поз с замком Л к П (А)**

Когда Алемана начинается из Откр Поз с замком Л к П, степень поворота у дамы будет: ш.1-5 без поворота, ш.6 1/2 ВП, ш.7 3/8 ВП. Все остальное без изменений. Если на последнем шаге Шассе предшествующей фигуры, закончившейся в Откр Поз, мужчина следует за дамой, то позиции стоп на двух первых шагах у дамы будут: 1. ПС назад, 2. ЛС на месте.

Шаги и повороты у мужчины остаются без изменений.

При желании изменить форму шассе на ш.3-5, можно исполнить ш.3-5 Откр Хип-твиста.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Откр Осн Движ, Хоккейная Ключка, Турецкое Полотенце.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Как у Алеманы.

### **Алемана из Откр Поз с замком П к П (М)**

В этом случае степень поворота у дамы: ш.1-5 без поворота, на ш.6 5/8 ВП, на ш.7 1/4 ВП, на ш.8-10 1/4 ВП.

У мужчины все без изменений, он исполняет только **ОКОНЧАНИЕ В**.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Откр Осн Движ, Хоккейная Ключка с замком П к П на последнем шаге, Турецкое Полотенце.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Закр Хип-твист с П стороны партнера с переходом к замку Л к П на ш.7.

### **Алемана законченная в Откр КПП (М)**

Алемана может быть закончена в Откр КПП, если на ш.7 мужчина останавливает поворот дамы ВП усилием Л руки, выводя ее в Откр КПП.

У мужчины поворот на 1/8 ВП на ш.6. У дамы: ш.6 3/4 ВП, ш.7 1/4 ВП. И мужчина и дама двигаются диагонально вперед на ш.8-10, заканчивая в Откр КПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Как для Алеманы.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Чек из Откр КПП, Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Отур ПП.

## Открытый Хип-твист (М) Open Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ЛС назад, носок развернут	Вн/Р носка	Шаг назад, не опуская каблук	нет
4	&	1/2	ПС проскальзывает назад	плоско	слип примерно на 8 см	нет
5	1	1	носок ЛС представляется к взъему ПС	Подуш. плоско	приставка с переносом веса	нет
6	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	4	1/2	ПС в сторону немного вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе	1/8 ВЛ
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско	ВЛ	
10	1	1	ПС в сторону немного вперед	Подуш. плоско	ПЛП с поворотом	
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
3	4	1/2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед, затем	нет
4	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок	свивл ВП	нет
5	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		нет
6	2	1	ЛС вперед накрест	Подуш. плоско	Ход вперед	1/4 ВП *
7	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
8	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

---

\* Поворот начинается на предшествующем ударе музыки.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Откр Поз с замком Л к П, ш.5: Л кисть к Л бедру, ш.10: Веер Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Откр Осн Движ, Хоккейная Ключка, Турецкое Полотенце.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Хоккейная Ключка, Алемана.

### **Открытый Хип-твист законченный в Откр КПП (М)**

Откр Хип-твист может быть закончен в Откр КПП, если во время исполнения дамой ш.7 мужчина увеличит ее поворот ВЛ за счет усилия своей Л руки и выведет ее на исполнение Ча-ча-ча Лока ЛПЛ, чтобы закончить в Откр КПП. Степень поворота у мужчины 1/4 ВЛ на ш.7-10, а у дамы 3/4 ВЛ на ш.7-10, используя Спиральное закрепивание на ш.7. Мужчина и дама двигаются диагонально вперед на ш.8-10, заканчивая в Откр КПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Чек из Откр КПП, Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП.

## Закрытая Хип-твист Спираль (F) Close Hip Twist Spiral

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
ш.1-6			Так же, как ш.1-6 Закр Хип-твиста			
7	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/4 ВЛ
8	4	1/2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед в Откр	
9	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок	КПП	
10	1	1	ПС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско		
дама						
ш.1-6			Так же, как ш.1-6 Закр Хип-твиста			
7	3	1	ПС вперед, пово- рачиваясь ВЛ и позволяя ЛС за- крепляться перед ПС без веса	Подуш., затем нос- ки обеих стоп	Ход вперед и Спиральное закрепление	Один полный поворот ВЛ
8	4	1/2	ЛС вперед	Подушечка	Шаг вперед	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ПС приставляется к ЛС	Подушечка	приставка с переносом веса	1/2 ВЛ
10	1	1	ЛС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско	Ход вперед	1/8 ВЛ

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.7: Л рука поднимается, П кисть опускается на талию дамы, ш.10: Откр КПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Алемана с ОКОНЧАНИЕМ В, Нат Волчок с ОКОНЧАНИЕМ В.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Чек из Откр КПП, Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП.

## Открытая Хип-твист Спираль (F) Open Hip Twist Spiral

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			Так же, как ш.1-6 Закр Хип-твиста			
ш.1-6						
ш.7-10			Так же, как ш.7-10 Закр Хип-твист Спирали			
дама			Так же, как ш.1-6 Закр Хип-твиста			
ш.1-6						
ш.7-10			Так же, как ш.7-10 Закр Хип-твист Спирали			

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1-6 как у Откр Хип-твиста, ш.7-10 как у Закр Хип-твист Спирали.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Откр Осн Движ, Хоккейная Ключка, Турецкое Полотенце.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП, Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП, Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП.

## Закрещенное Основное Движение (М) Cross Basic

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	Л каблук приставляется к П носку, Л носок развернут	Подуш. плоско	подтягиваем ЛС к ПС с сильным давлением в пол	нет
2	3	1	ПС назад, не-большой шаг	Подуш. плоско	короткий шаг назад	1/4 ВЛ
3	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВЛ *	
4	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
5	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	П каблук приставляется к Л носку, П носок развернут	Подуш. плоско	подтягиваем ПС к ЛС с сильным давлением в пол	нет
7	3	1	ЛС вперед, не-большой шаг	Подуш. плоско	короткий шаг назад	1/4 ВЛ
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ППП с поворотом ВЛ *	
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		

\* Ча-ча-ча Шассе в Закрещ Оsn Движ и перед ним выполняется более широко, чем обычно.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
Далее можно повторить сначала						
дама						
1	2	1	П каблук приставляется к Л носку, П носок развернут	Подуш. плоско	подтягиваем ПС к ЛС с сильным давлением в пол	нет
2	3	1	ЛС вперед, небольшой шаг	Подуш. плоско	короткий шаг назад	1/4 ВЛ
3	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Шассе ПЛП с поворотом ВЛ *	
4	&	1/2	ЛС полупроставляется к ПС	Подуш. плоско		
5	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
6	2	1	Л каблук приставляется к П носку, Л носок развернут	Подуш. плоско	подтягиваем ЛС к ПС с сильным давлением в пол	нет
7	3	1	ПС назад, небольшой шаг	Подуш. плоско	короткий шаг назад	1/4 ВЛ
8	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Шассе ЛПЛ с поворотом ВЛ *	
9	&	1/2	ПС полупроставляется к ЛС	Подуш. плоско		
10	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

СВЕЙ: у мужчины: ВЛ на ш.1,2 и ВП на ш.6,7. у  
дамы: Вп на ш.1,2 и ВЛ на ш.6,7.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: начинаем и заканчиваем в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Алемана с ОКОНЧАНИЕМ А, Спот поворот В, Поворот под Рукой ВП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Осн Движ. После ш.1-5: Веер.

### ЗАМЕЧАНИЯ

1. Более усложненным методом исполнения этой фигуры будет исполнение дамой поворота ВЛ под рукой мужчины на ш.5, выходя в Закр Поз на ш.8-10. Дама делает Спиральное Закрещивание на ш.5.

2. Как правило эта фигура повторяется несколько раз. На последних пяти шагах можно вывести даму в Веер Поз, в Откр Поз или Откр КПП.

## Кубинский Брэйк в Откр Поз (F) Cuban Break in Open Pos

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1/2	ЛС вперед накрест, развернут носок	Подуш. плоско	Чеки в Откр ПП в быстром ритме	нет
2	&	1/2	ПС на месте	Подушечка		нет
3	3	1/2	ЛС в сторону не- много назад	Подуш. плоско		нет
4	&	1/2	ПС на месте	Подушечка		нет
5	4	1/2	ЛС вперед накрест, развернут носок	Подуш. плоско		нет
6	&	1/2	Пс на месте	Подушечка		нет
7	1	1	ЛС в сторону не- много назад	Подуш. плоско		нет
8	2	1	ПС на носочке за- крещенная позади ЛС без веса	носок		легкие удары носком без веса в поз Латинско- го закрепивания
9	3	1	ПС на носочке за- крещенная позади ЛС без веса	носок	нет	
10	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону *	нет
11	&	1/2	ЛС полупристав-	Подуш.		нет

\* можно исполнить Хип-твист Шассе

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ляется к ПС	плоско		
12	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
дама			<p>Когда мужчина танцует ш.1-7, дама исполняет ш.1-5 Откр Осн Движ</p> <p>Когда мужчина танцует ш.8-12, дама исполняет ш.1-7, описанные выше</p>			

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-12: в Откр Поз без замка.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Откр Осн Движ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Осн Движ, Откр Осн Движ.

## **Кубинский Брэйк в Откр КПП (F) Cuban Break in Open CPP**

Кубинский Брэйк можно исполнить в Откр КПП. В этом случае ш.1-7 повторяются с другой ноги в Откр КПП. Дама исполняет ш.1-7 по описанию сначала с ПС, а потом с ЛС.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** любая фигура заканчивающаяся в Откр КПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП.

## Отдельный Кубинский Брэйк в Откр КПП (F) Split Cuban Break in Open CPP

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина					Чеки в Откр КПП в быстром ритме	
1	2	1/2	ЛС вперед накрест в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско		1/4 ВП *
2	&	1/2	ПС на месте	Подуш. Плоско		1/4 ВЛ
3	3	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско		
4	4	1/2	ПС вперед накрест, носок развернут	Подуш. плоско		нет
5	&	1/2	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
6	1	1	ПС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско	нет	
дама					Чеки в Откр КПП в быстром ритме	
1	2	1/2	ПС вперед накрест в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско		1/4 ВЛ *
2	&	1/2	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/4 ВП
3	3	1	ПС в сторону немного назад	Подуш. плоско		
4	4	1/2	ЛС вперед накрест, носок развернут	Подуш. плоско	нет	

\* поворот начинается на предшествующем ударе музыки.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	&	1/2	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
6	1	1	ЛС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско		нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: в Откр КПП, ш.4: П рука впереди перед корпусом в контакте с Л кистью дамы, ш.6: в Откр КПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: любая фигура, заканчивающаяся в Откр КПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Чек из Откр КПП.

## Отдельный Кубинский Брэйк из Откр КПП и Откр ПП (F) Split Cuban Break from Open CPP & Open PP

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1/2	ЛС вперед Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Чеки из Откр КПП и Откр ПП в быстром ритме	1/8 ВП *
2	&	1/2	ПС на месте	Подуш. Плоско		3/8 ВЛ
3	3	1	ЛС в сторону в Откр ПП	Подуш. плоско		
4	4	1/2	ПС вперед Откр ПП, носок развернут	Подуш. плоско		1/8 ВЛ *
5	&	1/2	ЛС на месте	Подуш. плоско		3/8 ВП
6	1	1	ПС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1/2	ПС вперед Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Чеки в Откр КПП в быстром ритме	1/4 ВЛ *
2	&	1/2	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/4 ВП
3	3	1	ПС в сторону в Откр ПП	Подуш. плоско		
4	4	1/2	ЛС вперед Откр	Подуш.		нет

\* поворот начинается на предшествующем ударе музыки.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ПП, носок раз-вернут	плоско		
5	&	1/2	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
6	1	1	ЛС в сторону в Откр КПП	Подуш. плоско		нет

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: в Откр КПП, ш.3: выходим в Откр ПП с замком П к Л, ш.6: в Откр КПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** любая фигура, заканчивающаяся в Откр КПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП.

**ЗАМЕЧАНИЯ**

Исполнение фигуры может начинаться из Откр ПП и заканчиваться в Откр ПП.

## Турецкое Полотенце (F) Turkish Towel

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			так же, как ш.1-7 Алеманы из Откр Поз с замком П к П			
ш. 1 - 7						
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. Плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом ВЛ	3/8 ВЛ
9	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
11	2	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
12	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
13	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом ВП	1/4 ВП
14	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско		
15	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
16	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
17	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
18	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом ВЛ	1/4 ВЛ
19	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш.		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ляется к ПС	плоско		
20	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
ш. 21 - 25			повторение ш.11-15			
26	1	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/8 ВП
27	1	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
28	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед	нет
29	1	1	ЛС закрепляется позади ПС	носок		нет
30	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		нет

## Турецкое Полотенце (F) Turkish Towel (Продолжение)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
дама			так же, как ш.1-7 Алеманы из Откр Поз с замком П к П			
ш. 1 - 7						
8	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. Плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом	1/2 ВП
9	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско	ВП	
10	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
11	2	1	ПС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
12	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
13	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом	1/4 ВЛ
14	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско	ВЛ	
15	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
16	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
17	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
18	4	1/2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ЛПЛ с поворотом	1/4 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
19	&	1/2	ПС полуприставляется к ЛС	Подуш. плоско	ВП	
20	1	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
21	2	1	ПС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
22	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
23	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП с поворотом ВЛ. с активным поворотом ВЛ в	1/4 ВЛ
24	&	1/2	ЛС полуприставляется к ПС	Подуш. плоско		
25	1	1	ПС в сторону, поворачиваясь ВЛ, позволяя ЛС без веса закрепляться перед ПС	Подушечка, затем носки обеих стоп	Спиральное закрепление на последнем шаге	5/8 ВЛ
26	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВЛ
27	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	3/8 ВЛ
28	4	1/2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	1/8 ВЛ
29	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		
30	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: Откр Поз с замком П к П, ш.5: П рука поднимается, указывая поворот ВП, ш.10: выходим в Теневую Поз, дама позади с Л стороны, замок Л к Л и П к П, П кисть за спиной, ш.15: Теневая Поз, дама позади с П стороны, замок тот же, Л кисть за спиной, ш.20: как на ш.10, ш.25: освобождая Л кисть и активно поворачивая даму ВЛ П кистью, затем освобождаем П кисть, ш.30: Откр Поз с замком или без замка.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Откр Осн Движ, Хоккейная Ключка, заканчивающаяся с замком П к П на последнем шаге.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Откр Осн Движ, Алемана из Откр Поз с замком П к П, Откр Хип-твист, Откр Хип-твист Спираль.

### **Методы смены ног**

Многие фигуры могут исполняться и мужчиной и дамой с одноименных ног, когда партнеры находятся в положении бок о бок без замка или в Теневой Поз.

Стандартизовано три метода смены ног. Методы 1 и 2 используются при переходе к позиции с одноименными ногами и обратно. Метод 3 используется для смены одноименных ног на разноименные.

## Метод 1 (М)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1	ПС вперед немно- го в сторону	Подуш. плоско	Ход вперед	нет
4	1	1	ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный ход вперед	3/8 ВП
5	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/8 ВП
6	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
7	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	нет
8	&	1/2	ЛС полупростав- ляется к ПС	Подуш. плоско		нет
9	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет

## Метод 2 (М)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4	1/2	ПС вперед немного в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед	нет
4	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		нет
5	1	1	ПС вперед немного в сторону	Подуш. плоско		нет
6	2	1	ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско	поворотный шаг вперед	3/8 ВП
7	3	1	ПС приставляется к ЛС без веса	Подушечка	стопа приставляется без веса	1/8 ВП
8	4	1/2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Ча-ча-ча шассе ПЛП в сторону	нет
9	&	1/2	ЛС полупроставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
10	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет

## Методы 1 и 2 (партии дамы)

Партии дамы в обеих случаях одинаковы. Дама исполняет ш.6-10 Откр Осн Движ, затем ш.1-5 Закр Осн Движ без замка и без поворота. Счет 2 3 4 & 1 2 3 4 & 1.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** (методы 1 и 2): ш.1: Откр Поз без замка, на последнем шаге: заканчиваем с Л стороны от дамы, вес на одноименных ногах.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** (методы 1 и 2): ш.1-5 Откр Осн Движ.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** (с одноименных ног в Теневой Поз): Закр Осн Движ без поворота, Откр Осн Движ, Тайм-степ в ритме Гуапача, Закр Осн Движ с Ронд Шассе и Хип-твист Шассе, Кубинский Брэйк, Отдельный Кубинский Брэйк.

Во всех этих фигурах дама исполняет те же шаги, что и партнер.

После исполнения небольшой связки на одноименных ногах танцоры переходят к обычной Откр Поз, используя методы 1, 2 или 3.

### **Переход к Откр Поз с обычным разноименным положением стоп**

Метод 1: мужчина повторяет ш.1-4 метода 1, а дама исполняет ш.1-5 Откр Осн Движ.

Метод 2: мужчина повторяет ш.1-7 метода 2, продолжая Ча-ча-ча Локом вперед. Дама исполняет Откр Осн Движ.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** (после перехода к обычной Откр Поз): Метод 1: ш.6-10 Откр Осн Движ. Метод 2: любая фигура, начинающаяся из Откр Поз, у мужчины вес на ПС.

### Метод 3 (F)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	&	1/2 *	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Подуш. плоско	шаг вперед	нет
2	2	1	ПС закрепляется позади ЛС	Подуш. Плоско	Латинское закрепление	нет
3	3	1	Антивист ВП, заканчивая ЛС в сторону немного назад	ЛС: подуш., плоско. ПС: носок, подуш.	Раскручивание ВП	1/2 ВП
4	4	1/2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ча-ча-ча Лок ПЛП вперед	нет
5	&	1/2	ЛС закрепляется позади ПС	носок		нет
6	1	1	ПС вперед	Подуш. плоско		нет
дама			Пока мужчина исполняет ш.1-6, дама исполняет ш.6-10 Откр Осн Движ. более сложный вариант исполнения:			

\* Этот шаг выполняется на вторую половину предшествующего удара музыки.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
1	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечки обеих стоп	приставка с переносом веса, колени согнуты.	нет
2	3	1	Оба колена резко выпрямляются, а стопы проскальзывают немного назад. Корпус наклонен вперед	плоско	стопы проскальзывают примерно на 8 см, затем перенос веса на ПС	нет
3	4	1 2	ЛС назад	носок	Ча-ча-ча Лок ЛПЛ назад	нет
4	&	1/2	ПС закрепляется перед ЛС	Подуш. плоско		нет
5	1	1	ЛС назад	Подуш. плоско		нет

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем сбоку от дамы, вес на одноименных ногах, ш.6: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** любая группа фигур, исполняемая на одноименных ногах.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** любая фигура, начинающаяся из Откр Поз, у мужчины вес на ПС.

## ПРИМЕРЫ КОМБИНАЦИЙ ТАНЦА

### Cha Cha Basic Choreographies

1. Forward Lock Step 4&1 - Turkish Towel 234&1 234&1(2) &34&1 234&1 - Continuous Lock Step 23&4&1 - Open Basic 234&1 - Swivel Hip Twist 2(3)4&1 - Hip Twist Ending to Open CPP 234&1  
[https://www.youtube.com/watch?v=E\\_YaqJ5X3U4&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9\\_07](https://www.youtube.com/watch?v=E_YaqJ5X3U4&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9_07)
2. Cuban Break 2&3&4&1 2&3&4&1 - Check with Ronde Chasse 234&1 - Swivels 234&1 - Hockey Stick 234&1 234&1 - Walks and Wisks 234&1 234&1  
[https://www.youtube.com/watch?v=Utwz8bMITnY&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9\\_07&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=Utwz8bMITnY&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9_07&index=2)
3. Foot Change to Same Foot Position 234&1 234&1 - Cuban Break 2&3&4&1 - RF Check with Ronde Chasse 234&1 - Split Cuban Break 2&3 4&1 - LF Check with Ronde Chasse 234&1 - Open Basic 234&1 - Foot Change with Drop Lock &23 4&1  
[https://www.youtube.com/watch?v=o9myrXrBzLI&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9\\_07&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=o9myrXrBzLI&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9_07&index=3)
4. Open Hip Twist Spiral 234&1 234&1 - Alemana Finish B 234&1 234&1 - Closed Hip Twist to Closed Position 234&1 234&1 - Open Basic with Guapacha Timing (2)&3 4&1 - Hip Twist Ending to Open Position 234&1  
[https://www.youtube.com/watch?v=gpTBJ08KJrA&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9\\_07&index=4&t=54s](https://www.youtube.com/watch?v=gpTBJ08KJrA&list=PLxIl8YU658TtokBbOShR9hqUygpwS9_07&index=4&t=54s)

## 5 Кубинская румба



Рикардо Кокки - Юлия Загоруйченко (профессиональные исполнители, 10-кратные Чемпионы мира по латиноамериканским танцам)

### **Музыкальный размер**

Музыкальный размер Румбы - 4/4 с ярко выраженным акцентом на 4-ом ударе каждого такта. Танцевание надо начинать с исполнения шага на 4-ый удар такта.

## **Темп**

27/29 тактов в минуту

## **Ритм и длительность**

Румба - это танец “тела”. Движения бедер делаются благодаря контролируемому переносу веса со стопы на стопу. Каждое перемещение стопы выполняется на 1/2 удара музыки. Перенос веса или движение корпуса делаются на вторую половину удара во 2-ом и 3-ем ударах такта. На шагах, исполняемых на два удара музыки, перенос веса или движение корпуса используют 1.5 удара.

Для понимания такой ритмической интерпретации, отсчет ритма для каждой фигуры начинается с подготовительного шага на счет 4, например: 4 и 1 и 2 и 3 и 4 и 1 ...

## **Прогрессивный Ход      Progressive Walks**

Основой всех движений , танцуемых в Румбе, является Прогрессивный Ход. Т.к. этот базовый элемент очень важен, дано детальное описание принципов, используемых для хорошего исполнения Хода вперед и Хода назад.

### **Ход вперед (мужчина и дама) (A) Forward Walks**

Прежде, чем начать двигаться, добейтесь правильного положения в корпусе и распределения веса. Вес полностью поместите над опорной стопой (скажем, ПС)(а) и вытяните ЛС назад без веса.

Чтобы начать Ход вперед, позволим корпусу двигаться вперед со слегка смещенной вперед верхней частью тела, благодаря соответствующему распределению веса.

Непосредственно перед тем, как будет достигнуто неустойчивое положение, двигаем Л ногу вперед, скользя носком по полу, затем подушечкой стопы, оказывая давление на пол. Перед тем, как завершить шаг, выпрямляем Л ногу и начинаем опускать каблук. Затем доносим вес на ЛС со скоростью, определяемой тем, на сколько ударов музыки исполняется Ход вперед - один или два.

Физическое усилие прикладывается к П ноге, которая остается без веса, но прямой. В конце шага бедро и носок П ноги будут развернуты примерно на 1/16 поворота.

То же самое повторяется для исполнения Хода вперед с ПС.

### **Ход назад (мужчина и дама) (A) Backward Walks**

Прежде, чем начать Ход назад, добейтесь правильного положения в корпусе и распределения веса. Вес полностью поместите над опорной стопой (скажем, ПС)(\*) и вытяните ЛС вперед без веса.

Чтобы начать Ход назад, двигаем ЛС назад, без изменения положения корпуса, сначала подушечкой, потом носком стопы с небольшим давлением на пол, в точку, куда будет удобно перенести вес на опорную ногу, колено которой будет выпрямляться. Колено Л ноги слегка согнуто. Каблук опускается, Л нога выпрямляется по мере того, как вес переносится со

---

\* Тазобедренная часть будет сильно двигаться вправо, а П нога будет оставаться прямой. Вследствии смещения таза Л нога будет казаться длиннее, чем П нога, следовательно, будет необходимо при работе Л ноги в значительной мере использовать колено и лодыжку.

скоростью, определяемой тем, на сколько ударов музыки исполняется. Ход назад - один или два. В конце шага Л нога выпрямится и будет перпендикулярна полу. Л бедро и носок развернуты примерно на  $1/16$  поворота. Физическое усилие направлено в ПС (теперь оставшуюся без веса), которая будет прямой, а П каблук касается пола или чуть приподнят над полом.

### **Прерванный Ход вперед (Checked Forward Walk)**

В Румбе (и Ча-ча-ча), когда на шаге вперед необходимо сделать остановку в продвижении вперед использовать обычный Ход вперед затруднительно, т.к. при завершении обычного шага вперед вес распределяется таким образом, что тело начинает двигаться вперед на следующий шаг. В этом случае применяется Прерванный Ход вперед, который отличается от Хода вперед следующим:

1. Шагающей стопе позволяется оказаться в конце шага в позиции, когда она находится впереди корпуса;
2. Происходит только частичный перенос веса на движущуюся стопу;
3. Колено другой ноги может быть согнуто, но при этом прижато к колену движущейся ноги;
4. Носок шагающей стопы развернут, примерно на 1/16.

Во всем остальном этот технический элемент не отличается от обычного Хода вперед, т.е. - работа стопы та же, колено движущейся ноги выпрямляется до переноса веса (полного или частичного), и также имеет место работа бедра.

### **Замедленный Ход (Delayed Walks)**

При исполнении определенных фигур, в основном в Румбе и Ча-ча-ча, применяется особый тип шагов, для того, чтобы изменить скорость движения корпуса и стопы, что позволяет более качественно отобразить ритмическую интерпретацию.

Такой ход называется Замедленный Ход и бывает трех типов:

1. Замедленный Ход вперед, колено выпрямлено;

2. Замедленный Ход вперед, колено согнуто;
3. Замедленный Ход назад, колено согнуто.

При исполнении этих ходов, сначала стопа выводится в положение без полного переноса веса. Вес переносится позже, чем обычно и поворот, если он есть, делается позже.

Определим позиции при Замедленном Ходе вперед: колено движущейся ноги или выпрямлено (как при обычном Ходе вперед), или согнуто, пока вес не перенесен полностью; колено опорной ноги всегда выпрямлено, когда вес переносится полностью.

При Замедленном Ходе назад колено движущейся ноги всегда согнуто, пока вес не перенесен полностью.

В таблицах обозначены все позиции, в которых может быть использован Замедленный Ход.

В замечаниях к таблицам указано - согнуто или выпрямлено колено до переноса веса.

### **Поворотный Ход вперед (Forward Walk Turning)**

Когда необходимо сделать поворот, двигаясь вперед, чтобы на следующем шаге двигаться вперед, но в другом направлении или назад без прерывания обычного движения бедра и корпуса, применяется Поворотный Ход вперед. Изменение направления достигается исполнением Хода вперед, но с крутым поворотом в требуемом направлении, сделанном во время переноса веса.

Примером использования Поворотного Хода вперед для продолжения движения вперед в другом направлении является последний шаг в партии мужчины во всех фигурах, заканчивающихся в Веерной Поз в Румбе.

