



カントリーラインダンス初級クラス



毎週日曜日

午後1:30 - 2:30

- ▶フロアに並び、簡単な振り付けと一緒に踊る、パートナーのいないダンスです。
- ▶ダンス経験がなくても、誰でも気軽に踊れる初心者向けのクラスです。
- ▶カントリーミュージックだけでなく、ポップス等様々な音楽にあわせて踊ります。
- ▶人気のある振り付けは世界共通なので、ダンスを楽しむ仲間の輪が広がります。
- ▶軽い運動になり、簡単な振り付けを覚えることで脳の活性化にも役立ちます。

このようなダンスを
踊っています

講師：Noriko (日本ラインダンス協会会員)
長年のアメリカ生活で、広い年齢層に親しまれているカントリーラインダンスに魅了され、日米で活躍する講師、振付師達の協力を得て、ここ上越でも紹介する運びとなりました。

ダンス名	コレオグラファー	カウント/ ウォール	曲名	アーティスト	音楽の ジャンル	主なステップ	サンプル ビデオ
Locomotion (ロコモーション)	Jo and Rita Thompson (ジョー&リタ・トンプ ソン)	32 カウント 4 ウォール	Locomotion (ロコモーション)	Little Eva (リトル・イヴ)	Pop (ポップス)	Rocking Chair (ロッキング チェア) Tripple Step (トリプルステップ)	
Cowboy Strut (カウボーイストラット)	Cindy Hall & Candy B (シンディー・ホール & キャンディ・ビバー)	32 カウント 2 ウォール	High on Love (ハイオンラブ)	Patty Loveless (パティ・ラブ レス)	Country (カントリー)	Heal Strut (ヒールストラット) Jazz Box (ジャズボックス)	
ABBAcadabra (アバカダブラ)	Ross Brown (ロス・ブラウン)	32 カウント 2 ウォール	Dancing Queen (ダンスイキング クイーン)	ABBA (アバ)	Pop (ポップス)	Charleston (チャールストン) Hitch (ヒッチ)	
Country Walking (カントリーウォ キング)	Teree Desarro (テリー・デザロ)	32 カウント 4 ウォール	Walking in the country (