Когда Поворотный Ход вперед используется для смены направления от движения вперед до движения назад, максимальная степень поворота, которая может быть сделана -  $3/8$ . При этом Позиция стоп в конце этого шага будет “Назад и немного в сторону”. Если исполняемая фигура требует большего поворота, то это достигается во время уже следующего шага назад. Пример этому имеет место в Румбе во время последних двух шагов в партии дамы во всех фигурах, заканчивающихся в веерной или Открытой позициях.

### **Кукарача (А) Cucarachas**

Кукарача определяется как “шаги с давлением” и танцуется, в основном, мужчиной. Движение состоит из группы трех шагов, обычно исполняемых без поворота, с приставкой на третьем шаге.

На первом шаге стопа движется дальше, чем корпус, и оказывается давление на пол, при этом часть веса остается на опорной стопе. Двигаться можно вперед, диагонально вперед, в стороны, диагонально назад или назад. Носок в конце этого шага будет немного развернут.

На втором шаге вес полностью возвращается на стоящую на месте опорную ногу.

На третьем шаге двигавшаяся стопа приставляется к опорной ноге. При исполнении Кукарачи каблук опорной стопы не отрывается от пола. Работа стопы следующая: ш.1. подушечка, плоско; ш.2. плоско; ш.3. подушечка, плоско. Однако это не так в случае Кукарачи вперед, здесь на всех шагах: подушечка, плоско.

Первый шаг Кукарачи вперед - это Прерванный Ход вперед.

### **Соединения для Хода вперед (А)**

Мужчина. Шесть шагов вперед (ЛПЛ, ПЛП).

Счет. 2 3 4.1 2 3 4.1

Дама. Шесть шагов назад (ПЛП, ЛПЛ).

Степень поворота. У мужчины и дамы. Шаги могут быть исполнены без поворота или по дуге ВП или ВЛ.

Положение в паре. ш.1-6 в Закр Поз.

Предшествующие. ш.4-6 Осн Движ, но ш.6 исполняется впр.

Последующие. Осн Движ.

### **Соединения для Хода назад (А)**

Мужчина. Шесть шагов назад (ПЛП, ЛПЛ).

Счет. 2 3 4.1 2 3 4.1

Дама. Шесть шагов вперед (ЛПЛ, ПЛП).

Степень поворота. У мужчины и дамы. Шаги могут быть исполнены без поворота или по дуге ВП или ВЛ.

Положение в паре. ш.1-6 в Закр Поз.

Предшествующие. ш.1-3 Осн Движ, но ш.3 исполняется назад..но ш.6 исполняется впр.

Последующие. ш.4-6 Осн Движ, Веер, если ш.6 сделать в сторону и немного назад, то Нат Волчок.

Описанные шаги вперед и назад обычно танцуются в таких соединениях только как экзерсис, чтобы сделать этот важный базовый технический элемент доступным для практической отработки начинающими учениками. Однако, шесть

шагов назад у партнера (вперед у дамы) очень часто исполняется, но в Откр Поз с замком кистей Л к П. С другой стороны, можно использовать замок кистей П к Л на первых трех шагах, меняя на замок Л к П на следующих трех шагах.

Положение в паре. ш.1-6 в Откр Поз, с замком кистей или без него.

Предшествующие. ш.1-3 Осн Движ, но ш.3 исполняется назад, освобождая П кисть; ш.1-3 Откр Хип-твиста, делая ш.3 назад.

Последующие. Поворот под рукой ВП, Спот-поворот ВЛ. Если ш.6 сделать в сторону и немного назад, то Нат Волчок.

### **Ход вперед в Теневой позиции (М) Forward Walks in Shadow Position**

Ход вперед можно исполнить в Теневой Поз, используя три стандартные замка кистей для Тен Поз.

При танцевании в этой позиции дама тоже исполняет Ход вперед, и техника исполнения не меняется.

Положение в паре. ш.1-6 в Тен Поз или с замком Л к П и П к Л, или с замком Л к П и П к П плечу, или с замком одноименных рук.

Предшествующие. Если на ш.3 Спирали перевести даму в Тен Поз, после чего она завершит Спиральное закрепление, то шаг после этого начинается с ПС (у дамы с ЛС).

Последующие. Закончив Ход вперед на счет 4.1 на ЛС, переводит вес на ПС на месте, танцуя ш.4-6 Осн Движ и ведя даму в Л сторону, чтобы закончить в Веерн Поз. Счет 2 3 4.1.

## Основное движение (А) Basic Movement

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС впр, носок развернут	Подуш. плоско	Остановленный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
3	4.1	2	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско	Задний поворотный шаг	ВЛ (1/8)
4	2	1	ПС нзд	Подуш. плоско	Ход назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
6	4.1	2	ПС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Передний поворотный шаг	ВЛ
дама						
1	2	1	ПС нзд	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
3	4	1/2	ПС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Поворотный ход вперед	ВЛ (1/8)
4	&	1/2	ЛС впр, носок развернут	Подуш. плоско	Остановленный ход вперед	нет
5	1	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	немного ВЛ
6	2	1	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско	Задний поворотный шаг	ВЛ

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: Закр Поз на ш.1-6.

ПОЛНАЯ СТЕПЕНЬ ПОВОРОТА: примерно 1/4 влево у мужчины и дамы.

ПРЕДШЕСТВУЮЮЩИЕ: Осн Движ, Спот-поворот ВЛ, Нат Волчок, Обр Волчок.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Осн Движ, Шаги Впр, Обр Волчок. После ш.3: Веер, Шаги Нзд, Нат Волчок.

### ЗАМЕЧАНИЯ

1. Т.к. Ход назад и Прерванный ход вперед не соответствуют друг другу по амплитуде движения, расстояние между партнерами при исполнении Осн Движ будет колебаться.

2. Если дальше исполняются Шаги нзд, то ш.3 исполняется нзд (у дамы - впр). Если дальше - Нат Волчок, то ш.3 у дамы исполняется впр между стоппартнера. ш.6 исполняется впр (у дамы - нзд) перед Шагами впр. Перед Обр Волчком на ш.5,6 поворот на 3/8 влево.

### **Альтернативное Основное Движение (М) Alternative Basic Movement**

Танцуется только мужчиной, после того, как он исполнит шаг, закончившийся “ПС в сторону” в Откр Поз и продолжающийся:

1. ЛС приставляется к ПС ..... счет 2
2. Перенос веса на месте ..... счет 3
3. ЛС в сторону и ннемного назад ..... счет 4.1

С последующим Нат Волчком.

Для исполнения в таком варианте, надо заменить ш.1-3 Осн Движ, чтобы перейти из Откр Поз в Закр Поз. При этом дама приставляет ПС к ЛС на ш.1, затем ЛС впр на ш.2.

## Веер (А) Fan

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ПС нзд	Подуш. плоско	Задний шаг	нет
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/ 8 ВЛ
дама			ПС в сторону не- много впр	Подуш. плоско	Передний пово- ротный шаг	нет
1	2	1				
2	3	1				
3	4	1/2	ЛС впр	Подуш. плоско	Передний шаг	нет
2	3	1	ПС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско	Передний пово- ротный шаг	1/8 ВЛ
3	4	1/2	ЛС нзд	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем в Закр Поз, затем Л рукой ведем даму в более плотную позицию. ш.2: Освобождаем П кисть. ш.3: Веерная Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** ш.1-3 Осн Движ, Шаги нзд, Шаги впр в Теневой Поз.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Хоккейная клюшка, Алемана, Скользящие дверцы, Три Алеманы.

### ЗАМЕЧАНИЯ

1. Мужчина может повернуться на 3/8 ВЛ на ш.2,3, чтобы закончить в Откр Поз. Тогда последующие: Алемана, ш.1-3

Осн Движ или Альтернативное Осн Движ с Нат Волчком, Откр Хип-твист, Закрутка (см. замеч. 2).

2. Если в фигуре, заканчивающейся в Откр Поз, мужчина на последнем шаге не двигается за дамой, то позиция стоп на первых двух шагах дамы в следующей фигуре будет: 1. ПС приставляетсяк ЛС; 2. ЛС впр.

## Хоккейная клюшка (А) Hockey Stick

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС впр, носок раз-вернут	Подуш. плоско	Кукарача впр	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско		нет
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
4	2	1	ПС нзд	Подуш. плоско	Ход назад	1/8 ВП
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	
6	4.1	2	ПС впр	Подуш. плоско	Ход назад	
дама						
1	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Стопа приставляется с весом	нет
2	3	1	ЛС впр	Подуш. Плоско	Ход вперед	нет
3	4.1	2	ПС впр	Подуш. плоско	Ход вперед	нет
4	2	1	ЛС впр	Подуш. плоско	Ход вперед	1/8 ВЛ
5	3	1	ПС в сторону и немного назад	Подуш. плоско	Поворотный ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС нзд	Подуш. плоско	Ход нзд	1/8 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1. Начинаем в Веер Поз. ш.3. Л рука поднимается, обозначая поворот дамы ВЛ. ш.6. Заканчиваем в Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Спираль, заканчиваемая в Веер Поз, Закрутка, Продолженный Круговой Хип-твист.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** ш.1-3 Осн Движ с Поворотом под Рукой ВП или с Нат Волчком, Алемана, Откр Хип-твист, Закрутка.

### **Хоккейная клюшка, заканчиваемая в Откр КПП (М)**

Хоккейная клюшка может быть закончена в Откр КПП, если мужчина увеличит поворот дамы на ш.5 за счет усилия Л руки, ведя даму в Откр КПП. У мужчины поворот на 1/8 ВП на ш.4. У дамы 3/4 ВЛ на ш.5 со Спиральным Кроссом. Оба партнера двигаются диаг впр на ш.6, заканчивая в Откр КПП с последующим исполнением Чека из Откр КПП.

## Спот-поворот влево (А) Spot Turn to Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС вперед накрест, в конце ЛС назад не- много в сторону	Подуш. Плоско	Передний пово- ротный шаг	Один полный поворот ВЛ *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. Плоско	Поворотный Ход вперед	
дама			ЛС вперед накрест, в конце ЛС назад не- много в сторону	Подуш. Плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВП *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. Плоско	Поворотный Ход вперед	

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** Откр Поз без замка кистей

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Спот-поворот ВП, Поворот под  
Рукой ВЛ, Чек из Откр КПП, Рука к Руке, Кубинские Роки.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Осн Движ, Спот-поворот ВП, Пovo-  
рот под Рукой ВЛ, Чек из Откр КПП, Рука к Руке.

---

\* 7/8, чтобы закончить в Откр КПП.

### **Поворот под Рукой ВП (А) Under Arm Turn to Right**

Вместо Спот-поворота ВЛ мужчина исполняет ш.4-6 Осн Движ без поворота, обозначая даме поворот ВП своей Л рукой. Л кисть мужчины, которая держит П кисть дамы, движется по кругу над П плечом дамы, позволяя ей повернуться ВП. На ш.3 можно выйти в Закр Поз.

Дама исполняет Спот-поворот в свою П сторону.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** ш.1-3 Осн Движ, Спот-поворот ВП, Поворот под Рукой ВЛ, Чек из Откр КПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Осн Движ, Спот-поворот ВП. Если закончить в Откр КПП - Поворот под Рукой ВЛ, Чек из Откр КПП.

## Спот-поворот вправо (А) Spot Turn to Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС вперед накрест, в конце ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВП *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	
дама			ПС вперед накрест, в конце ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	Один полный поворот ВЛ *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: Откр Поз без замка кистей

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Спот-поворот ВЛ, Чек из Откр  
ПП, Рука к Руке с ш.6.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спот-поворот ВЛ, Рука к Руке с ш.4.  
Если закончить в Откр ПП - Чек из Откр ПП.

---

\* 7/8, чтобы закончить в Откр ПП.

### **Поворот под Рукой ВЛ (А) Under Arm Turn to Left**

Вместо Спот-поворота ВП мужчина исполняет ш.1-3 Осн Движ из Откр КПП (с поворотом на 1/8 ВЛ), обозначая даме поворот ВЛ своей Л рукой. Л кисть мужчины, которая держит П кисть дамы, движется по кругу над П плечом дамы, позволяя ей повернуться ВЛ. На ш.3 можно выйти в Закр Поз.

Дама исполняет Спот-поворот на 7/8 в свою Л сторону.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Следующие фигуры, заканчивающиеся в Откр КПП: ш.4-6 Осн Движ, Спот-поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП, Чек из Откр ПП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Спот-поворот ВЛ. Поворот под Рукой ВП. Если на ш.3 вести даму вперед, то Нат Волчок. Если закончить в Откр ПП - Чек из Откр ПП.

## Чек из Открытой КПП (Нью-Йорк) (А) Chek from Open CPP

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС впр в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	шаг в сторону	1/4 ВЛ **
дама						
1	2	1	ПС впр в Откр КПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВЛ *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	
3	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	шаг в сторону	1/4 ВП **

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1 в Откр КПП, ш.3 заканчиваем в Откр Поз с замком кистей П к Л.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Заканчивающиеся в Откр КПП: Спот-поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП, Чек из Откр ПП, ш.1-6 Рука к Руке, Хоккейная клюшка, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Алемана, Спираль, Закрутка.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Спот-поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП. Если закончить в Откр ПП с замком кистей П к Л - Чек из Откр ПП.

---

\* Поворот начинается на предыдущем музыкальном ударе.

\*\* 3/8, если заканчивать в Откр ПП с замком кистей П к Л.

## Чек из Открытой ПП (Нью-Йорк) (А) *Chek from Open PP*

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ПС впр в Откр ПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВЛ *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	шаг в сторону	1/4 ВП **
дама			ЛС впр в Откр ПП, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	1/8 ВП *
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	шаг в сторону	1/4 ВЛ **

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1 в Откр ПП, ш.3 заканчиваем в Откр Поз с замком кистей П к Л.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Заканчивающиеся в Откр ПП: Спот-поворот ВП, Поворот под Рукой ВЛ, Чек из Откр КПП, Рука к Руке.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Спот-поворот ВП. Если закончить в Откр КПП: Чек из Откр КПП, Поворот под Рукой ВЛ.

---

\* Поворот начинается на предыдущем музыкальном ударе.

\*\* 3/8, если заканчивать в Откр КПП.

## Рука к Руке (А) Hand to Hand

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС нзд в Откр Фаллавей Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВП
4	2	1	ПС нзд в Откр Фаллавей Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП *
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВЛ
7-9			повторить ш.1-3, чтобы закончить в Откр Поз с замком Л к П **			
дама						
1	2	1	ПС нзд в Откр Фаллавей Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте	нет
3	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВЛ
4	2	1	ЛС нзд в Откр Фаллавей Поз	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *

\* Поворот начинается на предыдущем музыкальном ударе.

\*\* Можно закончить в Откр КПП на ш.6 или на ш.9 в Откр ПП с замком кистей П к Л.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВП
7-9	повторить ш.1-3.					

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1. Начинаем в Откр Поз с замком П к Л, затем выходим в Откр Фаллавей Поз с замком П к Л. ш.3. меняем замок на Л к П. ш.4 выходим в Откр Фаллавей Поз с замком Л к П. ш.6. Откр Поз с замком П к Л.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Спот-поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП, Чек из Откр ПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спот-поворот ВЛ, Поворот под Рукой ВП. Если закончить в Откр КПП на ш.6: Чек из Откр КПП. Если закончить в Откр ПП на ш.9: Чек из Откр ПП.

ЗАМЕЧАНИЯ При исполнении этой фигуры П или Л кисть мужчины может располагаться, соответственно, на Л или П лопатке дамы. При этом кисть дамы, естественно, лежит на П или Л плече мужчины. В случае такого исполнения в качестве предшествующих могут быть: Осн Движ или Спот-поворот ВЛ.

## Натуральный Волчок (А) Natural Top

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Задержанный шаг Задний Лат Кросс	1/4 ВП
2	3	1	ЛС в сторону и немного впр	Подуш. Плоско	Боковой шаг	1/4 ВП
3	4.1	2	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	1/4 ВП
4	2	1	ЛС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Боковой шаг	1/4 ВП
5	3	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	1/4 ВП
6	4.1	2	ЛС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Боковой шаг	1/4 ВП
7	2	1	ПС закрепляется позади ЛС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	1/4 ВП
8	3	1	ЛС в сторону и немного впр	Подуш. Плоско		1/4 ВП

\* Этот шаг выполняется на носок, а работа стопы (КН) завершается на следующем шаге.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
9	4.1	2	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Внутренний шаг	1/4 ВП
дама					На девяти шагах Поворотный Ход вперед	
1	2	1	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско		1/4 ВП
2	3	1	ПС впр и накрест к ЛС	Подуш. Плоско		1/4 ВП
3	4.1	2	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско		1/4 ВП
4	2	1	ПС впр и накрест к ЛС	Подуш. плоско		1/4 ВП
5	3	1	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. Плоско		1/4 ВП
6	4.1	2	ПС впр и накрест к ЛС	Подуш. плоско		1/4 ВП
7	2	1	ЛС в сторону и немного нзд	Подуш. плоско		1/4 ВП
8	3	1	ПС впр и накрест к ЛС	Подуш. Плоско		1/4 ВП
9	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	1/4 ВП	

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-9 в Закр Поз.

ПОЛНАЯ СТЕПЕНЬ ПОВОРОТА: 2 1/4 поворота ВП.

Можно сделать и больший поворот.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: ш.1-3 Осн Движ, немного повернувшись Вп (у дамы: ПС впр между стоп партнера). Шаги назад, закончив ш.6 “в сторону и немного назад”. Если вести

даму так, чтобы она сделала шаг вперед между стоп партнера, то Поворот под Рукой ВЛ. Альтернативное Осн Движ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Осн Движ, Закр Хип-твист, Спираль, Раскрытия ВП и ВЛ, Продолженный Хип-твист, Продолженный Круговой Хип-твист.

ЗАМЕЧАНИЯ: 1. При исполнении этой фигуры пара вращается вокруг точки, лежащей между стопами партнеров.

2. Можно исполнить только ш.7-9.

3. Для хорошей динамики и плавности исполнения вращения, в этой фиг. нет обычной работы бедер, за исключением последнего шага.

4. Дама может повернуться под поднятой Л рукой мужчины на ш.4,5. (М)

## Закрытый Хип-твист (А) Close Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Боковая Кука-рача	нет
2	3	1	ПС на месте	Плоско		нет
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
4	2	1	ПС нзд	Подуш. плоско	Ход назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ПС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/8 ВЛ
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Задний Ход	1/2 ВП *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. Плоско	перенос веса на месте затем свивл ВЛ	1/2 ВЛ
3	4.1	2	ПС вперед и накрест корпусу	Носок, плоско	Задержанный передний ход ** затем свивл ВП	
4	2	1	ЛС впр и накрест корпусу	Подуш. плоско	Ход вперед	1/4 ВП **

\* Поворот начинается на предыдущем ударе музыки.

\*\* Колени согнуты.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	3	1	ПС назад и не-много в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем в Закр Поз, затем опускаем Л руку. ш.3: возвращаемся в Закр Поз. ш.4: опускаем Л руку. ш.5: освобождаем П кисть. ш.6: в Веерной Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Нат Волчок, Алемана, Раскрытия ВП и ВЛ, Роуп-спининг, Три Алеманы, Продолженный Хип-твист.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка, Алемана, Скользящие Дверцы, Три Алеманы. Если мужчина повернется на 3/8 (дама на 5/8) ВЛ на ш.5,6, возвращаясь в Закр Поз, то - Обр Волчок.

### ЗАМЕЧАНИЯ

1. На ш.3 нижняя часть тела дамы поворачивается больше, чем плечи.

2. Мужчина может повернуться на 3/8 ВЛ на ш.5,6, чтобы закончить в сторону в Откр Поз. Тогда последующие: Алемана, ш.1-3 Осн Движ или Альтернативного Осн Движ с Нат Волчком, Откр Хип-твист, Закрутка. (См. замечание 2 к фиг.Веер)

3. ш.1-3 у мужчины могут быть заменены Усложненным Раскрытием.

### **Закрытый Хип-твист, законченный в Откр КПП**

Закрытый Хип-твист можно закончить в Откр КПП, если при исполнении дамой ш.5, мужчина увеличит ее поворот ВЛ за счет усилия его Л руки, и выводя даму в Откр КПП. Мужчина поворачивается на  $1/4$  ВЛ на ш.5,6, а дама на  $3/4$  ВЛ на ш.5,6, используя Спиральное закрепление на ш.5. Мужчина и дама двигаются диагонально вперед на ш.6, заканчивая в Откр КПП. Далее исполняется Чек из Откр КПП или Поворот под Рукой ВЛ.

## Обратный Волчок (А) Reverse Top

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот	
мужчина			ЛС закрепляется (кросс) перед ПС	Подуш. плоско	Свивл на подуш. ЛС в Латинское закрепление (кросс)	3/8 ВЛ	
1	2	1					
2	3	1		ПС впр и немного в сторону	Плоско	Боковая Кука-рача	1/8 ВЛ
3	4.1	2		ЛС закрепляется перед ПС	Подуш. плоско		3/8 ВЛ
4	2	1		ПС впр и немного в сторону	Подуш. плоско	Ход назад	1/8 ВЛ
5	3	1		ЛС закрепляется перед ПС	Подуш. плоско	перенос веса на месте	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВЛ	
дама			ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад (Задний шаг)	3/8 ВЛ	
1	2	1					
2	3	1		ЛС закрепляется (кросс) позади ПС	НКН *	Задержанный Ход назад Латинское закрепление (кросс)	1/8 ВЛ
3	4.1	2	ПС назад	Носок, плоско	Ход назад	3/8 ВЛ	

\* Этот шаг выполняется на носок, а работа стопы (КН) завершается на следующем шаге.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	2	1	ЛС закрепляется позади ПС	НКН *	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	1/8 ВЛ
5	3	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход назад (задний шаг)	1/4 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** в плотной Закр Поз.

**ПОЛНАЯ СТЕПЕНЬ ПОВОРОТА:** 1 5/8 ВЛ.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Осн Движ с поворотом на 3/8 ВЛ на ш.5,6, Закр Хип-твист с поворотом на 3/8 (у дам на 5/8) ВЛ на ш.5,6, выходя в Закр Поз. Откр Хип-твист, Закрутка, Спираль, заканчивающаяся в Веер Поз (все) с поворотом на 3/8 (у дамы на 5/8) ВЛ на ш.5,6, выходя в Закр Поз. На ш.6 во всех фигурах позиция стоп у мужчины: ПС в сторону и немного вперед. У дамы: ЛС закрепляется позади ПС. Замедленный Ход назад, Латинское закрепление.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Осн Движ. После ш.3, ш.4-6 Спирали (См. предшествующие для Спирали), Фаллавей.

#### ЗАМЕЧАНИЯ

1. При исполнении этой фигуры пара вращается вокруг точки, на которой вращается подушечка ЛС партнера.

2. Для хорошей динамики и плавности исполнения вращения, в этой фигуре нет обычной работы бедер, за исключением последнего шага.

## Алемана (А) Alemana

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Кукарача вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Плоско		нет
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
4	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Кукарача назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	плоско		нет
6	4.1	2	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско		нет
дама						
1	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	Прист.ногу с переменной веса	нет
2	3	1	ЛС вперед	Подуш. Плоско	Ход вперед	нет
3	4.1	2	ПС вперед	Носок, плоско	Ход вперед	1/8 ВП
4	2	1	ЛС вперед и накрест б/веса, затем поворот в поз ЛС нзд	нар.край носка	Задержанный Передний Ход *	3/4 ВП
5	3	1	ПС вперед	Подуш. плоско	Передний Ход, затем свивл ВП	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед	

\* Колено выпрямлено

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем в Веер Поз. ш.3: Л рука поднимается вверх, обозначая поворот дамы ВП. ш.6: в Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Спираль, законченная в Веер Поз, Закрутка, Продолженный Круговой Хип-твист.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Осн Движ, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Спираль, Раскрытие ВП и ВЛ, Роуп-спининг, Продолженный Хип-твист, Продолженный Круговой Хип-твист.

### **Алемана из Откр Поз с замком кистей Л к П (А)**

Здесь у дамы поворот распределится следующим образом: без поворота на ш.1,2,3; 1/2 ВП на ш.4; 1/2 ВП на ш.5,6. Если на последнем шаге предыдущей фигуры, закончившейся в Откр Поз, мужчина двигался за дамой, то Позиция стоп на двух первых шагах будет: 1: ПС назад. 2: ЛС на месте. У мужчины все остается неизменным.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Хоккейная клюшка, Спираль.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Как у Алеманы.

### **Алемана, законченная в Откр КПП (М)**

Чтобы закончить в Откр КПП, мужчина должен на ш.5 остановить поворот дамы ВП усилием своей Л руки и вывести ее в Откр КПП. У мужчины поворот на 1/8 ВП на ш.4. У дамы 3/4 ВП на ш.4. 1/4 ВП на ш.5. Мужчина и дама двигаются диаг вперед на ш.6 в Откр КПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** как у Алеманы.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП.

### **Алемана из Откр Поз с замком кистей П к П (F)**

Здесь степени поворота у дамы следующие: без поворота на ш.1,2,3; 5/8 ВП на ш.4; 3/8 ВП на ш.5,6. Шаги мужчины не меняются, за исключением ш.6, который исполняется вперед и накрест, поворачиваясь ВП и исполняя Усложненное Раскрытие в качестве начала следующей фигуры.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка или Спираль, законченная с замком кистей П к П.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Закр Хип-твист, Продолженный Хип-твист или Продолженный Круговой Хип-твист с П стороны, все начинаются с Усложненного Раскрытия. Переход к замку Л к П, как правило, происходит на предпоследнем шаге каждой из этих фигур.

## Открытый Хип-твист (А) Open Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско		перенос веса на месте
3	4.1	2	носок ЛС представляется к середине внутреннего ребра ПС	Подуш. плоско	Внутренний шаг	нет
4	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ПС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/8 ВЛ
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4.1	2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед, затем свивл ВП	нет
4	2	1	ЛС вперед и накрест	Подуш. плоско	Ход вперед	1/4 ВП *
5	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ

\* Поворот начинается на предыдущий удар музыки.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** в Откр Поз с замком Л к П. ш.3: Л кисть подводится к Л бедру. ш.6: в Веерной Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка, Спираль. Если следующие фигуры закончит в Откр Поз, то: Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Закрутка.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Хоккейная клюшка, Алемана, Скользящие Дверцы, Три Алеманы. Если на ш.5,6 мужчина повернется на 3/8 ВЛ (дама на 5/8), выходя в Закр Поз, то: Обр Волчок. Если на ш.5,6 мужчина повернется на 3/8 ВЛ, выходя в Откр Поз, то: Алемана, Откр Хип-твист, Закрутка. В том и другом случае: ш.1-3 Осн Движ или Альтернативного Осн Движ с Нат Волчком.

#### **ЗАМЕЧАНИЯ**

1. ш.1,2,3 мужчины в Откр Хип-твисте являются Кукарачей вперед с приставкой носка ЛС к ребру ПС на ш.3.

2. См. замечание 2 к фигуре Веер.

#### **Открытый Хип-твист, законченный в Откр КПП (М)**

Открытый Хип-твист можно закончить в Откр КПП, если, при исполнении дамой ш.5, мужчина увеличит ее поворот ВЛ за счет усилия его Л руки и выведет даму в Откр КПП. Мужчина поворачивается на 1/4 ВЛ на ш.5,6, а дама на 3/4 ВЛ на ш.5,6, используя Спиральное закрепление на ш.5. Мужчина и дама двигаются диагонально вперед на ш.6, заканчивая в Откр КПП. Далее исполняется Чек из Откр КПП или Поворот под Рукой ВЛ.

## Раскрытие Вправо и Влево (М) Opening out to Right and Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Кукарача в сторону	нет
2	3	1	ПС на месте	плоско		
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		
4	2	1	ПС в сторону	Подуш. плоско	Кукарача в сторону	
5	3	1	ЛС на месте	плоско		
6	4.1	2	ПС приставляется к ПС	Подуш. плоско		
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП *
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4.1	2	ПС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВЛ
4	2	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *
5	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/4 ВП

\* Поворот начинается на предыдущий удар музыки.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: начинаем в Закр Поз, затем освобождаем Л кисть. ш.3: берем Л кистью за П лопатку дамы и освобождаем П кисть. ш.6: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Нат Волчок, Алемана, Роуп-спиннинг, Три Алеманы, Продолженный Хип-твист.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Хип-твист, Спираль, Продолженный Хип-твист, Продолженный Круговой Хип-твист.

## Спираль (М) Spiral

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот	
мужчина			ЛС в сторону	Подуш. плоско	Кукарача в сторону	нет	
1	2	1					
2	3	1					ПС на месте
3	4.1	2		ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		
4	2	1		ПС назад	Подуш. плоско		Ход назад
5	3	1		ЛС на месте	Подуш. плоско		перенос веса на месте
6	4.1	2	ПС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед		
дама			ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/2 ВП **	
1	2	1					
2	3	1					ЛС на месте
3	4.1	2	ПС вперед на счет 4, затем поворот ВЛ на счет 1, позволяя ЛС закрепляться	Вш/Р носка, затем носки обеих стоп	Замедленный Ход вперед * на счет 4. Лодыжки закрежены, вес на ПС. Спи-	ударе ш.3	

\*\* Поворот начинается на предыдущий удар музыки.

\* Колени выпрямлены.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			без веса перед ПС		ральное закрепление	
4	2	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед	1/8 ВЛ
5	3	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/8 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем в Закр Поз, затем опускаем Л руку. ш.3: Л рука поднимается, поворачиваясь ВЛ на 1, П кисть на талии дамы. ш.4: освобождаем П кисть. ш.6: в Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Нат Волчок, Алемана, Раскрытие ВП и ВЛ, Скользящие Дверцы, Роуп-спиннинг, Три Алеманы, Продолженный Хип-твист. ш.4-6 Спирали могут быть исполнены после ш.3 Обр Волчка, если вести даму на исполнение Спирального закрепления на втором ударе ш.3 Обр Волчка.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** ш.1-3 Осн Движ с последующим Поворотом под Рукой или Нат Волчком. Алемана, Откр Хип-твист, Закрутка. После ш.1-3 Спирали: Фаллавей, Прогрессивный Ход в Теневой Поз.

### **Спираль, законченная в Веерной Поз (М)**

Чтобы закончить Спираль в Веерной Поз, мужчина должен увеличить степень поворота дамы ВЛ на ш.3-6, за счет усилия его Л руки, и вывести ее в Веерную Поз. Поворот дамы

будет: 7/8 ВЛ на втором ударе ш.3; 1/8 ВЛ на ш.4; 3/8 ВЛ на ш.5; 1/4 ВЛ на ш.6. У мужчины поворот на 1/8 ВЛ на ш.6.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** как для Спирали.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка, Алемана, Скользящие Дверцы, Три Алеманы. Если мужчина повернется на 3/8 ВЛ (дама на 5/8), выходя в Закр Поз на ш.5,6, то: Обр Волчок.

### **Спираль, законченная в Откр КПП (М)**

Чтобы закончить Спираль в Откр КПП, мужчина должен увеличить степень поворота дамы ВЛ на ш.3-5, за счет усилия его Л руки, и вывести ее в Откр КПП. У дамы поворот на 3/4 ВЛ на ш.5,6, используя Спиральное закрепивание на ш.5. У мужчины 1/4 ВЛ на ш.5,6. Оба партнера двигаются диаг вперед на ш.6, заканчивая в Откр КПП.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** как для Спирали.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Чек из Откр КПП.

## Закрутка (М) Curl

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Кукарача вперед	нет
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
4	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
6	4.1	2	ПС в сторону и немного впр	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	1/8 ВЛ
дама						
1	2	1	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	нет
2	3	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
3	4.1	2	ПС вперед с поворотом, чтобы ЛС без веса закрепились перед ПС	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед, затем Спиральное закрепление	5/8 ВЛ
4	2	1		Подуш. плоско	Ход вперед	1/8 ВЛ
5	3	1		Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2		Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: в Откр Поз с замком кистей Л к П. ш.3: Л рука поднимается, поворачиваясь ВЛ, П рука опускается на талию дамы. ш.4: Л рука опускается и П рука освобождается. ш.6: в Веерной Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка, Спираль, заканчивающаяся в Откр Поз, Веер, Закрытый Хип-твист, Откр Хип-твист, Закрутка.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Хоккейная Ключка, Алемана, Скользящие Дверцы, Три Алеманы. Если мужчина повернется на 3/8 ВЛ (дама на 5/8) на ш.5,6, выходя в Закр Поз, то: Обр Волчок. После ш.3 можно исполнить Фаллавей. Если мужчина повернется на 3/8 ВЛ на ш.5,6, выходя в сторону в Откр Поз, то: Алемана, Откр Хип-твист, Закрутка, ш.1-3 Осн Движ или Альтернативного Осн Движ с последующим Нат Волчком.

#### **ЗАМЕЧАНИЯ**

См. замечание 2 к фигуре Веер.

#### **Закрутка, законченная в Откр КПП (М)**

Чтобы закончить Закрутку в Откр КПП, мужчина должен увеличить степень поворота дамы ВЛ на ш.5, за счет усилия его Л руки, и вывести ее в Откр КПП. У дамы поворот на 3/4 ВЛ на ш.5,6, используя Спиральное Закрепление на ш.5. У мужчины 1/4 ВЛ на ш.5,6. Оба партнера двигаются диаг вперед на ш.6, заканчивая в Откр КПП. Далее исполняется Чек из Откр КПП.

## Фаллавей (Аида) (F) Fallaway

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ПС назад в Фаллавей	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВП
2	3	1	ЛС назад в Фаллавей	Подуш. Плоско	Ход назад	
3	4.1	2	ПС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	
дама						
1	2	1	ЛС назад в Фаллавей	Подуш. плоско	Ход назад	1/4 ВЛ *
2	3	1	ПС назад в Фаллавей	Подуш. Плоско	Ход назад	
3	4.1	2	ЛС назад в Откр Фаллав Поз	Подуш. плоско	Ход назад	

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: начинаем в Закр Поз, затем Л рука опускается, а П кисть освобождается. ш.3 в Откр Фаллавей Поз с замком кистей Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** ш.1-3 Обр Волчка. ш.1-3 Спирали. ш.1-3 Закрутки.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Кубинские Роки, Кукарача ВЛ и ВП (у дамы ВП и ВЛ) лицом друг к другу.

---

\* Если предшествующим были ш.1-3 Спирали или Закрутки, то даме надо сделать на ш.1-3 Фаллавей 3/4 или 5/8 ВЛ, соответственно. Тогда у дамы ш.1 вперед, а на ш.2 Поворотный Ход вперед.

## Кубинские Роки (F) Cuban Rocks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС на месте	плоско	перенос веса на месте	нет
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ЛС на месте	плоско	перенос веса на месте	нет
дама			ПС на месте	плоско	перенос веса на месте	нет
1	2	1				
2	3	1				
3	4.1	2	ПС на месте	плоско	перенос веса на месте	нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: в Откр Фаллавей Поз с замком Л к П. ш.2: освобождаем Л кисть. ш.3: без замка, вес на ЛС.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Фаллавей.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спот-поворот ВЛ \*, Ход вперед в Теневой Поз \*\* .

---

\* Поворот начинается на предыдущий удар музыки и заканчивается в Откр Поз или Откр КПП.

\*\* Первый шаг выполняется в Откр КПП без замка с поворотом на 1/2 ВЛ (у дамы ВП) в конце шага. Теневая Поз с замком одноименных рук достигается на втором шаге вперед.

## ЗАМЕЧАНИЯ

1. Кубинские Роки могут быть исполнены в любой позиции, если стопы находятся на расстоянии друг от друга с весом на любой стопе.

2. Альтернативным ритмом для Кубинских Роков может быть ритм 2 и 3 4.1. Здесь четыре переноса веса вместо трех, а фигура называется **Синкопированные Кубинские Роки**. На счет “2 и” неполный перенос веса.

## Роуп-спиннинг (F) Rope spinning

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
	1	1	На второй удар последнего шага предыдущей фигуры (обычно Нат Волчок) быстро повернуть даму ВП под Л рукой, опуская П плечо. После этого дама останется у П бока партнера лицом в противоположную сторону, продолжая далее:			
1	2	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Кукарача в сторону	нет
2	3	1	ПС на месте	плоско		нет
3	4.1	2	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско		нет
4	2	1	ПС диаг назад	Подуш. плоско	Кукарача диаг назад	нет
5	3	1	ЛС на месте	плоско		нет
6	4.1	2	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско		нет
дама						
			На второй удар последнего шага предыдущей фигуры сильно повернуться ВП на ЛС, позволяя ПС закрепляться перед ЛС без веса. Дама заканчивает лицом в противоположную от партнера сторону. Лодыжки и колени вместе (Спиральное закрепление). Продолжая далее:			
1	2	1	ПС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед по дуге ВП	Один полный

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
2	3	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		поворот ВП *
3	4.1	2	ПС вперед	Подуш. плоско		
4	2	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		
5	3	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
6	4.1	2	ЛС вперед	Подуш. плоско		

**СВЕЙ:** у мужчины: ВП на втором ударе последнего шага предыдущей фигуры, на ш.1,2. ВЛ на ш.4,5.

у дамы: нет.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1: Л рука поднята, тыльная сторона П кисти на Л лопатке дамы. ш.3: Л рука опускается. ш.6: Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** Нат Волчок, Алемана, Три Алеманы, Продолженный Хип-твист.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Закр Хип-твист, Спираль, Раскрытие ВП и ВЛ, Роуп-спиннинг, Продолженный Хип-твист, Продолженный Круговой Хип-твист.

---

\* дама делает еще один полный поворот и на втором ударе последнего шага предыдущей фигуры. Работа стопы: подушечка, плоско, затем носки обеих стоп.

## Скользящие дверцы (F) Sliding doors

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа	технический	поворот
мужчина						
1 - 3			Как 1-3 Хоккейной Ключки			
4	2	1	ПС назад	Подуш.	Кукарача	1/4 ВП
5	3	1	ЛС на месте	плоско		
6	4.1	2	ПС приставляется к	Подуш.		
7	2	1	ЛС в сторону	Подуш.	Кукарача	в нет
8	3	1	ПС на месте	плоско		нет
9	4.1	2	ЛС приставляется к	Подуш.		нет
10	2	1	ПС в сторону не-	Подуш.	Кукарача	в нет
11	3	1	ЛС ea месте	плоско		нет
12	4.1	2	ПС приставляется к	Подуш.		нет
шаги 7-12, включительно, можно повторить						
дама						
1 - 3			Как 1-3 Хоккейной Ключки			
4	2	1	ЛС вперед	Подуш.	Ход вперед	1/8 ВЛ
5	3	1	ПС назад, немного	Подуш.	Ход назад	1/8 ВП
6	4.1	2	ЛС нзд, немного	Подуш.	Ход назад	
7	2	1	ПС назад	Подуш.	Ход назад	нет
8	3	1	ЛС на месте	Подуш.	перенос веса	нет
9	4.1	2	ПС вперед накрест	Подуш.	Ход вперед	нет
10	2	1	ЛС в сторону	Подуш.	Кукарача	в нет
11	3	1	ПС на месте	плоско		нет
12	4.1	2	ЛС нзд, немного	Подуш.	Ход назад	нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-9 Веерная Поз. ш.3: Л рука поднимается, указывая поворот ВЛ. ш.4: освобождаем Л кисть, П кисть ложиться чуть выше талии дамы. ш.6: Теневая Поз с замком одноименных кистей рук. ш12: Теневая Поз с одноименным замком.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: Веер, Закр Хип-твист, Откр Хип-твист, Спаираль, законченная в Веер Поз, Продолженный Круговой Хип-твист, Закрутка.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Спираль из Теневой Поз, освобождая кисти на ш.3 \* , при этом ш.1-3 мужчина и дама делают вперед, на ш.4 переходя в Прог Ход в Теневую Поз с одноименным замком.

#### ЗАМЕЧАНИЯ

ш.7-9 мужчины могут быть заменены Усложненным Раскрытием. Дама на ш.9 исполняет Замедленный Ход вперед (колени согнуто).

---

\* Степень поворота у дамы: ш.1,2 - без поворота; один полный поворот на втором ударе ш.3; нет на ш.4; 3/8 ВЛ на ш.5; 1/8 ВЛ на ш.6. У мужчины - без поворота.

## Три Алеманы (F) Three Alemanas

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1 - 6			Как 1-6 Алеманы			
7	2	1	ЛС в сторону			
8	3	1	ПС на месте			
9	4.1	2	ЛС приставляется к ПС			
10 - 12			Как 4-6 Алеманы из Откр Поз с замком Л к П			
дама						
1 - 5			Как 1-5 Алеманы			
6	4	1	ЛС вперед, поворачиваясь, чтобы закончить ЛС назад	Подуш. плоско	Поворотный Ход вперед	3/ 8 ВП на ш.5,6
	1	1			Спиральное закрепивание	1/ 2 ВП
7	2	1	ПС вперед, поворачиваясь, чтобы закончить ЛС назад	Подуш. плоско	Ход вперед с сильным поворотом ВЛ	1 ВЛ
8	3	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Ход вперед затем свивл ВЛ	1/ 2 ВЛ
9	4.1	2	ПС вперед	Носок плоско	Замедленный Ход вперед *	
10 - 12			Как 4-6 Алеманы из Откр Поз с замком Л к П			

\* Колено согнуто

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1-6: как в Алемане, но рука опускается на втором ударе ш.6. ш.7: Л рука поднимается, ведя в поворот ВЛ. ш.9: Л рука как в Закр Поз. ш.10: Л рука поднимается, ведя в поворот ВП. ш.12: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ: как для Алеманы.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ: Закр Хип-твист, Спираль, Раскрытие ВП и ВЛ, Роуп-спиннинг, Прод Хип-твист, Прод Круговой Хип-твист.

## Усложненное Раскрытие (F) Advanced Opening out Movement

В последнее время исполнение этого движения мужчиной при ведении дамы в раскрытие на ш.1 Закр Хип-твиста или других аналогичных фигур стало наиболее частым. Аналогичное движение используется и в Ча-ча-ча.

Усложненное Раскрытие может быть исполнено вместо: ш.1-3 Закр Хип-твиста, ш.7-9 фигуры Скользящие Дверцы, ш.1-3 Продолженного Хип-твиста или Продолженного Кругового Хип-твиста.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	2	1	ЛС вперед носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	3/8 ВП *
2	3	1	ПС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	1/8 ВЛ
3	4.1	2	ЛС закрепляется позади ПС	носок плоско	Замедленный Ход назад Латинское закрепление	
дама						
У дамы нет существенных изменений, кроме того, что на ш.1 партнер ведет ее в поворот на 1/4 ВП больший, чем обычно, и начинающийся на втором музыкальном ударе предыдущего шага.						

\* Поворот начинается на предыдущем ударе музыки.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ: ш.1: начинаем в Закр Поз, затем опускаем Л руку. ш.3: Закр Поз.

#### ЗАМЕЧАНИЯ

Для того, чтобы выйти в правильную позицию при исполнении Усложненного Раскрытия, мужчина должен изменить стандартную позицию последнего шага предшествующей фигуры, например: ш.6 Алеманы, ш.9 Нат Волчка и ш.6 фигуры Скользящие Дверцы должны быть исполнены “ПС вперед и накрест ЛС”, поворачиваясь ВП.

## Продолженный Хип-твист (F) Continuous Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			Как 1-3 Закр Хип-твиста			
1 - 3						
4	2	1	ПС диагонально назад	Подуш. плоско	Кукарача диагонально назад	1/8 ВЛ
5	3	1	ЛС на месте	плоско		нет
6	4.1	2	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско		3/8 ВП
дама			Как 1-3 Закр Хип-твиста			
1 - 5						
4	2	1	ЛС вперед и накрест	Подуш. плоско	Ход вперед, затем свивл ВЛ	1/4 ВП *
5	3	1	ПС вперед и накрест	Подуш. плоско	Ход вперед	3/8 ВЛ
6	4.1	2	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Поворотный ход вперед	3/8 Вп

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ:** ш.1-3: как в Закр Хип-твисте. ш.4: начинаем в Закр Поз, затем слегка опускаем Л руку. ш.6: Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ:** как для Закр Хип-твиста.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ:** Закр Хип-твист, Спираль, Раскрытие ВП и ВЛ, Продолженный Хип-твист, Продолженный Круговой Хип-твист.

### ЗАМЕЧАНИЯ

ш.1-3 мужчины могут быть заменены Усложненным Раскрытием.

---

\* Поворот начинается на предыдущем ударе музыки.

## Продолженный Круговой Хип-твист (F) Continuous Circular Hip Twist

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			Как 1-3 Закр Хип-твиста			
1 - 3						
4	2	1	ПС в сторону не-много назад	Подуш. плоско	Шаг в сторону	1/8 ВЛ
5	3	1	ЛС закрепляется позади ПС	НКН *	Замедленный Ход назад. Латинское закрепление	1/8 ВЛ
6	4.1	2	ПС в сторону не-много вперед	Подуш. плоско	Шаг в сторону	1/8 ВЛ
7	2	1	как ш.5			
8	3	1	как ш.6			
9	4.1	2	как ш.5	носок плоско		
10 - 12			Как 4-6 Закр Хип-твиста			
дама			Как 1-3 Закр Хип-твиста			
1 - 3						
4	2	1	ЛС вперед и накрест	Подуш. плоско	Ход вперед, затем свивл ВЛ	1/8 ВЛ **
5	3	1	ПС вперед и накрест	носок плоско	Замедленный Ход вперед, за-	3/8 ВЛ

\* Шаг выполняется на носочке (Н), а работа стопы завершается на следующем шаге.

\*\* Поворот начинается на предыдущем ударе музыки.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					бтем свивл ВЛ ***	
<b>Мб здесь не хватает</b>						

---

\*\*\* Колено согнуто.

## ПРИМЕРЫ КОМБИНАЦИЙ ТАНЦА

### Rumba Basic

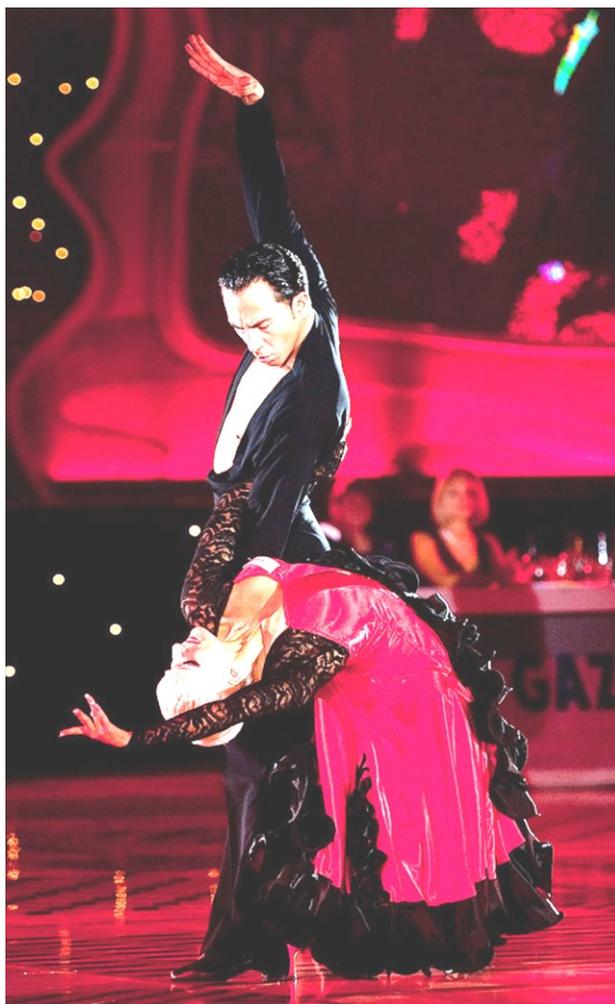
1. Curl to Fallaway (in Habanera Timing) 234(12) &34(1) - Cuban Rocks and Spot Turn to Left 234(1) 234(1) - Side Steps 234(1) 234(1) - Under arm Turn to Left 234(12) - Open Hip Twist Ending &34(1) <https://www.youtube.com/watch?v=EcikN7Knl7k&list=PLxII8YU658Ttx0dGbkuDDElKaeiZljFb6&index=1&t=3s>

2. Alemana 234(1) 234(1) - Opening Out to Right and Left 234(1) 234(1) - Sliding Doors 234(1) 234(1) - Spiral to Open Position 234(1) 234(1) <https://www.youtube.com/watch?v=89FSZwPVOt8&t=27s>

3. Alemana 234(1) 234(1) - Opening Out to Right and Left 234(1) 234(1) - Sliding Doors 234(1) 234(1) - Spiral to Open Position 234(1) 234(1) <https://www.youtube.com/watch?v=rrdjfXbohTg>

4. Steps 1-3 of Curl 234(1) - Progressive Walks to Spiral to Fan Position 234(1) 234(1) 234(1) - Three Alemanas 234(1) 234(1) 234(1) 234(1) <https://www.youtube.com/watch?v=6wXn3BCBBiQ&t=55s>

## 6. Испанский пасодобль



Майкл Малитовски - Джоанна Леунис (профессиональные исполнители, чемпионы мира по латиноамериканским танцам, 8-кратные победители на профессиональном чемпионате по латиноамериканскому танцу на престижном танцевальном фестивале в Блэкпуле)

## **Музыкальный размер**

Музыкальный размер Пасодобля 2/4 с музыкальным акцентом на первом ударе каждого такта.

## **Темп**

60/62 такта в минуту

## **ПП и КПП**

В дополнение к информации о ПП и КПП в разделе “Общие положения” надо добавить то, что характерно для Пасодобля:

1. Когда мужчина или дама, или оба двигаются в ПП, нет контакта в корпусе, а партнеры двигаются на расстоянии, примерно, 25 см друг от друга.

2. При исполнении таких фигур мужчина и дама не двигаются, как обычно, на разноименных стопах, например, на ш.7-16 фигуры Шестнадцать мужчина остается на месте, пока дама двигается из ПП в КПП, а он меняет положение своих рук из ПП в КПП.

То же самое имеет место в некоторых других фигурах.

Хотя пара не движется в ПП или КПП вместе в позиции стоп того из партнеров, который двигается в ПП или КПП, указывается “в ПП” или “в КПП”. Угол между партнерами в таком случае отличается от обычного.

## **Методы счета на четыре и восемь ударов**

Использование в некоторых фигурах счета 1.2.1.2. и т.д. не всегда удобно, поэтому часто используется отсчет по четыре или по восемь шагов, выбирая числовой счет или 1234, или 12345678. Этот метод счета рекомендуется при обучении, а также приемлем как альтернативный при сдаче профессиональных экзаменов.

### **Аппель (A) Appel**

Аппель - это подготовительный шаг, используемый для начала движения, в которых Закр.Поз. не является принципиальной.

Начинающийся из Закр.Поз, стопы вместе, вес на ЛС (у дамы на ПС), Аппель представляет из себя активное опускание на ПС, сопровождаемое ведением в исполняемую фигуру. Работа стопы в Аппеле - подушечка, плоско.

## ОСНОВНОЕ ДВИЖЕНИЕ (А) Basic movement

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС вперед	Подушечка	Очень короткий шаг вперед на подушечках ступней с сильным давлением в пол	1/2 ВЛ*
2	2	1	ЛС вперед	Подушечка		
3	1	1	ПС вперед	Подушечка		
4	2	1	ЛС вперед	Подушечка		
5	1	1	ПС вперед	Подушечка		
6	2	1	ЛС вперед	Подушечка		
7	1	1	ПС вперед	Подушечка		
8	2	1	ЛС вперед	Подушечка		
дама						
1	1	1	ЛС назад	Подушечка	Очень короткий шаг назад на подушечках ступней с сильным давлением в пол	1/2 ВЛ*
2	2	1	ПС назад	Подушечка		
3	1	1	ЛС назад	Подушечка		
4	2	1	ПС назад	Подушечка		
5	1	1	ЛС назад	Подушечка		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
6	2	1	ПС назад	Подушечка		
7	1	1	ЛС назад	Подушечка		
8	2	1	ПС назад	Подушечка		

\* Осн. Движ может исполняться без поворота или по дуге ВП или ВЛ, двигаясь вперед или назад. Может использоваться вместо Сюр Плэйс для достижения необходимого построения.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-8: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ И ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивает лицом к Ц.

дама: начинает спиной к С, заканчивает спиной к Ц.

## СЮР ПЛЭЙС (А) Sur Place

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на ме- сте	Подушечка*	Перенос веса с одной ступни на другую с сильным давле- нием в пол	Без пово- рота или 1/4 ВЛ или ВП**
2	2	1	ЛС на ме- сте	Подушечка*		
3	1	1	ПС на ме- сте	Подушечка*		
4	2	1	ЛС на ме- сте	Подушечка*		
дама						
1	1	1	ЛС на ме- сте	Подушечка*	Перенос веса с одной ступни на другую с сильным давле- нием в пол	Без пово- рота или 1/4 ВЛ или ВП**
2	2	1	ПС на ме- сте	Подушечка*		
3	1	1	ЛС на ме- сте	Подушечка*		
4	2	1	ПС на ме- сте	Подушечка*		

\* может быть носок или плоско

\*\* если есть поворот ВП или ВЛ, партнер, находящийся на внешней стороне поворота, будет исполнять короткий шаг в сторону на соответствующий счет.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-4: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ И ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс является связующим движением между фигурами. Можно использовать только два шага (1 такт), чтобы следующую фигуру начать на первый удар музыкальной фразы. Если предшествующая фигура заканчивается на ПС (у мужчины), то Сюр Плэйс начинается с ЛС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется позицией, в которой заканчивается предшествующая фигура.

## ШАССЕ ВПРАВО (А) Shasse to right

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет*
2	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	Перенос веса	нет
3	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
4	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	Перенос веса	нет
дама						
1	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет*
2	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	Перенос веса	нет
3	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
4	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	Перенос веса	нет

\* можно исполнить без поворота или по дуге с поворотом до 1/4 ВЛ.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-4: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Променад, Шестнадцать, Шассе Плащ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе Плащ, Атака, Обр Фол-  
лавей, Пике. Если закончить лицом против Лт: Разделение,  
Синкопированное Разделение.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: лицом к Ц.

дама: спиной к Ц.

## ШАССЕ ВЛЕВО (А) Shasse to left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подушечка	Сюр Плайсе	нет*
2	2	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
3	1	1	ПС приставляется к ЛС	Подушечка	перенос веса	нет
4	2	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
дама						
1	1	1	ПС на месте	Подушечка	Сюр Плайсе	нет*
2	2	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
3	1	1	ПС приставляется к ЛС	Подушечка	перенос веса	нет
4	2	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет

\* можно исполнить без поворота или по дуге с поворотом до 1/4 ВП.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-4: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс или Аппель с приставкой ПС к ЛС на счет 1. Если ш.4 исполнять в сторону в ПП, то: Плац, Закр.Пром, Большой Круг, Испанская линия.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: лицом к С.

дама: спиной к С.

## **ПОДЪЕМ ВПРАВО (A) Elevations to Right**

Если Шассе ВП исполнять с изменением уровня, то оно называется подъем ВП.

Наиболее типичные используемые варианты:

1. ш.1,2 Шассе ВП исполняются с согнутыми коленями, а стопа - плоско. ш.3,4 наверху, на носках, колени выпрямлены.

2. ш.1,2 Шассе ВП исполняются наверху, колени выпрямлены, на носках. ш.3,4 внизу, стопа - плоско, колени согнуты.

3. ш.1-4 Шассе ВП исполняются с согнутыми коленями, а стопа - плоско, затем ш.1-4 наверху, на носках, колени выпрямлены.

4. ш.1-4 Шассе ВП исполняются наверху, колени выпрямлены, на носках. ш.1-4 внизу, стопа - плоско, колени согнуты.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Как для Шассе ВП.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Как для Шассе ВП.

## **ПОДЪЕМ ВЛЕВО (A) Elevations to Left**

Если Шассе ВЛ исполнять с изменением уровня, то оно называется подъем ВЛ.

Наиболее типичные используемые варианты:

1. ш.1,2 Шассе ВЛ исполняются с согнутыми коленями, а стопа - плоско. ш.3,4 наверху, на носках, колени выпрямлены.

2. ш.1,2 Шассе ВЛ исполняются наверху, колени выпрямлены, на носках. ш.3,4 внизу, стопа - плоско, колени согнуты.

3. ш.1-4 Шассе ВЛ исполняются с согнутыми коленями, а стопа - плоско, затем ш.1-4 наверху, на носках, колени выпрямлены.

4. ш.1-4 Шассе ВЛ исполняются наверху, колени выпрямлены, на носках. ш.1-4 внизу, стопа - плоско, колени согнуты.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Как для Шассе ВЛ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Как для Шассе ВЛ.

## ПЛАЩ (А) Huit

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот				
мужчина			ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет				
1	1	1								
2	2	1					ЛС приставля- ется к ПС	Подуш.плоско	Перенос веса	1/8 ВП
3	1	1					ПС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
4	2	1					ЛС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
5	1	1					ПС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
6	2	1					ЛС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
7	1	1					ПС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
8	2	1					ЛС на месте	Плоско	Сюр Плэйс	нет
дама			ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет				
1	1	1								
2	2	1					ПС в сторону	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	1/4 ВЛ
3	1	1					ЛС на месте, в КПП	Подуш.плоско	Перенос веса на месте	
4	2	1					ПС вперед и накрест в КПП	Кабл.плоско	Марш	нет
5	1	1					ЛС в сторону	Подушечка	Шаг вперед с	1/4 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					поворотом	
6	2	1	ПС на месте в ПП	Подуш.плоско	Перенос веса на месте	
7	1	1	ЛС вперед в напр.партнера	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВЛ
8	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	Перенос веса	

**СВЕЙ** мужчина: ВП на ш.2 и 3, ВЛ на ш.5 и 6. дама: нет.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в ПП, ш.3: положение рук как в КПП, ш.6: положение рук как в ПП, ш.8: в Закр.Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Сюр Плэйс или Шассе ВЛ, исполняя последний шаг в ПП, Пром в Контр Пром.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Сюр Плэйс, Променад, Шестнадцать, Пром и Контр Пром, Твист Поворот, Твисты, Фоллавэй Виск, Ля Пассе, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина и дама: начинает по ЛТ в ПП, заканчивает лицом к С дама - спиной).

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

На ш.3-8 мужчина может оставаться на месте, стопы вместе, без переноса веса.

## АТАКА (А) Attack

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ЛС вперед	Кабл.плоско	Марш	1/4 ВЛ
3	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
4	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	нет
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ПС назад	Подуш.плоско	Шаг назад	1/4 ВЛ
3	1	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
4	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	нет

**СВЕЙ** мужчина: ВЛ на ш.2-4. дама: ВП на ш.2-4.

**ПОДЪЕМ И СПУСК** Колени сгибаются в конце первого шага, затем внизу на всей фигуре.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Закр.Поз, ш.2-4: Л рука опускается круговым движением до уровня талии.(\*).

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Сюр Плэйс, Променад, Шестнадцать.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Сюр Плэйс, выходя на обычную высоту и к построению по ЛТ, необходимое для исполнения следующей фигуры.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: начинает лицом к Ц, заканчивая лицом против ЛТ.

дама: начинает спиной к Ц, заканчивая спиной против ЛТ.

## РАЗДЕЛЕНИЕ (А) Separation

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ЛС вперед	Кабл.плато	Марш	нет
3	1	1	ПС приставляется к ЛС	Подушечка	перенос веса	
4	2	1	ЛС на месте	Подушечка*	Сюр Плэйс	нет
5	1	1	ПС на месте	Подушечка	Сюр Плэйс	нет
6	2	1	ЛС на месте	Подушечка	Сюр Плэйс	нет
7	1	1	ПС на месте	Подушечка	Сюр Плэйс	нет
8	2	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Сюр Плэйс	нет
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ПС назад	Подуш.плато	Шаг назад	нет
3	1	1	ЛС назад	Подушечка	Шаг назад	нет
4	2	1	ПС приставляется к ЛС	Носок*	перенос веса	нет
5	1	1	ЛС вперед	Носок	Осн Движ	нет
6	2	1	ПС вперед	Подушечка		нет
7	1	1	ЛС вперед	Подушечка		нет
8	2	1	ПС вперед	Подуш.плато		нет

\* Если продолжить Синкопированным Разделением, то у мужчины: подушечка, плато, а у дамы: носок, плато.

**ПОДЪЕМ И СПУСК** дама: внизу на ш.1,2. Подъем в конце ш.3, ш.4 наверху. Спуск распределен на ш.5-8, заканчивая на обычном уровне.

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: в Закр.Поз, ш.3: освобождаем П кисть, ш.4: выходим в Откр.Поз с замком Л к П, ш.8: в Закр.Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Сюр Плэйс, Шассе ВП по дуге, заканчивая против ЛТ, Разделение.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Сюр Плэйс, Разделение, Синкопированное Разделение.

**ПОСТРОЕНИЕ** мужчина: начинает и заканчивает лицом против ЛТ.

дама: начинает и заканчивает спиной против ЛТ.

## ШЕСТНАДЦАТЬ (А) Sixteen

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
4	2	1	ЛС в стор.и немного назад	Подуш.плато	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
5	1	1	ПС назад, П плечо -ведущее	Подуш.плато	Шаг назад	
6	2	1	ЛС назад партнер снаружи	Подуш.плато	Шаг назад	нет
7	1	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плато	перенос веса	1/4 ВП
8	2	1	ЛС на месте	Плато	Сюр Плэйс	нет
Шаги 9-16			То же, что ш.1-8 Плато, но стопы не двигаются на ш.1,2			
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ПС в сторону, в ПП	Кабл.плато	Марш	1/8 ВП
3	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
4	2	1	ПС вперед	Кабл.плато	Марш	1/8 ВП
5	1	1	ЛС вперед,Л плечо-ведущее	Кабл.плато	Марш	нет
6	2	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плато	Марш	нет
7	1	1	ЛС в сторону	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
8	2	1	ПС на месте в ПП	Подуш.плато	Перенос веса на месте	
Шаги 9-16			То же, что ш.1-8 Плаща			

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5,10 и 11, ВЛ на ш.7,8,13 и 14.

дама: ВЛ на ш.4,5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, ш.4: возвращаемся в Закр Поз, ш.8: как в ПП. Далее как в Плаще.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Поз.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВП, Подъем ВП, Атака, Обр Фоллавей, Пике (П на Л), Двойной Пике, Синкопированный Пике.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивая лицом к Ц.

дама: начинает спиной к С, ш.8: лицом ДС против ЛТ, заканчивает спиной к Ц.

## ТВИСТ ПОВОРОТ (А) Twist turn

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
4	2	1	ЛС в стор.и немного назад	Подуш.плато	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
5	1	1	ПС пересекает позади ЛС	Носок	Латинское закрепление	
6	2	1	Раскручиваясь ВП, закончить ЛС в сторону немного назад	ЛС:Подушечка ПС:Н, Подуш.	Раствивывание (раскручивание) ВП	3/4 ВП
7	1	1	ПС на месте, продолжая поворот, закончить ПС вперед	ПС:Подуш.плато		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			накрест			
8	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плато	Приставка с переносом	
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ПС в сторону, в ПП	Кабл.плато	Марш	1/8 ВП
3	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
4	2	1	ПС вперед	Кабл.плато	Марш	1/8 ВП
5	1	1	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Кабл.плато	Марш	
6	2	1	ПС вперед сбоку партнера	Подушечка	Основное движение	1/4 ВП
7	1	1	ЛС вперед сбоку партнера	Подушечка		3/4 ВП
8	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плато	перенос веса	1/8 ВП

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5.

дама: ВЛ на ш.4,5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, ш.4: возвращаемся в Закр Поз, ш.8: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Шестнадцать, Променад, Пром в Контр Пром, Твисты, Фоллавэй Виск, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Ля Пассе.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает и заканчивает лицом к С.

дама: начинает и заканчивает спиной к С.

На углу заканчиваем лицом к С по новой ЛТ (на ш.6,7 поворот на 1/4 меньше). Далее по описанию.

## ПРОМЕНАД (А) Promenade

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш. плоско	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл. плоско	Марш	нет
4	2	1	ЛС в стор.немного назад	Подуш. плоско	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
5	1	1	ПС вперед, П плечо ведущее	Подуш. плоско	Шаг назад	
6	2	1	ЛС назад парт-нер сбоку	Подуш. плоско	Шаг назад	
7	1	1	ПС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	1/4 ВП
8	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	перенос веса	
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	Аппель	нет
2	2	1	ПС в сторону в ПП	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВП
3	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл. плоско	Марш	нет
4	2	1	ПС вперед	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	1	1	ЛС вперед,Л плечо ведущее	Кабл. плоско	Марш	
6	2	1	ПС вперед сбо- ку	Кабл. плоско	Марш	1/4 ВП
7	1	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
8	2	1	ПС приставля- ется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5.

дама: ВЛ на ш.4,5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, ш.4: возвращаемся в Закр.Поз, ш.8: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВП, Подъем ВП, Атака, Обр Фоллавей, Пике (П на Л), Двойной Пике, Синкопированный Пике, Шассе Плащ.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивая лицом к Ц.

дама: начинает спиной к С, ш.8: лицом ДС против ЛТ, заканчивает спиной к Ц.

**ПРОМЕНАД В КОНТР ПРОМЕНАД (А) Promenade to counter promenade**

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл. плоско	Марш	нет
4	2	1	ЛС в стор.немного назад	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	1/4 ВП
5	1	1	ПС в стор.накрест в КПП	Подуш.плоско	Боковой шаг	1/4 ВП
6	2	1	ЛС вперед и накрест в КПП	Кабл. плоско	Марш	нет
7	1	1	ПС вперед	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВП
8	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВЛ
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ПС в сторону в ПП	Кабл. плоско	Марш	1/8 ВП
3	1	1	ЛС вперед и	Кабл. плоско	Марш	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			накрест в ПП			
4	2	1	ПС вперед	Кабл. плоско	Марш	нет
5	1	1	ЛС в сторону в КПП	Кабл. плоско	Марш	нет
6	2	1	ПС вперед и накрест в КПП	Кабл. плоско	Марш	нет
7	1	1	ЛС в стор.немного назад	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	1/4 ВП
8	2	1	ПС в сторону в ПП	Подуш.плоско	Боковой шаг	1/4 ВП

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5,6.

дама: ВЛ на ш.4,5,6.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, ш.5: в КПП, ш.8: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ При исполнении фигуры с минимальной степенью поворота (стандартизированной) траектория движения, после завершения фигуры, будет выглядеть как буква “U”, а это означает, что, начав лицом к С, мы закончим в ПП, двигаясь против ЛТ. Тогда последующие: Плащ, Закр Пром, Большой Круг.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, ш.5:пересекая ЛТ, выходит в КПП,заканчивая против ЛТ в ПП.

дама: начинает спиной к С, ш.5: пересекая ЛТ, выходит в КПП, заканчивая против ЛТ в ПП.

#### ЗАМЕЧАНИЕ (М)

На практике используется большая степень поворота, т.к. это позволяет более прогрессивно двигаться по залу. Практические степени поворота:

мужчина:  $1/8$  ВЛ на ш.2,  $3/4$  ВП на ш.4,5,  $1/8$  ВП на ш.7,8.

дама:  $1/8$  ВП на ш.2,  $1/4$  ВП на ш.4,5,  $5/8$  ВП на ш.7,8.

В этом случае ш.6 будет исполняться в КПП, двигаясь по ЛТ. Закончится фигура в ПП, двигаясь ДЦ. Последующие: Плащ, Закр Пром, Большой Круг, Испанская Линия.

## ЗАКРЫТЫЙ ПРОМЕНАД (ПРОМЕНАДНОЕ ЗАКРЫТИЕ)

### (A) Promenade close

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл. плоско	Марш	нет
2	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	перенос веса	1/8 ВП
3	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
4	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	перенос веса	нет
дама						
1	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл. плоско	Марш	нет
2	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	перенос веса	1/8 ВЛ
3	1	1	ЛС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет
4	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подушечка	перенос веса	нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в ПП, ш.2: в Закр Поз, ш.4: в Закр.Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Пром в Контр Пром, Фоллавей Виск, Испанская Линия с весом на ЛС, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Обр Фоллавей.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ а) если закончить лицом к Ц: Сюр Плэйс, Шассе ВП, Обр Фоллавей, Фоллавей Виск, Подъем ВП, Пике, Двойной Пике, Синкопированный Пике, Шассе Плащ.

б) если закончить лицом к С: Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Шестнадцать, Променад, Пром в Контр Пром, Фоллавей Вмск, Твист Поворот, Твисты, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Ля Пассе.

ПОСТРОЕНИЕ если исполнить после Пром в Контр Пром:

мужчина: начинает против ЛТ в ПП, заканчивая лицом к Ц.

дама: начинает против ЛТ в ПП, заканчивая спиной к Ц.

## БОЛЬШОЙ КРУГ (М) Grand circle

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот				
мужчина			ПС вперед сильно накрест в ПП	Подуш.плоско	На ш.1 ПС сильно закре- щается перед ЛС. Затем	нет				
1	1	1								
2	2	1					Сохранить позицию стоп	-	поворот корпуса ВЛ без поворота стоп. Корпус и стопы поворачи- ваются,	1/8 ВЛ
3	1	1								
4	2	1								
5	1	1	Поворот ВЛ на обеих сто- пах, заканчи- вая в ПП	Подуш.обеих стоп, затем  подуш.плоско	заканчивая в ПП	3/8 ВП				
6	2	1								
7	1	1	ПС вперед и накрест В ПП	Кабл. плоско	Марш	нет				
8	2	1	ЛС пристав- ляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	1/8 ВП				
дама			ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет				
1	1	1								

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
2	2	1	ПС вперед в ПП	Подушечка	Основное движение ВП по кругу ВЛ	1/2 ВЛ
3	1	1	ЛС вперед в ПП	Подушечка		
4	2	1	ПС вперед в ПП	Подушечка		
5	1	1	ЛС вперед в ПП	Подушечка		
6	2	1	ПС вперед в ПП	Подушечка		
7	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско		
8	2	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	1/8 ВЛ

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.2,3,4,5 и 6.

дама: нет.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в ПП, ш.8: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Пром в Контр Пром или любая фигура, заканчивающаяся в ПП, в нужном построении.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Шестнадцать, Променад, Пром в Контр Пром, Фоллавей Виск,

Твист поворот, Твисты, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Ля Пассе.

ПОСТРОЕНИЕ если исполнить после Пром в Контр Пром:

мужчина: начинает против ЛТ в ПП, заканчивая лицом к С.

дама: начинает против ЛТ в ПП, заканчивая спиной к С.

## ЛЯ ПАССЕ (М) La passe

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			То же, что ш.1 - 5 в ШЕСТНАДЦАТЬ			
шаги 1 - 5						
6	2	1	ЛС назад парт-нер сбоку	Подуш.плоско	Шаг назад	1/4 ВП
7	1	1	ПС вперед	Подуш.плос.*	Шаг вперед	
8	2	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
9	1	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
10	2	1	ЛС вперед	Подуш.плос*	Шаг вперед	нет
11	1	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
12	2	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
13	1	1	ПС вперед	Подуш.плос*	Шаг вперед	нет
14	2	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
15	1	1	сохраняем пози-цию стоп	-	-	нет
16	2	1	ЛС приставляет-ся к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	нет
дама						

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
шаги 1 - 5			То же, что ш.1 - 5 в ШЕСТНАДЦАТЬ			
6	2	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш	нет
7	1	1	ЛС в сторону немного назад	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
8	2	1	ПС в сторону н/вперед в ПП	Подуш.плоско	Короткий бо- ковой шаг	
9	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
10	2	1	ПС в сторону немного назад	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	1/4 ВЛ
11	1	1	ЛС в стор,немн.вперед в КПП	Подуш.плоско	Короткий бо- ковой шаг	
12	2	1	ПС вперед и накрест в КПП	Кабл.плоско	Шаг вперед с поворотом	нет
13	1	1	ЛС в сторо- ну,немного назад	Подушечка	Шаг вперед с поворотом	1/4 ВП
14	2	1	ПС в сторону н/вперед в ПП	Подуш.плоско	Короткий бо- ковой шаг	
15	1	1	ЛС вперед в направ.партнера	Кабл.плоско	Марш	-
16	2	1	ПС приставляет- ся к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	1/8

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5.

дама: ВЛ на ш.4,5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1,2 и 4: как в ШЕСТНАДЦАТЬ, ш.8:  
в ПП, ш.11: в КПП, ш.14: в ПП, ш.16: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ,  
Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВП, Подъем ВП, Атака,  
Пике, Двойной Пике, Синкопированный Пике, Шассе Плащ.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивая ли-  
цом к Ц.

дама: начинает спиной к С, ш.8: лицом ДС против ЛТ,  
ш.11: лицом ДС, ш.14: лицом ДС против ЛТ, заканчивая спи-  
ной к Ц.

## БАНДЕРИЛЬЯС (М) Banderillas

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Носок	Сюр Плэйс	нет
2	2	1	ЛС на месте	Носок		нет
3	1	1	ПС на месте	Носок		нет
4	2	1	ЛС на месте	Носок		нет
5	1	1	ПС на месте	Подуш.плоско	Аппель	
6	2	1	ЛС в сторону	Носок	Боковой шаг, двигаясь к П стороне дамы	
7	1	1	ПС приставля- ется к ЛС	Носок	перенос веса	нет
8	2	1	ЛС на месте	Носок плоско	Сюр Плэйс	нет
9	1	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш	нет
10	2	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плоско	Боковой шаг	нет
11	1	1	ПС назад под корпусом, да- ма сбоку с Л стороны	Подушечка	Шаг назад	нет
12	2	1	ЛС назад	Подушечка	Основное движение назад, изгибаясь ВЛ	1/2 ВЛ
13	1	1	ПС назад	Подушечка		
14	2	1	ЛС назад	Подушечка		
15	1	1	ПС назад	Подушечка		
16	2	1	ЛС назад	Подушечка		
дама						

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
1	1	1	ЛС на месте	Подушечка	Сюр Плэйс	нет
2	2	1	ПС на месте	Подушечка		нет
3	1	1	ЛС на месте	Подушечка		нет
4	2	1	ПС на месте	Подушечка		нет
5	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Аппель	
6	2	1	ПС в сторону	Подушечка	Сюр Плэйс	нет
7	1	1	ЛС на месте	Подушечка		нет
8	2	1	ПС на месте	Подуш.плоско		нет
9	1	1	ЛС назад	Подуш.плоско	Шаг назад	нет
10	2	1	ПС в сторону немного впе- ред	Подуш.плоско	Боковой шаг	1/8 ВП
11	1	1	ЛС вперед сбоку с Л сто- роны	Подушечка	Основное движение вперед по дуге ВЛ	5/8 ВЛ
12	2	1	ПС вперед	Подушечка		
13	1	1	ЛС вперед	Подушечка		
14	2	1	ПС вперед	Подушечка		
15	1	1	ЛС вперед	Подушечка		
16	2	1	ПС вперед	Подушечка		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: начинаем - стопы вместе, дама с Л стороны с согнутыми коленями, мужчина - наверху. Бедра почти на одной линии, но не в контакте, корпус изгибается ВЛ (у дамы ВП). Л кисть лежит на П бедре дамы, П кисть скользит кверху Л руки дамы(\*). ш.8: Стопы вместе, с П стороны от дамы, колени дамы согнуты, мужчина наверху. Бедра почти на одной линии, но не в контакте, корпус изгибается ВП (у дамы

ВЛ). В руках Закр Поз. ш.11: Руки в ПП, ш.12-15: постепенно выходим в Закр Поз, ш.16: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Плащ, Променад, Шестнадцать, Ля Пассе. Каждая из этих фигур заканчивается ведением дамы к Л стороне и приведением положения корпуса к начальному положению для Бандерильяс, описанному выше.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шестнадцать, Променад, Пром в Контр Пром, Фоллавей Виск, Твист поворот, Твисты, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Ля Пассе.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к Ц, заканчивая лицом к С.

дама: начинает спиной к Ц, заканчивая спиной к С.

\* Эта позиция достигается на последнем шаге предшествующей фигуры. Партнеры смотрят друг на друга на первых восьми шагах этой фигуры.

## СИНКОПИРОВАННОЕ РАЗДЕЛЕНИЕ (М) Syncopated separation

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			То же, что ш.1 - 4 в РАЗДЕЛЕНИИ			
Шаги 1 - 4						
5	1	1	ПС закрепляется позади ЛС	Носок, плоско*	Шаги назад с небольшим	нет
6	2	1	ЛС закрепляется позади ПС	Носок, плоско*	рондом от колена в Латин-	нет
7	1	1	ПС закрепляется позади ЛС	Носок, плоско*	ское закрепление	нет
8	2	3/4	ЛС закрепляется позади ПС	Носок, плоско*		нет
9	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	Подуш. плоско	перенос веса	
10	1	3/4	ЛС в сторону без веса	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
11	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	перенос веса	нет
12	2	1	ПС в сторону без веса	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
13	Б	1/2	ПС назад под корпусом, да-	Подуш. плоско	Шаг назад	1/4 ВЛ

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ма с Л стороны			
14	Б	1/2	ЛС в сторону немного назад	Подушечка	Боковой шаг	
15	М	1	ПС вперед накрест сбоку	Подуш.плоско	Шаг вперед	
16	1	1	Раскручивание ВЛ, стопы на месте	Подушечки	Медленный поворот ВЛ, вес между стопами до конца ш.18, когда вес переносится на ЛС	3/8 ВЛ
17	2	1		обеих стоп		
18	1	1		ЛС: подуш.плоско		
19	2	1	ПС назад, дама с Л стороны	Подуш.плоско	Шаг назад	
дама						
Шаги 1 - 4			То же, что ш.1 - 4 в РАЗДЕЛЕНИИ			
5	1	1	ЛС вперед накрест	Носок,плоско*	Шаги ВП, выско поднимая колено, вытягивая носок, с небольшим рондом на каждом шаге	нет
6	2	1	ПС вперед накрест	Носок,плоско*		нет
7	1	1	ЛС вперед накрест	Носок,плоско*		нет
8	2	3/4	ПС вперед накрест	Носок,плоско*		нет
9	а	1/4	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
10	1	3/4	ПС в сторону без веса	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
11	а	1/4	ПС на месте	Подуш.плоско	перенос веса	нет
12	2	1	ЛС в сторону без веса	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
13	Б	1/2	ЛС вперед накрест сбоку с Л стороны	Подушечка	Шаг вперед	1/4 ВЛ
14	Б	1/2	ПС в стор.и немного назад	Подуш.плоско	Шаг в сторону	
15	М	1	ЛС назад под корпусом, мужчина с Л стороны	Подушечка	Шаг назад	
16	1	1	ПС в стор.и немного вперед	Подушечка	Боковой шаг	3/8 ВЛ
17	2	1	ЛС вперед	Подушечка	Основное Движение вперед вокруг партнера	
18	1	1	ПС вперед	Подушечка		
19	2	1	ЛС вперед сбоку с Л стороны	Подуш.плоско		

\* Стопа опускается позже

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.10,16,17,18. ВП на ш.12.

дама: ВП на ш.10, ВЛ на ш.12.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-4: как в Разделении, ш.15: Закр Поз, ш.16: в ПП, ш.19: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВП по дуге, заканчивая лицом против ЛТ, Разделение.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Атака с ш.2, начинающаяся с Л стороны от партнера и продолженная Сюр Плэйсом с ЛС. Синкопированное Шассе с Л стороны.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом против ЛТ, заканчивая лицом по ЛТ.

дама: начинает спиной против ЛТ, заканчивая спиной по ЛТ.

## ФОЛЛАВЕЙ ВИСК (М) Fallaway whisk

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ЛС вперед	Кабл.плато	Марш	нет
3	1	1	ПС в сторону немного вперед	Подуш.плато	Боковой шаг	1/8 ВЛ
4	2	1	ЛС позади ПС в Фаллавей Поз	Подуш.плато	Шаг в Фаллавей Поз	
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ПС назад	Подуш.плато	Шаг назад	нет
3	1	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плато	Боковой шаг	1/8 ВЛ
4	2	1	ПС позади ЛС в Фаллавей Поз	Подуш.плато	Шаг в Фаллавей Поз	

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, ш.4: Фоллавей Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Плащ, Закр Пром, Большой Круг, Испанская Линия.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивает по ЛТ в Фоллавей Поз.

дама: начинает спиной к С, заканчивает по ЛТ в Фоллавей Поз.

## ИСПАНСКАЯ ЛИНИЯ (М) Spanish line

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	-
2	2	1	ЛС в сторону	Подуш.плоско	Шаг вперед с поворотом	1/2 ВП*
3	1	1	ПС назад, носок вывернут	Подуш.плоско	Шаг назад	
4	2	1	ЛС высоко на носке без веса немного накрест ПС.	Носок	Шаг накрест с поднятым каблуком и согнутым П коленом. Испанская линия	
5	1	1	ЛС вперед в открытый КПП	Кабл.плоско	Марш	3/4 ВЛ*
6	2	1	ПС в сторону	Подуш.плоско	Шаг вперед с поворотом	
7	1	1	ЛС назад, носок вывернут	Подуш.плоско	Шаг назад	
8	2	1	ПС высоко на носке без веса немного накрест ЛС.	Носок	Шаг накрест с поднятым каблуком и согнутым Л коленом. Ис-	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					панская линия	
дама						
1	1	1	ЛС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	-
2	2	1	ПС в сторону	Подуш.плато	Шаг вперед с поворотом	1/2 ВЛ*
3	1	1	ЛС назад, носок вывернут	Подуш.плато	Шаг назад	
4	2	1	ПС высоко на носке без веса немного накрест ЛС.	Носок	Шаг накрест с поднятым каблук и согнутым л коленом. Испанская линия	
5	1	1	ПС вперед в открытый КПП	Кабл.плато	Марш	3/4 ВП*
6	2	1	ЛС в сторону	Подуш.плато	Шаг вперед с поворотом	
7	1	1	ПС назад, носок вывернут	Подуш.плато	Шаг назад	
8	2	1	ЛС высоко на носке без веса немного накрест ПС.	Носок	Шаг накрест с поднятым каблук и согнутым П коленом. Испанская линия	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					панская линия	

\* Стопа без веса развернута.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в ПП, ш.2: освобождаем П кисть, ш.3: освобождаем Л кисть, ш.4: выходим в Испанскую Линию с весом на ПС, ш.8: Испанская Линия с весом на ЛС.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Шассе ВЛ, законченное в ПП, Пром в Контр Пром, Фоллавей Виск, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Закр Пром, начинающийся без замка. Удары Фламенко можно исполнить после ш.4 или 8.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают по ЛТ в ПП, ш.4: против ЛТ в Поз Испанской Линии, заканчивая спиной по ЛТ в Поз Испанской Линии.

## ТВИСТЫ (F) Twists

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
4	2	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плоско	Шаг вперед с поворотом	3/8 ВП
5	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепление	
6	Б	1/2	Раскручиваясь ВП, закончить ЛС в сторону немного назад	ЛС:подуш.пл. ПС:нос.подуш	Раствистовывание ВП	1/2 ВП
7	М	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш*	нет
8	М	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плоско	Шаг вперед с поворотом достигая контакта корпусом	1/2 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
9	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепление	
10	Б	1/2	Раскручиваясь ВП, закончить ЛС в сторону немного назад	ЛС:подуш.пл. ПС:нос.подуш	Раствистовывание ВП	1/2 ВП
11	М	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш*	нет
12	М	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плоско	Шаг вперед с поворотом достигая контакта корпусом	1/2 ВП
13	Б	1/2	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепление	
14	Б	1/2	Раскручиваясь ВП, закончить ЛС в сторону	ЛС:подуш.пл. ПС:нос.подуш	Раствистовывание ВП	3/8 ВП
15	М	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	нет
дама						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Апель	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
2	2	1	ПС в сторону в ПП	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ЛС вперед накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
4	2	1	ПС вперед	Кабл.плоско	Марш	нет
5	Б	1/2	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Носок	Основное движение	1/8 ВП
6	Б	1/2	ПС вперед сбоку	Носок		1/2 ВП
7	М	1	ЛС назад партнер сбоку	Подуш.плоско	Шаг назад	нет
8	М	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	Каблучный Поворот	3/8 ВП
9	Б	1/2	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Носок	Основное движение	1/8 ВП
10	Б	1/2	ПС вперед сбоку	Носок		1/2 ВП
11	М	1	ЛС назад партнер сбоку	Подуш.плоско	Шаг назад	нет
12	М	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	Каблучный Поворот	3/8 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
13	Б	1/2	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Носок	Основное движение	1/8 ВП
14	Б	1/2	ПС вперед сбоку	Носок		1/4 ВП
15	М	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш. плоско	перенос веса	1/8 ВП

\* Полный перенос веса происходит позже, чем обычно.

СВЕЙ мужчина: ВП на ш.4,5,8,9,12 и 13.

дама: ВЛ на ш.4,5,8,9,12 и 13.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, ш.4: Закр Поз, ш.7: Закр Поз, обе руки вытянуты вперед, ш.8: Закр Поз, ш.11: Закр Поз, обе руки вытянуты вперед, ш.12: Закр Поз, ш.15: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс с ЛС на первый удар такта, затем Смена ног, или Смена ног без Сюр Плэйса.

Подходящими Сменами ног здесь будут: Задержка на Один Удар, Пике Смена ног с ЛС на ПС, Вариация с ЛС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивая лицом ДЦ.

дама: начинает спиной к С, заканчивая спиной ДЦ.

## ШАССЕ ПЛАЩ (F) Shasse Cape

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС в сторону немного назад	Подуш.плато	Боковой шаг	1/2 ВП
2	2	1	ЛС назад дама сбоку	Подуш.плато	Шаг назад	
3	1	1	ПС в сторону немного вперед	Подуш.плато	Боковой шаг	
4	Б	1/2	ЛС в сторону	Подуш.плато	Шассе ЛПЛ, стопы на рас-	
5	Б	1/2	ПС скользит немного ВЛ	Подуш.плато	стоянии, вес между стоп.	нет
6	М	1	ЛС в сторону	Плато		нет
7	М	1	ПС вперед сбоку	Плато	Перенос ве- са, стопа на	1/2 ВЛ
8	М	1	ЛС на месте	Плато	месте	
9	Б	1/2	ПС в сторону	Подуш.плато	Шассе ПЛП, стопы на рас-	
10	Б	1/2	ЛС скользит не- много ВП	Подуш.плато	стоянии, вес между стоп.	нет
11	М	1	ПС в сторону	Плато		нет
12	М	1	Полный перенос	Плато	Перенос ве-	1/2 ВЛ

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			веса на ПС		са, стопа на	
13	М	1	ПС на месте	Плоско	месте	
14	Б	1/2	ЛС в сторону	Подуш.плоско	Шассе ЛПЛ, стопы на рас-	
15	Б	1/2	ПС скользит немного ВЛ	Подуш.плоско	стоянии, вес между стоп.	нет
16	М	1	ЛС в сторону	Плоско	Затем вес на ЛС	нет
17	2	1	ЛС назад дама сбоку	Подушечка	Шаг назад	1/4 ВЛ
18	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Перенос ве- са на месте	
19	2	1/2	Позиция стоп сохраняется	-	-	
20	И	1/4	Позиция стоп сохраняется	-	-	
21	а	1/4	ПС вперед в Откр КПП	Подуш.плоско	Шаг вперед	
22	1	1	ЛС вперед на высоком носке немного накрест ПС.	Носок	Пресс линия *	1/8 ВП
23	2.1	2	Позиция сохра- няется	-		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
24	2	1	ПС приставляется к ЛС без веса	Подуш.плоско	Приставка без переноса веса	3/8 ВЛ

\* Пресс Линия похожа на Испанскую линию, за исключением того, что на переднюю стопу переведено больше веса, сохраняя высокое положение стопы на носке. Свободная рука отведена в сторону выше уровня плеча.

Хотя оба, и мужчина и дама, могут исполнять и Испанскую Линию и Пресс Линию, их различают по принципу исполнения как “женскую” (первая) и “мужскую” (вторая).

Испанская Линия исполняется после шага назад, а Пресс Линия после шага вперед.

## ШАССЕ ПЛАЩ (F) Shasse Cape (Продолжение)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
дама						
1	1	1	ЛС в сторону немного вперед	Подуш.плато	Боковой шаг	3/4 ВП
2	2	1	ПС вперед сбо- ку	Кабл.плато	Марш	
3	1	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш.плато	Боковой шаг	
4	Б	1/2	ПС вперед в ПП	Подуш.плато	Лок вперед, указывая ЛС	нет
5	Б	1/2	ЛС закрещ-ся позади ПС в ПП	Носок	вперед без веса в конце	
6	Б Б	1/2 1/2	ПС Впр в ПП, затем указать ЛС Впр в ПП без веса	ПС:подуш.пл. ЛС:Вн/Р нос.	третьего ша- га. Опорное ко- лено согнуто	нет
7	М	1	ЛС вперед сбо- ку	Кабл.плато	Марш	1/8 ВЛ
8	М	1	ПС назад	Подуш.носок, обе ступни	Шаг Впр с поворотом в Спиральное закрещивание	7/8 ВЛ
9	Б	1/2	ЛС вперед в КПП	Подуш.плато	Лок вперед, указывая ЛС	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
10	Б	1/2	ПС закрещ-я позади ЛС в КПП	Носок	вперед без веса в конце	нет
11	Б Б	1/2 1/2	ЛС Впр в КПП, затем указать ПС Впр в КПП без веса	ЛС:подуш.пл. ПС:Вн/Р нос.	третьего шага. Опорное ко-лено согнуто	нет
12	М	1	ПС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВП
13	М	1	ЛС назад	Подуш.носок, обе ступни	Шаг Впр с поворотом в Спиральное закрещивание	7/8 ВП
14	Б	1/2	ПС вперед в ПП	Подуш.плоско	Лок вперед, указывая ЛС	
15	Б	1/2	ЛС закрещ-ся позади ПС в ПП	Носок	вперед без веса в конце	нет
16	Б Б	1/2 1/2	ПС Впр в ПП, затем указать ЛС Впр в ПП без веса	ЛС:подуш.пл. ПС:Вн/Р нос.	третьего шага. Опорное ко-лено согнуто	нет
17	2	1	ЛС вперед сбоку	Кабл.плоско	Марш	2 ВЛ
18	1	1	ПС вперед, затем поворот	Подуш.носок,	Спиральное	

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ВЛ разрешая ЛС пройти впер.ПС	обе ступни	закрещивание	
19	2	1/2	ЛС вперед в ПП	Подуш.плоско	Шаг вперед	
20	И	1/4	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	
21	а	1/4	ЛС вперед немного в сторону в Откр КПП	Подуш.плоско	Шаг вперед	
22	1	1	ПС вперед на высоком носке немного накрест ЛС.	Носок	Пресс линия	1/8 ВЛ
23	2.1	2	Позиция сохраняется	-		нет
24	2	1	ПС приставляется к ЛС без веса	Подуш.плоско	Приставка без переноса веса	3/8 ВП

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, ш.4: в ПП, ш.9: в КПП, ш.14: в ПП, ш.18: освобождаем П кисть, ш.21: в Откр КПП, ш.22: В Пресс Линию, ш.24: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Шассе ВП, Подъем ВП, Променад, Закр Пром, Шестнадцать, Ля Пассе, Двойной Пике, Синкопированный Пике.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Шассе ВП, Подъем ВП, Двойной Пике, Синкопированный Пике.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к Ц, ш.22 по ЛТ в Поз Пресс Линии, заканчивая лицом к Ц.

дама: начинает спиной к Ц, ш.22 по ЛТ в Поз Пресс Линии, заканчивая спиной к Ц.

### ЗАМЕЧАНИЕ

После исполнения ш.1 мужчина может не исполнять движение стопами на ш.2,3, а ш.4 остается неизменным. Тогда ш.3 у дамы будет “шаг вперед с поворотом в Спиральное закрепление”.

## СПИН В ПРОДВИЖЕНИИ из ПП (F) Travelling Spins From PP

Шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ПС на месте	Подуш.плато	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	1/8 ВЛ
3	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
4	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
5	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
6	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
7	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
8	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плато	Марш	нет
дама						

Шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско	Марш	1/4 ВП
3	1	1	ЛС Впр, заканчивая ПС без веса перед ЛС	Подушечка	Последовательность Спинов в продвижении по ЛТ, используя Спиральные закре- щивания	1 ВП
4	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско		
5	1	1	ЛС Впр, заканчивая ПС без веса перед ЛС	Подушечка		
6	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско		
7	1	1	ЛС Впр, заканчивая ПС без веса перед ЛС	Подушечка		7/8 ВП
8	2	1	ПС в сторону в ПП	Кабл.плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: в Закр Поз, ш.2: в ПП, затем освобождаем П кисть, а Л рука поднимается, обозначая поворот дамы ВП, ш.8: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВЛ, Подъем ВЛ, Плащ, Закр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Закр Пром, Испанская Линия из ПП.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина: начинает лицом к С, заканчивая по ЛТ в ПП.

дама: начинает спиной к С, заканчивая по ЛТ в ПП.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

Более сложный метод исполнения фигуры состоит в том, что дама, синкопируя ритм во время исполнения спинов, делает два дополнительных шага, и счет, начиная с ш.4, становится и1и212. Работа стопы, вместе с ш.4, будет “подушечка, подушечка, подушечка, подушечка, подушечка, каблук, плоско”.

## СПИН В ПРОДВИЖЕНИИ из КПП (F) Travelling Spins From CPP

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			Также как и ш.1-6 Пром в Контр Пром, законченный по ЛТ в КПП			
Шаги 1 - 6						
7	1	1	ПС вперед	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВП
8	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плоско	Марш	1/8 ВП
9	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
10	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
11	1	1	ПС вперед и накрест в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
12	2	1	ЛС в сторону в ПП	Кабл.плоско	Марш	нет
дама			Также как и ш.1-6 Пром в Контр Пром			
Шаги 1 - 6						
7	1	1	ЛС в сторону, заканчивая ПС без веса перед	Подушечка	Последовательность Спинов в продвижении по ЛТ, ис-	7/8 ВП

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот	
			ЛС		пользуя Спираль- ные закре- щивания	1 ВП	
8	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско			
9	1	1	ЛС в сто- рону, за- канчивая ПС без ве- са перед ЛС	Подушечка			
10	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско			
11	1	1	ЛС в сто- рону, за- канчивая ПС без ве- са перед ЛС	Подушечка			7/8 ВП
12	2	1	ПС вперед в ПП	Кабл.плоско			Марш

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1,2 и 5: как Пром в Контр Пром, ш.7: освобождаем П кисть, ш.8: поднимаем Л руку, обозначая поворот ВП, ш.12: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ как для Пром в Контр Пром.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Закр Пром, Испанская Линия из ПП.

## ПОСТРОЕНИЕ (с ш.1)

мужчина: начинает лицом к С, ш.5: двигаясь по ЛТ в КПП, заканчивает по ЛТ в ПП.

дама: начинает спиной к С, ш.5: двигаясь по ЛТ в КПП, заканчивает по ЛТ в ПП.

## ЗАМЕЧАНИЕ

Более сложный метод исполнения фигуры состоит в том, что дама, синкопируя ритм во время исполнения спинов, делает два дополнительных шага, и счет, начиная с ш.6, становится 12и1и212. У мужчины шаги не меняются. Работа стопы, вместе с ш.7, будет “подушечка, подушечка, подушечка, подушечка, подушечка, подушечка, каблук, плоско”.

## УДАРЫ ФЛАМЕНКО (F) Flamenco Taps

В последнее время в Пасодобле стали часто использовать дробные удары, аналогичные дробям в танце Фламенко. Они включают в себя диапазон от простых до сложных движений с разнообразными шагами и переносами веса.

Для того, чтобы обобщить принцип, используемый в движениях такого типа, была выбрана наиболее простая форма Ударов Фламенко и включена в Технику Латинских Танцев.

Шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	Перенос веса на месте	нет
2	2	1/2	ПС, высоко поднятая, ударяет носком, без веса, позади ЛС	Носок	Удары стопой без веса в позиции Латинского закре- щивания	нет
3	И	1/2	ПС, высоко поднятая, ударяет носком, без веса, позади ЛС	Носок		нет
4	1	1	ПС назад, носок вывернут, короткий шаг	Подуш. плоско	Перенос веса почти на месте	нет
5	2	1	ЛС, высоко поднятая, на носке	Подушечка*	Испанская линия	нет

Шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			без веса немного накрест			
дама						
1	1	1	ПС на месте	По-душ.плоско	Перенос веса на месте	нет
2	2	1/2	ЛС,высоко поднятая,ударяет носком, без веса, позади ПС	Носок	Удары стопой без веса в позиции Латинского закре-щивания	нет
3	И	1/2	ЛС,высоко поднятая,ударяет носком, без веса, позади ПС	Носок		нет
4	1	1	ПС назад, носок вывернут, короткий шаг	По-душ.плоско	Перенос веса почти на месте	нет
5	2	1	ЛС,высоко поднятая,на носке без веса немного накрест	Подушечка*	Испанская линия	нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-5: начинаем и заканчиваем в Поз Испанская Линия, вес на ПС.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Испанская Линия с ПС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Испанская Линия с ЛС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: начинают и заканчивают против ЛТ в Поз Испанская Линия.

ЗАМЕЧАНИЕ

Удары Фламенко могут быть исполнены с другой стопы, после Испанской Линии с ЛС.

## **Методы смены стоп в Пасодобле**

Конструкция основных и стандартизированных фигур в Пасодобле такова, что мужчина начинает каждую фигуру с ПС на первый удар такта.

Однако, существуют более сложные фигуры и вариации, требующие от мужчины начать с ЛС. Из этого видно, что развитие хореографии Пасодобля требует знания методов смены стоп. Существует пять стандартных методов смены стоп:

### **1 ЗАДЕРЖКА НА ОДИН УДАР (М) One Beat Hesitation**

Задержка на один удар перед тем, как продолжить Сюр Плэйсом с другой стопы.

### **2 СИНКОПИРОВАННЫЙ СЮР ПЛЭЙС (М) Syncopated Sur Place**

Исполняется обычный Сюр Плэйс, но на четыре удара, используя два переноса веса на один удар. Пять последовательных переносов веса используются в ритме 12и12. Далее мужчина продолжает с ЛС на первый удар каждого такта.

Если Сюр Плэйс начинается с ЛС, то следующая фигура начнется с ПС.

### 3 СИНКОПИРОВАННОЕ ШАССЕ (М) Syncopated Chasse

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						1/4 ВЛ
1	1	1	ЛС вперед	Кабл.плоско	Марш	
2	2	1/2	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
3	&	1/2	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	перенос веса	
4	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
5	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	
дама						
Шаги 1 - 5			Шаги дамы противоположны шагам мужчины			

\* Закр Поз восстанавливается на следующем движении, как правило - это Сюр Плэйс.

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.2-5.

дама: ВП на ш.2-5.

ПОДЪЕМ И СПУСК мужчина и дама: колени сгибаются в конце ш.1, затем остаемся внизу до конца фигуры.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз с весом на ПС, ш.2-5: опускаем л руку по кругу до уровня талии. (\*)

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс с ЛС, или любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ПС (у мужчины), например, Твисты или Синкопированное Разделение.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, возвращаясь на обычный уровень.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется предшествующей фигурой.

ЗАМЕЧАНИЕ

ш.2 можно исполнить на  $3/4$  удара, а ш.3 -  $1/4$  удара.

#### 4 ВАРИАЦИЯ ЛЕВОЙ СТУПНИ (F) Left Foot Variation

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ЛС вперед	Кабл.плоско	Марш с небольшим поворотом корпуса ВЛ	нет
2	2	1	ПС вперед	Кабл.плоско	Марш с небольшим поворотом корпуса ВП	нет
3	1	1	ЛС вперед, Л плечо ведущее	Подуш.плоско	Шаг вперед	нет
4	2	3/4	ПС вперед сбоку без веса	Наруж.ребро носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
5	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плоско	перенос веса	нет
6	1	1	ЛС в сторону без веса	Внутр.ребро носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	нет
7	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	нет
8	1	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
9	2	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	перенос веса	нет
дама			Шаги дамы противоположны шагам мужчины			
Шаги 1 - 9						

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.6. дама: ВП на ш.6.

Свей постепенно пропадает на ш.7-9.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз с весом на ПС, ш.6: Замок ПП, ш.9: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Сюр Плэйс с ЛС, или любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ПС (у мужчины), стопы вместе, например, Твисты.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, Шассе ВП, Подъем ВП, Атака.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется предшествующей фигурой.

ЗАМЕЧАНИЕ

Небольшой поворот корпуса добавляется на ш.1,2 для создания “гордого” эффекта.

## 5 ПИКЕ (F) Coup de Pique

Основная задача при исполнении Пике - смена стоп, но иногда он танцуется сам по себе, как фигура, в случаях, когда нет смены стоп.

Если начать Пике с ЛС, то следующая фигура будет с ПС на первый удар такта. Если начать Пике с ПС, то следующая фигура с ЛС на первый удар такта.

Если Пике начинается с ПС, продолжая другое Пике с ЛС, то смены стоп не будет, а Пике становится полной фигурой, сама по себе.

Аналогичный результат будет, если Пике начинается с ЛС, продолжая другое Пике с ПС.

Другой вариант исполнения Пике без смены стоп: начать ш.1-5 Пике и продолжить Синкопированным Разделением. Такая комбинация называется **Синкопированное Пике**.

Существует, тем не менее, четыре типа Пике:

- а) Пике со сменой ЛС на ПС.
- б) Пике со сменой ПС на ЛС.
- в) Двойной Пике.
- г) Синкопированный Пике.

Далее описания всех четырех Пике.

**а) ПИКЕ со сменой ЛС НА ПС (F) Coup de Pique  
Changing from LF to RF**

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плато	Боковой шаг	1/4 ВЛ
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	
3	1	1	ПС вперед в ПП без веса	Носки обеих стоп	Приставка с переносом веса высоко на носке	1/4 ВП
4	2	1	ЛС назад в Фоллавей Поз	Подуш.плато	Шаг в Фоллавей Поз	1/4 ВЛ
5	а	1	ПС приставляется к ЛС	Носки обеих стоп	Приставка с переносом веса высоко на носке	1/4 ВП
6	1	1	ПС приставляется к ЛС	Подуш.плато	Сюр Плэйс	нет
дама						
Шаги 1 - 6			Шаги дамы противоположны шагам мужчины			

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз с весом на ПС, затем выходим в ПП, ш.3: Закр Поз, ш.4: Фоллавей Поз, ш.5: Закр Поз, ш.6: в Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ПС (у мужчины), стопы вместе.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ один такт Сюр Плэйса или ш.1,2 Шассе ВП.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется предшествующей фигурой.

**а) ПИКЕ со сменой ПС НА ЛС (F) Coup de Pique Changing from RF to LF**

Шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	1	1	ЛС на месте	Подуш.плоско	Аппель	нет
2	2	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш.плоско	Марш	1/4 ВЛ
3	1	1	ПС вперед в ПП без веса	Вн/Р носка	Точка без веса, опорное колено согнуто	
4	2	1	ПС приставляется к ЛС	Носки обеих стоп	Приставка с переносом веса высоко на носке	1/4 ВП
5	а	1	ЛС назад в Фоллавей Поз	Подуш.плоско	Шаг в Фоллавей Поз	1/4 ВЛ
6	1	1	ПС приставляется к ЛС	Носки обеих стоп	Приставка с переносом веса высоко на носке	1/4 ВП
дама						
Шаги 1 - 6			Шаги дамы противоположны шагам мужчины			

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, ш.2: выходим в ПП, ш.4: Закр Поз, ш.5: Фоллавей Поз, ш.6: Закр Поз с весом на ПС.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ЛС (у мужчины), стопы вместе.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ один такт Сюр Плэйса с ЛС, продолженный Синкопированным Шоссе или Вариация с ЛС.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется предшествующей фигурой.

### **в) ДВОЙНОЙ ПИКЕ (F) Coup de Pique Couplet**

**МУЖЧИНА.**

Начинает из Закр Поз, стопы вместе, вес на ЛС. Исполняем Пике со сменой с ПС на ЛС, далее Пике со сменой с ЛС на ПС, заканчивая в Закр Поз, вес на ЛС.

**ДАМА.**

Шаги дамы противоположны шагам мужчины.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ЛС (у мужчины), стопы вместе.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс. В зависимости от построения, любая фигура, начинающаяся с ПС из Закр Поз.

### г) СИНКОПИРОВАННЫЙ ПИКЕ (F) Syncorated de Pique

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			То же, что шаги 1-5 в Пике со сменой ПС на ЛС			
Шаги 1 - 5						
6	2	1	ПС в сторону в ПП	Подушечка	Боковой шаг	1/4 ВП
7	1	1	ЛС приставляется к ПС	Подушечка	перенос веса	без поворота или до 1/4 ВЛ
8	2	1	ПС в сторону	Подушечка	Боковой шаг	
9	а	1	ЛС приставляется к ПС	Подуш.плоско	перенос веса	
дама			Шаги дамы противоположны шагам мужчины			
Шаги 1 - 9						

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.6-9.

дама: ВП на ш.6-9.

ПОДЪЕМ И СПУСК мужчина и дама: колени сгибаются в конце ш.5, затем остаемся внизу до конца фигуры.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-5: также, как Пике (ПС на ЛС), ш.6-9: опускаем Л руку по кругу до уровня талии.(\*).

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ любая фигура, законченная в Закр Поз с весом на ЛС.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Сюр Плэйс, возвращаясь на обычный уровень.

ПОСТРОЕНИЕ мужчина и дама: определяется предшествующей фигурой.

ЗАМЕЧАНИЕ

ш.6 можно исполнить на  $3/4$  удара, а ш.7 -  $1/4$  удара.

## **АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ВХОДЫ В ПП (F) Alternative Entries to PP**

В следствии того факта, что многие фигуры начинаются лицом к С с Апделя в ПП, существуют некоторые рекомендации для избежания повторов.

Есть три метода выхода в ПП, избегая построения лицом к С.

### **МЕТОД 1**

Начинаем лицом к Ц в Закр Поз. Исполняем ш.1,2 Шассе ВП или Сюр Плэйс, продолженный Обр Фоллавеем. Заканчиваем по ЛТ в ПП и продолжаем с ш.3 Променада, Шестнадцать, Твист поворот, Пром в Контр Пром, Твисты, Спин в Продвижении из ПП, Спин в Продвижении из КПП, Ля Пассе.

### **МЕТОД 2**

ИСПОЛНЯЕМ ш.1,2 Шассе ВП или Сюр Плэйс, продолженный Откр Телемарком (\*). Заканчиваем по ЛТ в ПП и продолжаем с ш.3 любой фигуры, данной выше в Методе 1.

\* Откр Телемарк исполняется следующим образом:

**МУЖЧИНА.** Аппель с ПС (1), ЛС вперед (2), поворачиваясь ВЛ, ПС в сторону (1), продолжая поворот ВЛ, ЛС в сторону в ПП.

**ДАМА.** Шаги дамы противоположны. Она делает Каблучный поворот на ш.3.

## МЕТОД 3

Начинаем лицом к Ц в Закр Поз. Исполняем ш.1,2 Шассе ВП или Сюр Плэйс, затем:

МУЖЧИНА. ш.3: ПС в сторону немного назад (1), ш.4: ЛС назад партнер сбоку (2), ш.5: ПС в сторону немного вперед (1), ш.6: ЛС в сторону в ПП.

ДАМА. Шаги дамы противоположны.

Заканчиваем по ЛТ в ПП и продолжаем с ш.3 любой фигуры, данной выше в Методе 1.

## ЗАМЕЧАНИЯ

1. ш.3-5 Метода 3 такие же, как первые три шага Шассе Плащ.
2. ш.3-6 Метода 3 похожи на бегущее Окончание из Квикстепа, законченное в ПП.
3. Для достижения более хорошего характера после исполнения ш.3 Метода 3, мужчина может пренебречь движением стоп на ш.4,5. ш.6 остается неизменным. Шаги дамы без изменений.


## 7 Американский джайв



Рикардо Кокки - Юлия Загоруйченко (профессиональные исполнители, 10-кратные Чемпионы мира по латиноамериканским танцам)

**Музыкальный размер**

Музыкальный размер Джайва 4/4, с преобладающим ударным акцентом на втором и четвертом ударах каждого такта.

**Темп** 42/44 такта в минуту.

**Ритм и длительность**

Ритм для Джайв Шассе - БаБ, иногда считают - 3а4. Танец, построенный с использованием таких шассе, обычно определяется как Тройной Джайв (Triple Jive).

Используется две различные конструкции. Первая, и более основная, построена на 1.5 такта и состоит из двух шагов (ББ) и двух Джайв Шассе (БаБ БаБ).

Вторая конструкция основана на одном музыкальном такте и состоит из двух шагов (ББ) и одного Джайв Шассе (БаБ).

Соответствие ритма и длительностей для этих конструкций будет следующим:

полуторатактовая конструкция:

	шаг	шаг	Шассе	Шассе
Ритм	Б	Б	Б а Б	Б а Б
Длит.	1	1	3/4 1/4 1	3/4 1/4 1

однотактовая конструкция:

	шаг	шаг	Шассе
Ритм	Б	Б	Б а Б
Длит.	1	1	3/4 1/4 1

Как правило, для знакомства с Джайвом используются фигуры, основанные на полуторатактовой конструкции.

Кроме того, иногда используются и другие ритмические интерпретации:

1. Джайв Шассе (БаБ) может быть заменено одним шагом (М).

2. Джайв Шассе (БаБ) может быть заменено легкими ударами (Tap step movement) (ББ).

3. Полуторатактовая конструкция может быть выполнена с использованием шести быстрых шагов, например:

Мужчина:

1. ЛС назад (Б) (может быть “ЛС на месте”), 2. ПС на месте (Б), 3. ЛС приставляется к ПС (БС), 4. Кик с ПС (Б), 5. ПС приставляется к ЛС (Б), 6. Кик с ЛС (Б). У дамы аналогичная партия с противоположных ног.

Это Рок’н’Ролльный вариант Джайва.

Другой вариант Рок’н’Ролла, если Кики делать на первом и третьем ударах каждого такта:

1. ЛС назад (Б) (может быть “ЛС на месте”), 2. ПС на месте (Б), 3. Кик с ЛС (Б), 4. ПС приставляется к ЛС (Б), 5. Кик с ПС (Б), 6. ЛС приставляется к ПС (Б). У дамы аналогичная партия с противоположных ног.

При исполнении Рок’н’Ролльного варианта Джайва используется Баунс (пружинящее) действие.

Другие интерпретации могут быть использованы только при создании каких-либо характерных движений или для изменения исходных основных фигур.

## **ДЖАЙВ ШАССЕ**

Шассе, используемое в Джайве, является группой из трех шагов с полуприставкой движущейся стопы к стоящей на втором шаге.

Оно может быть исполнено в любом направлении с поворотом или без него. При исполнении Шассе вес должен ощущаться на подушечках стоп. И, хотя работа стопы на ш.1,2 дана как подушечка, каблук будет слегка касаться пола. В случаях, когда основная степень поворота приходится на последний шаг шассе, работа стопы в этом шаге будет “подушечка”.

При исполнении Джайв Шассе вперед или назад иногда используется Лок. Работа стопы при Локе вперед: подушечка плоско, носок, подушечка плоско. Работа стопы при Локе назад: носок, подушечка плоско, подушечка плоско.

Движение, состоящее из двух шагов в ритме (ББ), и с которого начинается большинство основных фигур, называется “Рок” и состоит в следующем:

Первый шаг делается назад, колено выпрямляется, но не продавливается назад при опускании каблука на пол. Колено ноги, оставшейся без веса, слегка смягчено. На втором шаге вес переносится на переднюю стопу, колено выпрямляется, но не продавливается назад при опускании каблука. При исполнении Джайв Шассе используется Баунс действие, бедра остаются свободными.

## **ПРОМЕНАДНАЯ ПОЗИЦИИ**

В некоторых фигурах Джайва мужчина движется в ПП, а дама нет, например: ш.3-5 Смены Мест П на Л. В таких случаях позиция стопы у мужчины дана как “... в ПП”.

## ДЖАЙВ ШАССЕ ВЛ (ЛПЛ) (А) Jive Chasse to Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Л колено согнуто. Бедро справа	Определяется фигурой, в которой исполняется
2	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка	Оба колена согнуты. Бедро начинают двигаться ВЛ	
3	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	П колено выпрямляется. Бедро влево	

## ДЖАЙВ ШАССЕ ВП (ПЛП) (А) Jive Chasse to Right

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина и дама						
1	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	П колено согнуто. Бедро влево	Определяется фигурой, в которой исполняется
2	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка	Оба колена согнуты. Бедро начинают двигаться ВП	
3	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско	Л колено выпрямляется. Бедро вправо *	

---

\* не в начале, а в конце шага, когда 2-я нога находится на пути к следующему шагу.

## ОСНОВНОЕ ДВИЖЕНИЕ НА МЕСТЕ (А) Basic in Place

(Только для развития ритма парности, перед тренировкой)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	Отмечаем ритм	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторо- ну	нет
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сто- рону	нет
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско	Отмечаем ритм	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сто-	нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					рону	
4	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		нет
5	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	нет
7	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		нет
8	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-8: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Осн Движ на месте, Осн Фаллавей Движ.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Осн Движ на месте, Осн Фаллавей Движ.

ЗАМЕЧАНИЕ

Эта фигура обычно используется как упражнение для развития хорошего ритма движения.

## ОСНОВНОЕ ФОЛЛАВЕЙ ДВИЖЕНИЕ (А) Basic in Fallaway

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фоллавей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВЛ *
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВП
3	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону, с поворотом ВП	
4	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону	нет
7	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фоллавей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП *
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВЛ

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону, с поворотом ВЛ	
4	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	нет
7	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		нет
8	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.5: возвращаемся в Закр Поз, ш.8: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Осн Движ на месте, Звено.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Осн Движ на месте, Осн Фаллавей Движ, Смена мест П на Л.

## СМЕНА МЕСТ ПРАВОГО НА ЛЕВОЕ (А) Change of Place Right to Left

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВЛ *
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС в сторону в ПП	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ диагонально вперед	нет
4	а	1/4	ПС полуприставляется в ПП	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед	1/8 ВЛ *
7	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
8	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП *
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВЛ
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе	

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					ПЛП в сторону, с поворотом ВЛ	
4	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		5/8 ВП
6	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	1/8 ВП
7	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
8	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.3: Л рука поднимается, обозначая поворот ВП, ш.4: освобождаем П кисть, ш.8: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Осн Движ на месте, Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст. Перед ш.3-6 можно исполнить Пром Шаги (медленные или быстрые).

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена мест с Л на П, Смена Рук за спиной, Стоп-энд-гоу. Если поменять замок на П к П на втором шассе: Американский Спин.

## **СМЕНА МЕСТ ПРАВОГО НА ЛЕВОЕ С ДВОЙНЫМ СПИНОМ (M) Change of Place R to L with Double Spin**

При исполнении Смены Мест П на Л дама может исполнить еще один дополнительный полный поворот ВП на ш.5-8. Этот поворот осуществляется за счет того, что мужчина увеличивает скорость вращения дамы на ш.5 и держит Л кисть наверху до конца ш.7. Л рука опускается на ш.8, останавливая вращение дамы ВП.

При таком варианте исполнения фигуры, дама на ш.6-8, вместо Джайв Шассе, делает Поворот на трех шагах (см. описание ш.14-16 фиг.Испанские Руки), заканчивая в Откр Поз. Шаги мужчины и последующие фигуры остаются без изменений.

## СМЕНА МЕСТ ЛЕВОГО НА ПРАВОЕ (А) Change of Place Left to Right

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед с активным по- воротом ВП на последнем ша- ге	3/8 ВП
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется в ПП	Подушечка		
5	Б	1	ЛС назад немного в сторону	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед	нет
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с активным по- воротом ВЛ на	1/2 ВЛ, в основном на
4	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	последнем ша- ге	ш.5
6	Б	3/4	ЛС назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ назад	1/8 ВЛ
7	а	1/4	ПС полупростав- ляется к ЛС	Подушечка		
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз с замком Л к П, ш.3: Л рука поднимается, обозначая поворот ВЛ, ш.8: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Смена Мест П на Л, Смена Рук за спиной, Фоллавей Троувей, Американский Спин, Стоп-энд-гоу, Мельница, Раскручивание (ш.3-5 Смены Мест Л на П исполняются без замка), Испанские Руки.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена мест с П на Л, Звено, Смена Рук за спиной, Стоп-энд-гоу. Если поменять замок на П к П на втором шассе: Американский Спин. Если поменять замок на Л к П и П к Л на втором шассе: Мельница, Испанские Руки. Если поменять замок на П к Л: Раскручивание.

### **ПЕРЕКРУЧЕННАЯ СМЕНА МЕСТ Л НА П (М) Overturned Change of Place L to R**

Смена Мест Л на П может быть перекрученной, если дама делает дополнительный поворот на 1/2 ВЛ на ш.5, исполнив Спиральное закрепление на ш.5 и двигаясь затем от мужчины спиной к нему, используя Локстеп на ш.6-8.

Перекручивание выполняется за счет того, что мужчина опускает Л руку ниже и более резко, чем обычно.

Дама, как правило, начинает следующую фигуру с Болл Ченьджа вместо Рока, поворачиваясь к партнеру. Мужская партия остается без изменений.

Последующие: Смена Мест Л на П, Звено, Стоп-энд-гоу, Цыплячий Ход.

### ЗВЕНО (А) Link

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	нет
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону	нет
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед	нет
4	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		нет
5	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
6	Б	3/4	ЛС назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	нет
7	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка		нет
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		нет

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Откр Поз с замком Л к П, ш.5: выходим в Закр Поз, ш.8: Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Смена Мест Л на П, Смена Рук за спиной, Троувей Хлыст, Фоллавей Троувей, Стоп-энд-гоу, Перекрученная Смена Метс Л на П, Перекрученный Фоллавей Троувей.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена мест с П на Л, Пром шаги (медленные или быстрые), Обр Хлыст, Закрученный Хлыст, Фоллавей Троувей. После ш.1-5: Хлыст, Троувей Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст. Во всех этих фигурах поворот начинается на ш.5 Звена.

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

Когда после ш.1-5 Звена исполняют Хлыст, Троувей Хлыст или Двойной Закрещенный Хлыст, ш.5 Звена исполняется диагонально вперед, заканчивая “ЛС в сторону немного назад”.

## СМЕНА РУК ЗА СПИНОЙ (А) Change of Hands Behind Back

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед немно- го в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПП вперед	1/8 ВЛ
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС в сторону не- много назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПП в сторону с по- воротом ВП	3/8 ВЛ
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
8	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПП вперед	нет
4	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		1/8 ВП
6	Б	3/4	ЛС в сторону не- много назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону с по- воротом ВП	3/8 ВЛ
7	а	1/4	ПС полупростав- ляется к ЛС	Подушечка		
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Откр Поз с замком Л к П, ш.3: переходим к замку П к П, сохраняя замок Л кисти, ш.5: освобождаем Л кисть, ш.6: перемещаем Л кисть за спину, ш.7: переходим к замку Л к П, сохраняя замок П кисти, ш.8: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Смена Мест П на Л, Смена Мест Л на П, Троувей Хлыст, Фоллавей Троувей, Стоп-энд-гоу.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена мест с Л на П, Звено, Стоп-энд-гоу.

## ХЛЫСТ (A) Whip

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ПС закрепляется позади ЛС	носок	Латинское закрещивание (кросс)	3/4 ВП *
2	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	боковой шаг	
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону	нет
4	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ЛС в сторону не-много назад	Подуш. плоско	шаги вперед с активным поворотом ВП	3/4 ВП *
2	Б	1	ПС вперед и накрест	Подуш. плоско		
3	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону поворотом ВЛ на последнем шаге	нет
4	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-5: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ш.1-5 Звена, Закрученный Хлыст.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Смена мест с П на Л, Пром Шаги (медленные или быстрые), Обр Хлыст, Фоллавей Троувей, Закрученный Хлыст.

## ПРОМЕНАДНЫЕ ШАГИ (МЕДЛЕННЫЕ) (A) Promenade Walks (Slow)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	Работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВЛ *
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС в сторону в ПП	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ диагонально вперед	нет
4	а	1/4	ПС полуприставляется в ПП	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС вперед в ПП	Подушечка	Джайв Шассе ППП вперед и накрест	нет
7	а	1/4	ЛС полуприставляется в ПП	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС вперед в ПП	Подуш. плоско		нет
ш.3-8 можно повторить по описанию						
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП *
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВЛ

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	Работа стопы	технический элемент	поворот
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону с поворотом ВЛ, затем свивл ВП	1/4 ВП
4	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС в стор.,затем поворот ВП	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ЛС вперед в ПП	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	нет
7	а	1/4	ПС полуприставляется в ПП	Подушечка		нет
8	Б	1	ЛС вперед в ПП	Подуш. плоско		нет

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.3: выходим в ПП, ш.8: в ПП..

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** ш.3-8 Смены Мест П на Л, ш.3-8 Фоллавей Троувей, ш.3-6 Пром Шагов (быстрых).

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

При повторении ш.3-8 дама делает поворот на 1/4 на последнем шаге каждого шассе.

## ПРОМЕНАДНЫЕ ШАГИ (БЫСТРЫЕ) (А) Promenade Walks (Quick)

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фол-лавей Поз	Подуш. плоско*	Рок	1/8 ВЛ **
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш. плоско	Меренга (описание см. после Косы в Самбе)	нет
4	Б	1	ПС приставляется к ЛС в ПП	Подуш. плоско		нет
5	Б	1	ЛС в сторону в ПП	Подуш. плоско		нет
6	Б	1	ПС вперед в ПП	Подуш. плоско	Джайв Шассе ПЛП	нет
повторить с ш.3 по описанию						
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фол-лавей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП **
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВЛ
3	Б	1	ПС почти приставляется к ЛС	Носок	Замедленный Ход вперед	
4	Б	1	ЛС вперед в ПП	Подушечка	Свивл ВП, затем шаг Впр колено немно-	1/4 ВП

\* На ш.3,4,5,6 стопа опускается позже, чем обычно.

\*\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					го согнуто	
5	Б	1	ПС почти при- ставляется к ЛС	Носок	Свивл ВЛ, за- тем Замедлен- ный Ход впе- ред	1/4 ВЛ
6	Б	1	ЛС вперед в ПП	Подушечка	Свивл ВП, за- тем шаг Впр колени немно- го согнуто	1/4 ВП

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.3: выходим в ПП, ш.6: в ПП.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст. Перед ш.3 Пром Шаги (медленные).

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ш.3-8 Смены Мест П на Л, ш.3-8 Фоллавей Троувей.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

При повторении ш.3-6 дама делает поворот на 1/4 ВЛ на первом шаге каждого повтора.

## АМЕРИКАНСКИЙ СПИН (А) American Spin

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС немного вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ почти на месте	нет
4	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС немного вперед	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС немного вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП почти на месте	нет
7	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		нет
8	Б	1	ПС немного вперед	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с активным по- воротом ВП	нет
4	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					на	
5	Б	1	ПС вперед	Подушечка	последнем шаге шассе	3/4 ВЛ
6	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе	1/4 ВП
7	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка	поворотом ВП	
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Откр Поз с замком П к П, ш.5: разнимаем замок П кисти, ш.8: Откр Поз с замком Л к П.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Смена Мест Л на П, Смена Мест П на Л. В обоих случаях мужчина меняет замок на П к П на втором шассе.

#### ПОСЛЕДУЮЩИЕ

а) если мужчина сохранит замок П к П на последнем Шассе: Американский Спин.

б) если перейти к замку Л к П на последнем Шассе: Смена мест с Л на П, Смена Рук за спиной, Стоп-энд-гоу.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

Американский Спин также может исполняться без смены замка на предшествующей фигуре. В этом случае вращение реально происходит за счет отталкивания дамой от Л руки мужчины. Если фигура повторяется, то, как правило, используется замок П к П.

## ДВОЙНОЙ ЗАКРЕЩЕННЫЙ ХЛЫСТ (M) Double Cross Whip

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепивание	1 1/4 ВП *
2	Б	1	ЛС в сторону не-много вперед	Подуш. плоско	Боковой шаг	
3	Б	1	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепивание	
4	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	
5	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону	нет
6	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
7	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ЛС в сторону не-много назад	Подуш. плоско	шаги вперед с активным поворотом ВП	1 1/4 ВП *
2	Б	1	ПС вперед и накрест	Подуш. плоско		
3	Б	1	ЛС в сторону не-много назад	Подуш. плоско		
4	Б	1	ПС вперед и	Подуш.		

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			накрест	плоско		
5	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	нет
6	а	1/4	ПС полуприставляется к ЛС	Подушечка		
7	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-5: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ш.1-5 Звена, Закрученный Хлыст.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Смена мест с П на Л, Пром Шаги (медленные или быстрые), Обр Хлыст, Фоллавей Троувей, Закрученный Хлыст.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

После ш.2 можно исполнить Троувей Хлыст, тогда получится фигура Троувей Хлыст с двойным закреплением.

## ЗАКРУЧЕННЫЙ (ИЗОГНУТЫЙ) ХЛЫСТ (М) Curly Whip

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС вперед	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ с поворотом ВП	1/4 ВП
4	а	1/4	ПС приставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС в сторону не-много вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		3/4 ВЛ
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с активным поворотом ВП на последнем шаге шассе переходящим в Спиральное	Наиболь- ший поворот на  ш.5
4	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС вперед, затем поворот, заканчивая ЛС закрепляется перед ПС	Подушечка		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			без веса		Закрещивание	

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, затем опускаем Л руку в конце шага, ш.2: Л рука поднимается, обозначая поворот ВЛ, ш.3-4: П кисть смещается на линию чуть выше талии дамы, ш.5: Закр Поз.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Хлыст, Троувей Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст.

#### ЗАМЕЧАНИЕ

Закрученный Хлыст можно начать из Откр Поз после: Смены Мест Л на П, Фоллавей Троувей, Троувей Хлыст. Если начинать из Откр Поз, то ш.1 у мужчины будет “назад”.

## ТРОУВЕЙ (ОТКИНУТЫЙ) ХЛЫСТ (M) Throwaway Whip

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское закрепление	3/4 ВП *
2	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с поворотом ВП	
4	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско	шаги вперед с активным поворотом ВП	3/4 ВП *
2	Б	1	ПС вперед и накрест	Подуш. плоско		
3	Б	3/4	ЛС диаг назад	Подушечка		
4	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз, ш.3: освобождаем П кисть, ш.5: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** ш.1-5 Звена, Закрученный Хлыст.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена Мест с Л на П, Смена Рук за Спиральной, Звено, Стоп-энд-гоу.

---

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

## ОБРАТНЫЙ (ЛЕВЫЙ) ХЛЫСТ (M) Reverse Whip

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фоллавей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВЛ *
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		1/4 ВЛ
3	Б	3/4	ЛС вперед накрест	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед с поворотом ВЛ в Латинское	нет
4	а	1/4	ПС в сторону немного назад	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС закрепляется перед ПС	Подуш. плоско		Закрещивание
6	Б	3/4	ПС вперед немного в сторону	Подуш. плоско	Ход вперед	5/8 ВЛ
7	а	1/4	ЛС закрепляется перед ПС	Подуш. плоско	Свивл на подушечке ЛС в Латинское закрепление	
8	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону	нет
9	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		нет
10	Б	1	ПС в сторону	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фоллавей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП *
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/2 ВЛ
3	Б	3/4	ПС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП в сторону с поворотом ВЛ	
4	а	1/4	ЛС полупроставляет-	Подушечка		

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ся к ПС			
5	Б	1	ПС в сторону немного назад	Подуш. плоско		
6	Б	1	ЛС закрепляется позади ПС	НКН	Замедленный Ход назад, Латинское Закрещивание	5/8 ВЛ
7	а	1/4	ПС назад	Подуш. плоско	Ход назад	
8	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ в сторону	нет
9	а	1/4	ПС полупроставляется в ПП	Подушечка		нет
10	Б	1	ЛС в сторону	Подуш. плоско		нет

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.3: Закр Поз, ш.10: Закр Поз.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена Мест П на Л, Фоллавей Троувей, Пром Шаги (медленные и быстрые), Закрученный Хлыст, Обр Хлыст.

#### **ЗАМЕЧАНИЕ**

На ш.5-7 стопа мужчины находится в центре вращения, корпуса партнеров в контакте.

## ФОЛЛАВЕЙ ТРОУВЕЙ (M) Fallaway Throwaway

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВЛ *
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВЛ
3	Б	3/4	ЛС вперед в ПП	Подушечка	Джайв Лок ЛПЛ вперед	
4	а	1/4	ПС закрепляется позади ЛС в ПП	Носок		
5	Б	1	ЛС вперед в ПП	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед	1/8 ВЛ
7	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
8	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад в Фолла-вей Поз	Подуш. плоско	Рок	1/8 ВП *
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед в ПП	Подуш. плоско	Джайв Шассе ПЛП вперед с активным поворотом	нет
4	а	1/4	ЛС закрепляется позади ЛС в ПП	Носок		нет

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
					ВЛ на последнем шаге	
5	Б	1	ПС назад немного в сторону	Подушечка		3/8 ВЛ
6	Б	3/4	ЛС назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ назад	1/8 ВЛ
7	а	1/4	ПС полуприваляется к ЛС	Подушечка		
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.3-5. дама: ВП на ш.3-5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Закр Поз, затем выходим в Фоллавей Поз, ш.4: разнимаем замок П кисти, ш.8: Откр Поз с замком Л к П.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст. ш.3-8 можно исполнить после Пром Шагов (медленных или быстрых) или Цыплячьего Хода.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Звено, Смена мест Л на П, Смена Рук за спиной, Стоп-энд-гоу.

## **ПЕРЕКРУЧЕННЫЙ ФОЛЛАВЕЙ ТРОУВЕЙ (М) Overturned Fallaway Throwaway**

Фоллавей Троувей может быть перекрученным, если дама делает дополнительный поворот на 1/2 ВЛ на ш.5, исполнив спиральное закрепивание на ш.5 и двигаясь затем от мужчины спиной к нему, используя Локстеп на ш.6-8. Перекручивание выполняется за счет того, что мужчина опускает Л руку ниже и

более резко, чем обычно. Дама, как правило, начинает следующую фигуру с Болл Ченьджа вместо Рока, поворачиваясь к партнеру. Мужская партия остается без изменений.

Последующие: Смена Мест Л на П, Звено, Стоп-энд-гоу, Цыплячий Ход.

## БОЛЛ ЧЕНЬДЖ (М) Ball Change

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина			ЛС указывает диаг вперед без веса	носок	ЛС может или указывать вперед без веса, или делать кик от колена, при этом стопа будет, примерно, в 15 см над полом.	нет
1	Б	3/4				
2	а	1/4				
3	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско	Перенос веса на месте	нет
дама			ПС указывает диаг вперед без веса	Носок	ПС может или указывать вперед без веса, или делать кик от колена, при этом стопа будет, примерно, в 15 см над полом.	нет
1	Б	3/4				
2	а	1/4				
3	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1-3: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Любая фигура, заканчивающаяся в Откр Поз. Также используется дамой после Перекрученных Смены Мест Л на П и Фоллавей Троувей с поворотом к партнеру.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Это движение может использоваться мужчиной и дамой, вместе или отдельно, вместо ш.1,2 всех фигур, которые начинаются с Рока. Например, мужчина может сделать Болл Ченьдж в начале Смены Мест Л на П, а дама в это время будет делать обычные два шага - или наоборот. С другой стороны, оба могут исполнить Болл Ченьдж одновременно.

## СТОП - ЭНД - ГОУ (М) Stop and Go

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	нет
4	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка		нет
5	Б	1	ЛС вперед	Подуш. плоско		нет
6	Б	3/4	ПС вперед, носок развернут	Подуш. плоско	Прерванный Ход вперед	нет
7	а	1/4	ЛС на месте	Подуш. плоско	перенос веса на месте	нет
8	Б	3/4	ПС назад	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП назад	нет
9	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		нет
10	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско		нет
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП с поворотом ВЛ	1/2 ВЛ, в основном на ш.5
4	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
6	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
7	а	1/4	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
8	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ с поворотом ВП	1/2 ВП, в ос- новном на ш.10
9	а	1/4	ПС полупроставля- ется в ПП	Подушечка		
10	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** ш.1: Откр Поз с замком Л к П, ш.3: Л рука поднимается, указывая поворот ВЛ, ш.5: выходим в Теневую Поз с замком Л к П, П к Л лопатке, ш.8: Л рука поднимается, указывая поворот ВП, освобождая П кисть, ш.10: Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Смена Мест П на Л, Смена Мест Л на П, Смена Рук за спиной, Фоллавей Троувей, Американский Спин, Хлыст.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Стоп-энд-гоу, Смена Мест Л на П, Смена Рук за Спиной.

## МЕЛЬНИЦА (F) Windmill

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		1/4 ВЛ
3	Б	3/4	ЛС вперед в ПП	Подушечка	Джайв Лок ЛПЛ вперед с поворотом ВЛ	
4	а	1/4	ПС закрепляется позади ЛС в ПП	Носок		
5	Б	1	ЛС вперед в ПП	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед	1/8 ВЛ
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
8	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		1/8 ВП
3	Б	3/4	ПС вперед в ПП	Подуш. плоско	Джайв Лок ПЛП вперед с активным по- воротом ВЛ на последнем шаге	
4	а	1/4	ЛС закрепляется позади ПС в ПП	Носок		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
5	Б	1	ПС назад немного в сторону	Подушечка		3/8 ВЛ
6	Б	3/4	ЛС назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ назад	1/8 ВЛ
7	а	1/4	ПС полупроставляется к ЛС	Подушечка		
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

СВЕЙ мужчина: ВЛ на ш.3-5.

дама: ВП на ш.3-5.

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Откр Поз с замком Л к П и П к Л, ш.3: разводим обе руки в сторону на уровне плеч, ш.8: Откр Поз с замком Л к П и П к Л.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ Звено, Хлыст, Двойной Закрещенный Хлыст, Обр Хлыст. ш.3-8 можно исполнить после Пром Шагов (медленных или быстрых) или Цыплячьегохода.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ Испанские Руки. Если освободить П кисть на втором Шассе: Смена Мест Л на П. Если освободить Л кисть на втором Шассе: Раскручивание.

## ЦЫПЛЯЧИЙ ХОД (F) Chicken Walks

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот			
мужчина			ЛС приставляется к ПС без полного веса	Подуш. плоско	Меренга (см. описание после Косы в Самбе	нет			
1	М	2							
2	М	2					ПС назад, ПН приставляется ЛК без полного веса	Носок, плоско *	нет
3	М	2					ЛС назад, ЛН приставляется ПК без полного веса	Носок, плоско *	нет
4	М	2					ПС наза, ПН приставляется ЛК без полного веса	Носок, плоско *	нет **
ш.5-10			Также, как ш.3-8 Перекрученной Смены Мест Л на П, Перекрученный Фоллавей Троувей						
ш.11-14			Повторение ш.1-4 в ритме ББББ						
ш.15-20			Также, как шаги Смены Мест Л на П						
дама			ПС вперед	ЛС:Под.плоско	Точечное	1/2 ВП			
1	М	2							

\* Стопа опускается позже.

\*\* Здесь у мужчины может быть поворот на 1/4 ВЛ, если далее исполняется Перекрученный Фоллавей Троувей.

			без веса, носок развернут сделав поворот лицом к мужч. на ЛС, Л колено согнуто	ПС:Внш/Р носка	действие, П колено выпрямлено, колени вместе	на ЛС ***
2	М	2	ЛС вперед без веса, носок развернут, наполовину приставив ПС к ЛС, Л колено согнуто	ПС:Под.плоско ЛС:Внш/Р носка	Точечное действие, Л колено выпрямлено, колени вместе	нет
3	М	2	ПС вперед без веса, носок развернут, наполовину приставив ЛС к ПС, П колено согнуто	ЛС:Под.плоско ПС:Внш/Р носка	Точечное действие, П колено выпрямлено, колени вместе	нет
4	М	2	ЛС вперед без веса, носок развернут, наполовину приставив ПС к ЛС, Л колено согнуто	ПС:Под.плоско ЛС:Внш/Р носка	Точечное действие, Л колено выпрямлено, колени вместе	нет
ш.5-10			Также, как ш.3-8 Перекрученной Смены Мест Л на			

\*\*\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

	П, Перекрученный Фоллавей Троувей
ш.11-14	Повторение ш.1-4 в ритме ББББ
ш.15-20	Также, как шаги Смены Мест Л на П

**ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ** Откр Поз с замком Л к П, дама спиной к мужчине, затем поворачивается лицом, ш.4: Откр Поз Л к П.  
**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Перекрученная Смена Мест П на Л, Перекрученный Фоллавей Троувей. **ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Как для Смены Мест Л на П.

**ЗАМЕЧАНИЕ** Стандартный ритм, данный в Цыплячем Ходе, может быть изменен. Любая приемлемая комбинация медленных и быстрых шагов может быть применена на ш.1-4 и ш.11-14.

## РАСКРУЧИВАНИЕ (F) Rolling off the Arm

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	1/8 ВП
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС диаг вперед	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС закрепляется позади ЛС	Носок	Латинское Закре- щивание	1/2 ВП
7	а	1/4	ЛС в сторону	Подуш. плоско	Боковой шаг	
8	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с поворотом ВП	1/4 ВП
9	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
10	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш.		нет

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
				плоско		
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с поворотом ВЛ	3/8 ВЛ
4	а	1/4	ЛС полупроставляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС назад немного в сторону	Подуш. плоско		
6	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Ход назад	1/2 ВП, затем
7	а	1/4	ПС закрепляется позади ЛС, затем активный поворот ВП	Носок, плоско	Замедленный ход назад, Латинское закрепление, затем активный поворот	еще 1/2 ВП на ш.7
8	Б	3/4	ЛС диаг назад	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ назад с поворотом ВП	1/4 ВП
9	а	1/4	ПС полупроставляется в ПП	Подушечка		
10	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Откр Поз с замком П к Л, ш.5: выходим в Теневую Поз с замком Л к П и П к Л, ш.7: освобождаем Л кисть, ш.10: Откр Поз с замком П к Л.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Смена Мест Л на П со мсеной замка на втором шассе, Мельница, освобождая Л кисть на втором шассе

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Раскручивание, Смена Мест Л на П, освобождая П кисть в конце второго шассе и переходя на этом шассе к замку Л к П.

**ЗАМЕЧАНИЕ**

Раскручивание можно исполнить из Откр Поз с замком П к П или с замком Л к П и П к Л.

## ИСПАНСКИЕ РУКИ (F) Spanish Arms

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
мужчина						
1	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	1/8 ВП
4	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		
5	Б	1	ЛС диаг вперед	Подуш. плоско		
6	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед с поворотом ВП	1/4 ВП *
7	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
8	Б	1	ПС вперед	Подуш. плоско		
9	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско	Рок	нет

---

\* Поворот начинается на предшествующем музыкальном ударе.

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
10	Б	1	ПС на месте	Подуш. плоско		нет
11	Б	3/4	ЛС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ вперед	1/8 ВП
12	а	1/4	ПС полупристав- ляется к ЛС	Подушечка		
13	Б	1	ЛС диаг вперед	Подуш. плоско		
14	Б	3/4	ПС немного впе- ред	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП почти на месте с поворотом ВП	1/4 ВП *
15	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
16	Б	1	ПС немного впе- ред	Подуш. плоско		
дама						
1	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
2	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
3	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП впе- ред, начиная поворот ВЛ и	3/8 ВЛ
4	а	1/4	ЛС полупристав- ляется к ПС	Подушечка		
5	Б	1	ПС диаг назад, за- тем поворот ВП	Подушечка		
6	Б	3/4	ЛС в сторону	Подушечка	Джайв Шассе ЛПЛ назад с поворотом	3/8 ВП
7	а	1/4	ПС полупристав-	Подушечка		

шаг	ритм	длит	позиция стоп	работа стопы	технический элемент	поворот
			ляется к ЛС		ВП	
8	Б	1	ЛС назад	Подуш. плоско		
9	Б	1	ПС назад	Подуш. плоско	Рок	нет
10	Б	1	ЛС на месте	Подуш. плоско		нет
11	Б	3/4	ПС вперед	Подушечка	Джайв Шассе ПЛП вперед, начиная поворот ВЛ и заканчивая активным поворотом ВП	3/8 ВЛ
12	а	1/4	ЛС полуприставляется к ПС	Подушечка		
13	Б	1	ПС диаг назад, затем активный поворот ВП	Подушечка		3/4 ВП
14	Б	3/4	ЛС в сторону немного назад	Подушечка	Поворот на трех шагах, используя положение стоп как в Вольта Спот повороте в Самбе	Один полный поворот ВП
15	а	1/4	ПС на месте с активным поворотом ВП	Подушечка		
16	Б	1	ЛС в сторону немного назад	Подуш. плоско		

ПОЛОЖЕНИЕ В ПАРЕ ш.1: Откр Поз с замком Л к П и П к Л, ш.4: выходим в Теневую Поз с замком Л к П и П к Л, Л рука поднимается, ш.8: в Откр Поз с замком Л к П и П к Л, ш.12: в Тен Поз с замком Л к П и П к Л, Л рука поднимается, ш.13: освобождаем П кисть, ш.16: в Откр Поз с замком Л к П.

**ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ** Мельница. Если перейти к замку Л к П и П к Л на втором шассе: Смена Мест Л на П.

**ПОСЛЕДУЮЩИЕ** Смена Мест Л на П, Стоп-энд-гоу.

### **ПРИМЕРЫ КОМБИНАЦИЙ ТАНЦА**

1. American Spin, Shoulder Spin, Chugging  
<https://www.youtube.com/watch?v=7pwJ-o8lcnw>

2. Fallaway Throwaway, Chicken Walks, Sugar Push  
[https://www.youtube.com/watch?v=LF\\_U0gxrinQ](https://www.youtube.com/watch?v=LF_U0gxrinQ)

3. Overturned Change of Place, Simple Spin  
<https://www.youtube.com/watch?v=6pCrgnIyAWQ>

4. American Spin, Miami Special, Hip Bump  
[https://www.youtube.com/watch?v=RnXbw\\_gRKq0](https://www.youtube.com/watch?v=RnXbw_gRKq0)

## Список литературы:

1. Боттомер, П. Учимся танцевать [Текст]: Метод. пособ. / П. Баттомер. - М.: Эскмо – Пресс, 2001.
2. Кауль, Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы [Текст]: Метод. пособ. / Кауль Н. - Ростов на Дону: Феникс, 2004. – 352с.
3. Лайерд, У. Техника латиноамериканских танцев. Ч. I. [Текст]: Метод. пособ. / У. Лайерд. - М.: Артист, 2003. – 180 с.
4. Лайерд, У. Техника латиноамериканских танцев Ч. II. [Текст]: Метод. пособ. / У. Лайерд. - М.: Артист, 2003. – 180 с.
5. Мур, А. Бальные танцы [Текст]: Метод. пособ. / - А. Мур. - М.: ООО Астрель, 2004. – 319 с.
6. Положение Федерации Танцевального Спорта России «О допустимых фигурах в спортивных бальных танцах»
7. Положение о массовом танцевальном спорте ФТСАРР от 15.09.2022 (действующая редакция)
8. Положение о базисной международной программе исполняемых фигур и вариаций
9. Регацциони, Г. Бальные танцы [Текст]: Метод. пособ. / Г. Регацциони, А. Маджони, М. Анджело. - М.: БММ АО, 2001. – 92 с. (Учимся танцевать).
10. Регацциони, Г. Латиноамериканские танцы [Текст]: Метод. пособ. / Г. Регацциони, А. Маджони, М. Анджело - М.: БММ АО, 2001. – 92 с. - (Учимся танцевать).
11. The Ballroom Technique of the Imperial Society (ISTD)
12. The Revised Technique by Alex Moore
13. Technique of Ballroom Dancing by Guy Howard (IDTA) d)
- The UKA Ballroom Book
14. <http://clubmodern.by/about/o-balnom-tantse/208-istoriya-proiskhozhdeniya-latinoamerikanskikh-tantsev>

## ГЛОССАРИЙ

### **Танец Самба (Samba)**

Самба — один из пяти танцев латиноамериканской программы спортивных бальных танцев. Возник в результате слияния африканских танцев, которые пришли в Бразилию с рабами из Конго и Анголы, с испанскими и португальскими танцами, привезенными из Европы завоевателями Южной Америки. В русском языке слово самба имеет женский род, а в португальском — мужской.

Самба относится к парным бальным танцам (СБТ) и обязателен для исполнения в латиноамериканской программе.

Для бального танца самба характерны частая смена положений партнеров, подвижность бёдер и общий экспрессивный характер. Танцевальные движения характеризуются быстрым перемещением веса тела посредством сгибания и выпрямления колен.

### **История возникновения самбы**

Бальный танец самба возник в результате взаимного влияния двух культурных традиций: африканских ритуальных танцев чернокожих рабов, прибывавших в Бразилию из Конго, Анголы и Мозамбика, и европейских танцев (вальс, полька), привнесёнными португальцами. Самба также испытала воздействие бразильского танца шоте (порт. *hote*, *xótis*), развившегося из шотландской польки в её немецком варианте. Бразильский шоте не следует путать с экосезом. До

контакта с европейской культурой у африканцев не было парных танцев.

Энциклопедия Британника отмечает, что данный стиль парного танца имеет бразильское происхождение. Этот вид самбы стал популярным в США и Западной Европе в конце 40-х годов XX века. Многие движения танцоров были заимствованы из матчиша («бразильское танго»).

Партнёры могут разрывать пару и исполнять некоторые танцевальные движения на значительном расстоянии друг от друга.

Несмотря на то, что этот бальный танец называется самбой и происходит от бразильских танцев, в Бразилии он носит название «международная самба» (порт. *samba internacional*), не считается типично бразильским и мало известен в стране. Костюмы танцоров, музыкальное сопровождение и стиль исполнения международной самбы имеют мало общего с самбой де гафиейра, которая является популярным бальным танцем в Бразилии. Движения современного бального танца самба главным образом основываются на па, заимствованных из машише, и не всегда исполняются в ритме самбы, поскольку часто сопровождаются музыкой фламенко, ча-ча-ча и сальсы.

Сравнительно с другими латиноамериканскими бальными танцами парная спортивная самба в своей эволюции в наибольшей мере отделилась от истоков, давших ей своё название, и за пределами Бразилии может называться «бразильский вальс»

## **Ритм и особенности самбы**

Отличительной особенностью самбы, как и других видов афроамериканской музыки и танцев, является синкопированный ритм. Характерно использование полиритмии и перекрёстных ритмов. Ритмическая полифония создаётся широким набором ударных инструментов. Спортивный бальный танец, входящий в Латиноамериканскую подгруппу танцев Международной спортивной программы. Исполняется в паре, темпераментно и подвижно, с продвижением по кругу. Для танца характерно пружинящее действие на каждом шаге.

Движение: ритмичное, быстрое, подвижное, стреляющее.

Настроение: радостное, задорное, весёлое.

Жизненность: карнавал.

Музыкальный размер: 2/4 или 4/4.

Тактов в минуту: 50-52.

Подъём и снижение: пружинящее движение самбы.

Не стоит путать самбу, входящую в программу спортивных бальных танцев и бразильскую самбу.

Её обязательно изучают в школах спортивного бального танца, так как трудно найти более яркий и завораживающий образец танцевального ритма, развивающий двигательные способности обучающихся. Её ритмы и движения успешно используют в аэробике, в фигурном катании, в художественной гимнастике.

## **Танец Ча-ча-ча ( Cha-cha)**

**Ча-ча-ча** — один из пяти танцев латиноамериканской программы бальных танцев.

Проигрывание музыки Cha-Cha-Cha должно производить счастливую, беззаботную, слегка развязанную атмосферу. Ча-Ча-Ча получило свое название и характер из-за особого повторяющегося основного ритма и специфического инструмента маракасы. Недавно было принято решение сократить название этого танца до Ча-Ча (Cha-Cha).

Ча-ча-ча (исп. cha cha cha) — музыкальный стиль и танец Кубы, получивший также широкое распространение в латиноамериканских странах Карибского бассейна, а также в тех из латиноамериканских общин США, где преобладают выходцы из этих стран.

Ча-ча-ча возник в процессе эволюции и экспериментов кубинского композитора Энрике Хоррина в 50-х годах XX века.

Исполняется на соревнованиях, начиная с Н класса. Музыкальный размер 4/4, темп — 30 тактов в минуту.

### **Интересные факты**

В юности Брюс Ли выиграл чемпионат по танцу ча-ча-ча в Гонконге. Тогда же он решил серьезно заняться ушу-кунгфу. Его первый учитель кунг-фу вспоминал, что Брюс пришёл к нему и сказал: «Учитель, я знаю, что вы прекрасно владеете кунг-фу — а я лучше всех танцую ча-ча-ча. Так давайте обменяемся нашими знаниями: вы научите меня технике кунг-фу, а я научу вас танцевать ча-ча-ча.»

Ча-ча-ча — очень популярный и зажигательный латиноамериканский танец. Это быстрый и веселый танец с характерными движениями бедрами и оригинальным, синкопированным ритмом.

## История танца

В западной Индии, на ее островах растет куст, который в качестве плодов приносит стручки, получившие название ча-ча. Эти стручки используются для изготовления погремушек. Такие погремушки также называют ча-ча. Гаитянская группа жрецов вуду при исполнении ритуальных танцев непременно имеют три барабана, колокольчик и трещотку ча-ча. Причем погремушка призвана задавать ритм и служит в качестве метронома. Управляет трещоткой-погремушкой старший жрец. Вот почему считают, что корни танца ча-ча-ча следует искать на островах западной Индии.

Зарождается танец ча-ча-ча в мамбо (так называют шаманов вуду), имеет ритмы латинской музыки. Также танец захватывает несколько движений из свинга. В середине прошлого столетия кубинский оркестр "Америка" впервые сыграл всемирно известный "Данзон". Именно здесь был использован синкопированный ритм. Ритм очень был похож на замедленное мамбо. Ранее ритм танца задавали ударами палки по высушенным черепам. Существует несколько основных версий мамба: single, double, and triple. Но только последний нашел применение в танце ча-ча-ча. В настоящий момент частота танца составляет 120 уд/мин. При этом танцоры с Кубы применяли неровный тройной полушаг с медленным счетом. Затем неровный тройной шаг был заменен на тройной шаг с замедленным счетом. Считается, что таким образом возник танец ча-ча-ча.

В США танец появится в середине прошлого столетия и сразу стал очень популярным. Пик популярности танца в Америке пришелся на 1959 год. Массово стали создаваться танцевальные кружки где изучалась техника танца ча-ча-ча. По сути

это однотоктный танец. На него эмоции практически не передаются. Да и сегодня в США этот танец остается наиболее популярным.

Есть и другая версия происхождения названия танца ча-ча-ча. Во время шассе происходит простая имитация издаваемых звуков. При этом используется большое количество переступов. Именно так объясняют происхождение названия этого зажигательного танца. Также известно, что многие люди вместо ча-ча-ча говорят просто ча-ча. И танцуется это ча-ча на один счет, при этом темп танца очень нахрапистый и быстрый.

Ступни танцора находятся рядом с полом. Как и в большинстве латиноамериканских танцах шаг делается с использованием пальцев. Движения танцора полностью расслаблены. Колени сгибаются и разгибаются, что позволяет тазу свободно перемещаться. Верх тела опирается на ступню во время шага. Как мы уже заметили сегодня в английском языке танец называют не cha-cha-cha, а просто cha-cha. Это также связывают с трансформацией ритма танца.

### **«Международный» ча-ча-ча**

Долго существовать лишь в пределах Кубы танцу не пришлось. Вскоре ча-ча-ча приобрел международный статус. Это несколько повлияло на технику его исполнения, танец стал проще, целый ряд элементов, свойственных оригинальному ча-ча-ча, был утрачен. К примеру, латиноамериканские танцоры начинают танец на первую долю такта и обнимают или держат друг друга за руки весь танец. Часто также партнеры выполняют шаги пяткой вперед. Для «международного» стиля это не

свойственно, однако, для него характерен особый элемент изысканности.

### **Музыка ча-ча-ча**

Танец исполняется в высоком темпе – 120 ударов в минуту. Музыка носит беззаботный, счастливый и дерзкий характер. И движения танца соответствующие – четкие, страстные и нахальные, создают устойчивое ощущение флирта между партнерами. Под каждый удар делаются шаги с ярко выраженным движением бедер, на каждый шаг выпрямляются колени.

### **Ча-ча-ча сегодня**

В наши дни ча-ча-ча входит в обязательную программу латиноамериканских танцев. Танец постоянно совершенствуется, вводятся новые фигуры и комбинации, которые добавляют энергии и свежести, разнообразия ча-ча-ча.

Динамичный во всех отношениях танец ча-ча-ча позволяет танцующим чувствовать музыку и друг друга, научит разговаривать на сказочном языке танца. Классические и современные интерпретации ча-ча-ча позволят вам выработать собственный стиль этого танца.

### **Танец Румба (Rumba)**

#### **История танца румба**

Румба - это танец африканских негров, привезенных на Кубу в конце прошлого века. Танец подчеркивает движения корпуса, а не ног. Сложные, накладывающиеся друг на друга ритмы, выстукиваемые горшками, ложками, бутылками... были более важны для танца, чем мелодия. Румба появилась в Га-

ване в 19-ом веке в комбинации с европейской *Contradanza*. Название "Rumba", возможно, происходит от названия танцевальных групп в 1807 году - "rumboso orchestra", хотя в Испании слово "rumbo" означает "путь" ( в русском морской аналог - "румбы", то есть направление), а "rumba" - " куча мала", и "rhum" - это сорт ликера, популярный в Карибском бассейне, при этом любое из этих слов могло использоваться для описания этого танца. Оригинальный смысл названия, по моему мнению, это "путь души". У танца два источника - испанский и африканский: испанские мелодии и африканские ритмы. Хотя основы танца - кубинские, многие движения появились на других карибских островах и в Латинской Америке вообще. Первоначально румба - сексуальная пантомима, исполняемая в быстром ритме с преувеличенными движениями бедер в характере сексуальных агрессивных домогательств мужчины и защитных движений со стороны женщины. Сопровождающие музыкальные инструменты - maracas, claves, marimbola, и барабаны. Сельская форма румбы на Кубе - это подобие брачных танцев домашних животных, скорее представление, чем танец.

Движение плечей и сокращение боков в танце - это движения рабов под тяжелой ношей груза в руках. Движение "Cucaracha" (кукарача) - это имитация раздавливания тараканов. Спот-поворот (" Spot Turn") на кубинском селе залихватски танцевался вокруг обода колеса телеги! Популярная мелодия румбы "La Paloma " была известна на Кубе с 1866 года. Вариант румбы, похожий на тот, который танцуется сегодня, появился в США в 1930-ых, как соединение этой сельской румбы с Guaracha, Cuban Bolero (никак не связанному с Spanish Bolero), в дальнейшем добавились Son и Danzon. После первой

мировой войны появился танец "Son", танец кубинского среднего класса - с ритмом помедленнее и с движениями поприличнее. Еще медленнее - "Danzon", танец богатого, солидного Кубинского общества с очень маленькими шагами, когда партнерши почти не выводят бедра, но тщательно сгибают и разгибают ноги, показывая их стройность, грациозность и длину.

Американская румба - измененная версия танца "Son". Первая серьезная попытка популяризовать румбу в США была в 1913 (Lew Quinn and Joan Sawyer). Десятью годами позже руководитель оркестра Эмиль Колеман специально пригласил музыкантов, играющих румбу, и пару танцоров румбы. В 1925 Benito Collada открыл Клуб El Chico Greenwich. Оказалось, что еще никто в Нью-Йорке не умеет танцевать румбу!

Реальный интерес к латинской музыке появился приблизительно с 1929 года. В конце 1920-ых Xavier Cugat сформировал оркестр, который играл только латиноамериканскую музыку в Coconut Grove (кокосовой роще) в Лос-Анджелесе и играл в ранних звуковых фильмах, например "В веселом Мадриде" ("In Gay Madrid"). Позже в 1930-ых, Cugat играл в Waldorf Astoria Hotel в Нью-Йорке. К концу десятилетия его оркестр был признан лучшим латиноамериканским оркестром десятилетия. В 1935 Джордж Рафт (George Raft) сыграл роль учтивого танцора в фильме "Rumba", первом фильме, в котором герой получает в награду героиню из-за их общей любви к танцам. Через 52 года - фильм "Грязные танцы", когда опытный преподаватель соблазняет начинающую, затем "Strictly Ballroom" с аналогичным сюжетом, и два фильма с обратными сюжетами, когда партнерши - почти начинающие - "Dance with me" 98 года и "Let's it be me". В Европе румба появилась благодаря энтузи-

азму и блестящим интерпретациям Пьера Лавелла (Pierre Lavelle) - ведущего английского преподавателя латиноамериканских танцев. Он посетил Гавану в 1947, оказалось, что румба на Кубе выполняется с акцентом на счет "два", а не на "раз", как в американской румбе. Эту технику с названиями основных фигур, полученных от Рере Ривера из Гаваны, он стал преподавать в Англии. В 50-ых он со своей партнершей и женой Дорис Лавелл очень много выступал с показательными выступлениями и уроками латиноамериканских танцев в Лондоне.

С нововведением - только перенос веса на счет "раз", без фактического шага, танец приобрел очень чувственный и романтический характер. Счет "раз" - самый сильный счет в румбе, не делая шаг на этот счет, мы подчеркиваем музыкой активное движение бедер. Вместе с медленным темпом музыки и музыкальным акцентом на работу бедер танец приобретает лирический и эротический характер. Шаги делаются на счет 2, 3 и 4. Колена выпрямляются и сгибаются на каждом шаге, повороты выполняются между счетами. Вес корпуса находится впереди, все шаги делаются с носка. Pierre Lavelle представил истинную "кубинскую румбу", которая после долгих споров была официально признана и стандартизирована в 1955. В современном танце многие из основных фигур несут в себе старую историю попытки женщины доминировать над мужчиной при помощи женского обаяния. Во время танца всегда есть элемент, когда партнерша "дразнит" партнера и затем убегает, мужчина сначала соблазняется, а затем партнерша его бросает и стремится к другому. Другому партнеру, судье, зрителю... На страстные эротические движения партнерши партнер через ответные движения выражает желание обладать ею, пытается до-

казать свою мужественность через физическое доминирование, но, увы, обычно ничего не добивается. Румба - дух и душа латиноамериканской музыки и танца. Очаровательные ритмы и движения тела делают румбу одним из наиболее популярных бальных танцев, многие партнерши считают этот танец самым любимым.

### **Характеристики Румбы:**

Движение: На месте, Плавное, Продолженное с акцентами, Скользящее.

Музыкальный размер: 4/4

Тактов в минуту: 27-31

Акцент: на 1 и 3 (1 сильнее) удар.

Соревнование: 1,5 — 2 минуты

Медленный, пульсирующий ритм, романтическая музыка — вот что помогает румбе не стареть и всегда быть в моде. Историю, которую рассказывает партнер в румбе вобрала в себя характерные для влюбленного латиноамериканского мужчины черты — силу и уверенность, чувственность и стремление понравиться женщине. Напряженный ритм танца напоминает об извечной драме любви, когда один находит ее, а другой безвозвратно теряет. Однако не следует думать, что румба прежде всего предназначена для мужчины-партнера.

Партнерша исполняет в этом танце собственную и очень важную роль. Она дразнит партнера, увлекает, соблазняет его для того, чтобы потом отвергнуть. Если танго — страсти, то румба, несомненно, история любви. Румба великолепна с самых первых ее движений и наполнена сдержанной силой и чувствами, проявить которые помогает изысканный ритм —

простой и романтический, с волнующими, похожими на далекое эхо звуками гуахиры на заднем плане.

Временами кажется, что, танцуя румбу, партнеры смотрят в глаза не друг другу, а самой судьбе.

«Международный» стиль румбы во многом обязан своим содержанием кубинской гуахире — старинному народному танцу, имя которого дало название деревянному музыкальному инструменту. Многие элементы гуахиры перешли в румбу почти в первоизданном виде.

Наиболее известной во всем мире мелодией румбы нужно, очевидно, считать знаменитую «Guantanamera», написанную Жозеито Фернандесом и быстро ставшую классикой румбы. На Кубе глагол «румбаре» означает просто «танцевать» и потому применяется к целому ряду танцев, а порой означает танцевальный вечер как таковой. В испаноязычном мире румбу еще называют «болеро-румба».

Существует еще и «сквер-румба», отличающаяся более тесными позициями, текучими движениями. В этом виде румба появилась в начале 1930-х годов. В конце 1940-х румба стала известна в Европе и США, где ее зачастую называли кубинской румбой. Для того чтобы сделать содержательнее и динамичнее, в нем стали все чаще применять открытые позиции, отчего румба стала еще более насыщенной. К началу 1990-х годов международный стиль румбы набрал новую высоту благодаря великолепным выступлениям 13-кратных чемпионов мира по международным латиноамериканским танцам Дони Бернса и Гэйнор Фейвезэр из Великобритании.

Нужно признать, что те люди, что живут в Гаване и танцуют, как и прежде, в ее барах, с трудом могут узнать привыч-

ную им румбу в танце под тем же названием, который исполняется на профессиональной сцене. С другой стороны, все больше туристов посещает родину румбы, и, если среди них есть любители танцев, они не могут не взять на заметку то, чем по праву гордятся в своих танцах коренные латиноамериканцы, — простоту и чистоту линий румбы. Ведь в конечном счете все латиноамериканские танцы говорят о любви, и для любого из них нужно совсем немного — мужчина, женщина и прекрасная музыка.

### **Танец Пасадобль (Pasadoble)**

1. Испанский общественный танец XIX века в маршевом характере. Музыкальный размер –  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $6/8$ . Темп умеренно быстрый. Изображает ключевые моменты испанской корриды: торжественный выход тореро, приёмы работы с плащом, поединок с быком, победу в схватке, ликование. Исполняется в паре, с активными передвижениями по площадке.

2. Общественный бальный танец 1920-30-х годов, основанный на народном образце. Музыкальный размер –  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $6/8$ . Темп умеренно быстрый. Исполняется в паре, энергично и чётко, с передвижениями по залу.

3. Спортивный бальный танец, входящий в Латиноамериканскую Подгруппу танцев Международной спортивной программы. Музыкальный размер –  $2/4$ . Темп умеренно быстрый, 60 тактов (120 ударов) в минуту. Исполняется в паре, следуя драматическому характеру музыки, с активными передвижениями по площадке.

4. Обязательный танец в спортивных танцах на льду под музыку Пасодобля. Музыкальный размер –  $2/4$  или  $6/8$ . Темп

56 тактов (112 ударов) в минуту. Начинается в Позии Танго. Исполняется в Закройтой Позии и Открытой Позии на всём пространстве катка.

Этот танец более всех других оправдывает зрелищный характер танцевального спорта. Выразительные взмахи рук, характерные «испанские» позы, вызывающий маршевый ритм музыки – всё работает на драматический дуэтный образ, в котором отвага человека противостоит невообразимой звериной мощи. Противостояние смертельной опасности и её преодоление – в этом заключается глубинный смысл испанского танца Пасодобль.

Считается, что Пасодобль возник в Испании из старинного уличного шествия участников корриды.

Эта своеобразная народная Пассакалья [исп. Pascalle, от pasar – проходить и calle – улица] под стук барабанов с молчаливыми остановками на перекрёстках усиливала, и без того гнетущую, напряжённость перед кровавым зрелищем. В XIX веке уличную проходку сопровождала музыка воинственных маршей и шествие местами превращалась в нечто, похожее на парад тореадоров.

К началу XX века парадная проходка тореадоров трансформировалась в Пасодобль – парный общественный танец, в котором демонстрировались повадки разъярённого быка и приёмы его укрощения при помощи красного плаща и острой шпаги. Пасодобль по-испански означает «двойной шаг» [исп. Pasodoble, от paso – шаг, и doble – двойной, сдвоенный]. Может быть, это название выражает двойственную природу самого танца, в котором исполнитель порою одним движением изображает и быка, и тореро?

В 1920-е годы танец Пасодобль появился в парижских публичных танцевальных залах, а в 1930-х стал популярен в высшем обществе. Из Франции он распространился по Европе, взяв в употребление французские наименования танцевальных фигур. Некоторое время он пользовался популярностью в Соединённых Штатах. Там его назвали «Испанский Тустеп» [англ. Spanish Two Step] и перевели названия большинства фигур на английский язык.

С тех пор в этом танце принято пользоваться французскими названиями движений наряду с английскими. Так продолжается и после того, как в конце 1940-х англичане ввели его в Международную программу танцевальных соревнований. Надо отметить, что по танцевальному взаимодействию в паре Пасодобль сильно отличается от прочих европейских танцев. Кроме того, Пасодобль имеет распространение в Мексике, где публика также любит развлекаться боями быков. Видимо, поэтому этот чисто испанский танец был помещен в Латиноамериканскую подгруппу спортивных танцев.

Позиции и характер движений Пасодобля сильно отличаются и от латиноамериканских танцев. В нём отсутствуют выраженные движения бёдрами, пружинистые и скачущие шаги. Отличается даже осанка танцора: верх корпуса высоко поднят, плечи широко расставлены и опущены вниз, голова жестко фиксирована. В некоторых движениях голова наклонена вперед, а затылок тянется вверх, как будто танцующий старается заглянуть в пространство позади себя. Вес тела держится впереди, хотя многие шаги выполняются на каблук.

Кроме этого, в отличие от латиноамериканских танцев, в которых на первом плане красуется партнёрша, Пасодобль

считается мужским танцем. Внимание зрителей должно быть обращено исключительно на тореадора. Партнер изображает мужественный и героический характер. Его партнерша, почти как в европейских стандартных танцах, следует его шагам и сигналам. А в некоторых случаях она как-бы превращается в плащ тореадора.

В музыке танца присутствуют характерные акценты и усиления, которые танцоры стараются артистически обыграть. Многие танцевальные фигуры Пасодобля позволяют это, так как представляют собой стилизацию боевых приёмов тореро: Атака [англ. Attack], Бандерильяс [англ. Banderillas], Разделение [исп. Separation], Вероника [исп. Veronica] и др.

### **Примеры движений и фигур бального танца Пасодобль:**

**АПШЕЛЬ** [франц. Appel – вызов, призыв]

Короткий акцентированный удар всей ступнёй с последующим переступанием на неё. По смыслу корриды, представляет собой сигнал для привлечения внимания быка.

**АТАКА** [англ. Attack]

Представляет собой стилизацию профессионального приёма тореро в бою с разъярённым быком. При выполнении этой фигуры партнёр воображает себя тореадором и управляет партнёршей, как будто она является его плащом.

**ВОСЬМЕРКА (Уи)** [франц. Huit]

Танцевальная фигура Пасодобля, в которой партнёр изображает матадора, гипнотизирующего быка взмахами своего плаща. Он вертит плащ вперёд-назад по фигуре «восьмёрки» и при этом успеваает принимать эффектные позы.

### **ДРОБЬ ФЛАМЕНКО** [англ. Flamenco Taps]

Характерная танцевальная фигура Пасодобля, включающая в себя двойной удар в характере танцев Фламенко. Удары выполняются носком свободной ноги позади опорной ноги.

### **ИСПАНСКАЯ ЛИНИЯ** [англ. Spanish Line]

Танцевальная фигура Пасодобля, включающая совместный ход пары вперёд, раздельный разворот обратно и принятие партнёром и партнёршей особой испанской позы – позы тореро перед восторженных толпой зрителей. Партнёр и партнёрша стоят, развернувшись спиной друг к другу.

### **КУ-ДЕ-ПИК** [франц. Coup de Pique – букв. «удар пикой»]

Представляет собой последовательность шагов, включающую характерные острые выведения ноги, шаги накрест и, не менее характерные, шаги вбок.

Другое название: Пике.

### **РАЗДЕЛЕНИЕ** [англ. Separation]

Танцевальная фигура, в ходе выполнения которой партнёр делает один небольшой шаг вперёд, а затем совершает шаги на месте. В это время партнёрша, в характерной манере Пасодобля, быстро отодвигается от партнёра на расстояние вытянутой руки, а затем постепенно приближается и встаёт в Закрытую Позицию в паре.

### **СЮР ПЛАС** [франц. Sur Place – на месте]

Представляет собой последовательность из восьми шагов на месте. Может выполняться с поворотом пары вправо или влево.

### **ШЕСТНАДЦАТЬ** [англ. Sixteen]

Представляет собой последовательность из шестнадцати шагов, в ходе выполнения которых пара принимает разные по-

зы, двигаясь в ракурсах Променадной Позиции и Контрпроменадной Позиций.

### **ШАССЕ ВПРАВО** [англ. Shasse to Right]

Представляет собой последовательность простых шагов и шагов с приставкой, в ходе выполнения которых пара принимает характерные «испанские» позы. Шаги выполняются вправо относительно партнёра.

Жизнь – это борьба. Танец пасадобль именно об этом. Гордые и темпераментные испанцы считали, что только победитель-тореро достоин жизни, достоин успеха, достоин любви.

### **Танец Джайв (Jive)**

Энергичный и заводной танец джайв не оставит равнодушным никого, но исполнение джайва требует немалых усилий!

Джайв (jive) — это разновидность свинга со свободными движениями. Это довольно быстрый, энергичный латиноамериканский танец, включающий в себя множество элементов — бросков. Джайв относится к одним из самых сложных бальных танцев. Своими зажигательными движениями и энергичной музыкой танец создает очень яркое эффектное зрелище, принося огромное наслаждение не только исполнителям, но и зрителям.

### **История возникновения танца**

История джайва начинается с 19 века. Свое начало данный танец ведет от ритуальных танцев африканских негров. Также существует версия, что джайв — это танец индейцев-семинолов Флориды, и исполнялся он вокруг пленного бледнолицего или черепа жертвы.

Во время Второй Мировой войны джайв пришел в Европу и сразу же завоевал большую популярность среди молодежи. Но довольно долгое время данный танец был запрещен в танцевальных залах из-за характерных ему атлетичных движений, прыжков и рискованных подъемов. Именно из-за этих запретов джайв, в основном, исполнялся только на самобытных соревнованиях и танцевальных вечерах.

Конкурсным танцем джайв признали лишь начале 1880 года. Это повлекло за собой появление классов и школ по обучению, официальных соревнований. За многие годы джайв прошел значительные ступени развития и стал одним из самых популярных бальных танцев во всем мире.

Джайв, за историю своего существования, изменялся и совершенствовался множество раз:

в 1910 году от регтайма к свингу

в 1920-х годах к линди хоуп

в 1940-х к року

в 1950-х к буги

в 1960-х к би боп

И только после «эры би боп» танец начал приобретать очертания современного джайва.

### **Что такое джайв?**

Слово «jive» сходно с южно-африканским словом «jev» — «говорить пренебрежительно». А вот в американском переводе оно звучит как «насмешка», что очень соответствует характеру танца.

Джайв достаточно сложный танец для исполнения, требующий отличной физической формы. Он значительно отличается как по характеру, так и по технике от остальных латино-

американских танцев. Быстрый, потребляющий много энергии, джайв для эффектного исполнения должен исполняться с большой отдачей.

Ранние версии танца состояли из двух частей: представление пары и основная быстрая композиция.

Современная версия с первых секунд танца — это быстрый ритм и очень энергичные, довольно грациозные движения и жесты. Джайв можно сравнить с настоящим ярким фейерверком.

### **Виды джайва**

Сегодня джайв исполняют в двух стилях: международный и свинг. Достаточно часто можно встретить форму исполнения джайва, в которой в разных фигурах сочетаются оба стиля. В этом танце очень много сложных элементов Рок-н-Ролла и Джатербага.

### **Особенности джайва**

Современная версия джайва включает в себя основные шаги, которые состоят из быстрого синкопированного шассе. Бедра выводятся на счет «и» после каждого шага. Вес тела находится впереди на всех шагах. Все шаги танца делаются с носка. Во время шассе ступня ноги, с которой делается шаг, поднимается на уровень колена опорной левой ноги, при этом правая нога поднимается также сильно и создается иллюзия «лунных» шагов, при этом танцоры кажутся невесомыми, как будто парят. Джайв исполняется в быстром и очень быстром темпе. Счет танца 1-2, 3 и 4, 3 и 4 с акцентом на счет 2 и 4. Музыкальный размер 4/4, а темп варьируется от 40 до 46 тактов в минуту.

**Фигуры и вариации базисной международной программы в  
бальных (стандартных) танцах**

**ЧА-ЧА-ЧА**

**“STUDENT”**

1. Ча-ча-ча Шассе налево и направо Cha-cha-cha Chasse to L & R
2. Тайм степс Time Steps
3. Основное движение на месте Basic Movement in Place
4. Закрытое основное движение Closed Basic
5. Нью-Йорк в ЛБП или ПБП New York to Left or Right Side Position
  - Чек из открытой ПП - Check from Open PP
  - Чек из открытой КПП - Check from Open CPP
6. Рука в руке Hand to Hand
7. Спот поворот влево, вправо, включая Spot Turns to L or R, including
  - Свитч и поворот под рукой Switch and Underarm Turns
8. Боковые шаги влево и вправо Side Steps to L & R
9. Ча-ча-ча Локк шассе вперед и назад Cha-cha-cha Locks fwd & bkwd
10. Открытое основное движение Open Basic
11. Плечо к плечу Shoulder to Shoulder
12. Назад и обратно There and Back
13. Три ча-ча-ча вперед, назад, Three Cha-cha-cha fwd; bkwd

## **в ОПП и ОКПП in OPP & OCPP (A)**

### **“ASSOCIATE”**

14. Веер Fan

15. Хоккейная клюшка Hockey Stick

16. Алемана Alemana

- Алемана из открытой позиции, Alemana from Open Position

в Л руке партнёра П рука партнёрши Left to Right Hand Hold

- Алемана с окончанием А **Alemana finish A**

- Алемана с окончанием в открытую КПП Alemana checked to Open CPP

17. Натуральное раскрытие Natural Opening Out Movement

18. Закрытый хип твист Closed Hip Twist

**19. Натуральный волчок и Natural Top &**

**Натуральный волчок с окончанием А Natural Top with finish A**

### **“LICENTIATE” (“MEMBER”)**

20. Ронд шассе Ronde Chasse

21. Хип твист шассе Hip Twist Chasse

22. Открытый хип твист Open Hip Twist

23. Обратный волчок Reverse Top

24. Раскрытие из обратного волчка Opening Out From Reverse Top

25. Спираль Spiral

26. Аида Aida

**27. Алемана с окончанием В Alemana finish B**

**28. Натуральный волчок с окончанием В Natural Top with finish В**

29. Локон Curl

30. Лассо Rope Spinning

31. Кросс бейсик Cross Basic

32. Кубинский брейк в открытой позиции Cuban Break in Open Position

33. Кубинский брейк в открытой КПП Cuban Break in Open CPP

34. Сплит кубинский брейк в открытой КПП Split Cuban Break in Open CPP

35. Сплит кубинский брейк из ОКПП и ОПП Split Cuban Break from OCPP and OPP

36. Чейс Chase

**“FELLOW”**

37. Усложненный хип твист Advanced Hip Twist

38. Алемана из открытой позиции, Alemana from Open Position

в II руке партнёра II рука партнёрши Right to Right Hand Hold

39. Турецкое полотенце Turkish Towel

40. Возлюбленная Sweetheart

41. Следуй за лидером Follow My Leader

42. Кросс бейсик с соло поворотом дамы Cross Basic with Lady's Solo Turn

43. Закрытый хип-твист спираль Closed Hip Twist Spiral

44. Открытый хип-твист спираль Open Hip Twist Spiral

45. Методы смены ног в ча-ча-ча Methods of Changing Feet

## 45. Ритм гуапача Guaracha Timing

Применяется в фигурах: **Закрытое основное движение, Кросс бейсик, Тайм степ, Чек (Нью-Йорк) из ОПП и ОКПП, Турецкое полотенце, Веер.**

### САМБА

#### “STUDENT”

1. Основные движения - Натуральное Basic Movements – Natural -

– Обратное - Боковое - Прогрессивное - Reverse – Side – Progressive

2. Самба Виски влево, вправо Samba Whisks to L and R

(также с поворотом партнёрши под рукой, (also with Lady’s Underarm turn,

Вольта спот повороты вправо и влево Volta Spot Turns to R & L

для партнёрши) for Lady)

3. Самба ходы – променадные - Samba Walks – Promenade

–

- боковые - стационарные - Side – Stationary

4. **Вольта с продвижением влево, вправо, Travelling Volta to Left, to Right,**

**с поворотом влево, с поворотом вправо** Turning to Left, Turning to Right

5. Ритм баунс Rhythm Bounce

6. Бота фога в продвижении вперед Travelling Boto Fogos Forward

7. Криск-кросс бота фога - Criss Cross Boto Fogos

(Теневые бота фога) (Shadow Boto Fogos)

## **“ASSOCIATE”**

8. Бота фога в продвижении назад Travelling Boto Fogos  
Back

9. Бота фога в ПП и КПП Boto Fogos to PP and CPP

10. Обратный поворот Reverse Turn

**(1a2, 1a2) или (МББ МББ)**

11. Корта джака Corta Jaca

**1-7 шаги, партнер с ПН вперед, 4-7 шаги могут повторяться,**

**Фигура исполняется только в закрытой позиции**

12. Закрытые рокки Closed Rocks

**13. Крисс-кросс вольта Criss Cross Voltas**

**14. Соло спот вольта Solo Spot Volta**

**15. Методы смены ног Methods of Changing Feet**

**Применяются для исполнения в Правой теневой позиции следующих фигур:**

Самба ходы,

Бота фога в продвижении вперед,

Вольта в продвижении.

**16. Вольта в продвижении в П теневой поз. Travelling Voltas in R Shadow Position**

**“LICENTIATE” (“MEMBER”)**

17. Корта джака Corta Jaca

**Исполнение противоположной партии**

**18. Круговая вольта Circular Volta**

**19. Круговая вольта в П теневой позиции Circular Voltas in R Shadow Position**

20. Открытые рокки вправо и влево Open Rocks to R and L

21. Рокки назад с ПН и ЛН Backward Rocks on RF and LF

22. Коса Plate
- 23. Раскручивание от руки Rolling off the Arm**
24. Аргентинские кроссы Argentine Crosses
- 25. Мэйпул (Продолженный Вольта Maupole (Continuous Volta**  
**спот поворот вправо, влево) Spot turn to R & L)**  
**“FELLOW”**
26. Методы смены ног Methods of Changing Feet
- 27. Самба локки (ББМ ББМ) Samba Locks**
28. Карусель Roundabout
29. Контра бота фога Contra Boto Fogos
- 30. Натуральный ролл Natural Roll**
31. **Боковые шассе Side Chasses**
32. Бег из Променада в Контр променад Promenade to Counter Promenade Runs
33. Крузадос ходы и локки Cruzados Walks & Locks
34. Обратный ролл Reverse Roll
35. Поворот на трех шагах: Three Step Turn
- вход в Самба Локки - Entry to Samba Locks,
  - Усложненный обратный поворот - Advanced Reverse Turn
  - Усложненный натуральный ролл - Advanced Natural Turn
36. Дроп вольта Drop Volta
- 37. Усложненный ритм Вольты (12,a,1,a,2) Advanced Rhythm of Volta**
- Фигуры Рокки исполняются в ритме МББ МББ, любое изменение данного ритма является нарушением.**

## **РУМБА**

### **“STUDENT”**

1. Основные движения - Закрытое – Basic Movements – Closed –

- Открытое - На месте - Альтернативное Open - In place–  
Alternative

2. Прогресс. ход вперед, назад (в ЗП или ОП) Progressive  
Walks fwd, bkwd (in CP or OpP)

3. Нью-Йорк в ЛБП или ПБП New York to Left or Right  
Side Position

- Чек из открытой ПП Check from Open PP

- Чек из открытой КПП Check from Open CPP

4. Спот поворот вправо, влево включая Spot Turns to R; to  
L, including

Свитч и поворот под рукой Switch and Underarm Turns

5. Рука в руке Hand to Hand

6. Плечо к плечу Shoulder to Shoulder

7. Кукарача Cucarachas

8. Боковой шаг Side Step

**9. Кубинские рокки (2; 3; 4.1) Cuban Rocks**

### **“ASSOCIATE”**

10. Веер Fan

11. - Алемана из веерной позиции Alemana from Fan Posi-  
tion

- Алемана из Открытой позиции, Alemana from Open Posi-  
tion

в Л руке партнёра П рука партнёрши Left to Right Hand Hold

- Алемана с окончанием в открытой КПП Alemana checked to Open CPP

12. Хоккейная клюшка Hockey Stick

13. Натуральное раскрытие Natural Opening Out Movement

14. Закрытый хип твист Closed Hip Twist

**15. Натуральный волчок (окончание А) Natural Top (ending A)**

**16. Прогрессивный ход вперед, назад в БП Progressive Walks fwd, bkwd in SP**

17. Раскрытие влево и вправо Opening Out to R and to L

**“LICENTIATE” (“MEMBER”)**

18. Открытый хип твист Open Hip Twist

19. Обратный волчок Reverse Top

20. Раскрытие из обратного волчка Opening Out From Reverse Top

21. Спираль Spiral

22. Аида Aida

23. Лассо Rope Spinning

24. Локон Curl

**“FELLOW”**

25. Фехтование Fencing

26. Развитие Альтернативного Development of Alternative основного движения Basic Movement

**27. Прогрессивный ход вперед, назад Progressive Walks fwd, bkwd**

**в Правой теневой позиции – Кики ходы in RShP – Kiki Walks**

28. Алемана из Открытой позиции, Alemana from Open Position

в П руке партнёра П рука партнёрши Right to Right Hand Hold

29. Три тройки Three Threes

**30. Натуральный волчок (окончание В) Natural Top (ending В)**

31. Усложненный хип твист Advanced Hip Twist

32. Фехтование со Спиновыми окончаниями Fencing with Spin Endings

33. Усложненное раскрытие Advanced Opening Out Movement

34. Три алеманы Three Alemanas

35. Продолженный хип твист Continuous Hip Twist

36. Продолженный круговой хип твист Continuous Circular Hip Twist

37. Синкопированный кубинский рокк Syncopated Cuban Rock

38. Скользящие дверцы Sliding Doors

**ПАСОДОБЛЬ**

**“STUDENT”**

1. Аппель Appel

2. Основное движение - Марш – Сюр Плейс Basic Movement – March – Sur Place

3. Шассе вправо, влево, включая подъем Chasses to R & L, including Elevations

4. Дрег Drag
  5. Перемещение – (Атака) Displacement – (Attack)
  6. Променадное звено, включая Promenade Link – including
- Закрытый променад Closed Promenade
7. Экарт (Фолловей Виск) Ecart (Fallaway Whisk)
  8. Променад Promenade
  9. Разделение Separation
- Разделение с ходами плаща дамы Separation with Lady's Cape Walks

### **“ASSOCIATE”**

10. Фолловей окончание к разделению Fallaway Ending to Separation
11. Восемь Huit
12. Шестнадцать Sixteen
13. Променад в контр променад Promenade to Counter Promenade
14. Большой круг Grand Circle
15. Открытый телемарк Open Telemark

### **“LICENTIATE” (“MEMBER”)**

16. Твист поворот Twist Turn
17. Ля пасса La passé
18. Бандерильяс Banderillas
19. Обратный фолловей Fallaway Reverse
20. Испанская линия Spanish Line
21. Фламенко тепс Flamenco Taps
22. Методы смены ног: Methods of Changing Feet:

- задержка на один удар - One Beat Hesitation
- Синкопированный сюр плейс - Syncopated Sur Place
- Синкопированное шассе - Syncopated Chasse
- 23. Вариация с левой ноги Left Foot Variation
- 24. Ку де пик Coup de Pique
- 25. Ку де пик со сменой ЛН на ПН Coup de Pique Changing from LF to RF
- 26. Ку де пик со сменой ПН на ЛН Coup de Pique Changing from RF to LF
- 27. Двойной Ку де пик Coup de Pique Couplet
- 28. Синкопированный Ку де пик Syncopated Coup de Pique

### **“FELLOW”**

- 29. Синкопированное разделение Syncopated Separation
- 30. Твисты Twists
- 31. Плащ шассе Chasse Cape
- 32. Плащ шассе - включая внешний поворот Chasse Cape - including Outside Turn
- 33. Спины с продвижением из ПП Travelling Spins from PP
- 34. Спины с продвижением из КПП Travelling Spins from CPP
- 35. Фреголина в соединении с Фарол Fregolina – incorporating Farol

**Действие «Бота fogo» не относится к базисным фигурам Пасодобля, ее исполнение является нарушением.**

### **ДЖАЙВ**

**Во всех базисных фигурах в открытой позиции шаги Рокка должны исполняться только в ритме «ББ».**

## **“STUDENT”**

1. Шассе влево, вправо Chasses to L & R

**- Разрешена интерпретация Шассе Джайва в виде двойного или одинарного шага. Исполнение Бота фого вместо Шассе Джайва не допускается.**

2. Основное движение на месте Basic in Place

3. Осн. фолловой движение (Фолловой рокк) Basic in Fallaway (Fallaway Rock)

4. Фолловой раскрытие Fallaway Throwaway

5. Звено Link

6. Перемена мест слева направо Change of Place L to R

7. Перемена мест справа налево Change of Place R to L

8. Смена рук за спиной Change of Hands behind Back

**9. Толчок левым плечом (бедром) Left Shoulder Shove (Hip Vamp)**

## **“ASSOCIATE”**

10. Хлыст Whip

11. Американский спин American Spin

12. Променадные ходы (медленные и быстрые) Promenade Walks (Slow & Quick)

13. Стой и иди Stop and go

14. Хлыст раскрытие Whip Throwaway

15. Хлыст с Двойным кроссом Double Cross Whip

**16. Муч Mooch**

## **“LICENTIATE” (“MEMBER”)**

17. Ветряная мельница Windmill

18. Испанские руки Spanish Arms

- 19. Раскручивание от руки Rolling off the Arm
- 20. Простой спин Simple Spin
- 21. Перемена мест справа налево Change of Place R to L  
с двойным спином with Double Spin
- 22. Обратный хлыст Reverse Whip
- 23. Майами спецл Miami Special**
- 24. Болл чейндж Ball Change

Танцевать подряд несколько "Флик болл ченджей" запрещено.

25. Перекрученное фолловой раскрытие Overturned Fallaway Throwaway

### **“FELLOW”**

- 26. Изогнутый хлыст Curly Whip
- 27. Перекрученная перемена мест слева направо  
Overturned Change of Place L to R
- 28. Цыплячий ход Chicken Walks
- 29. Крадущийся ход, Флики и брейк Stalking Walks, Flicks & Break**
- 30. Свивлы носок-каблук Toe Heel Swivels**
- 31. Спин плечом Shoulder Spin
- 32. Паровоз Chagging
- 33. Катапульта Catapult

*Учебное издание*

Составители:

**Чурашов** Андрей Геннадьевич, **Юнусова** Елена Борисовна

**БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ:  
ТЕХНИКА ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИХ ТАНЦЕВ**

Ответственный редактор

Е. Ю. Никитина

Компьютерная верстка

В. М. Жанко

Подписано в печать 12.10.2023. Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 24,18.  
Тираж 500 экз. Заказ 392.

Южно-Уральский научный центр Российской академии образования.  
454080, Челябинск, проспект Ленина, 69, к. 454.

Учебная типография Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. 454080, Челябинск, проспект Ленина, 69, каб. 2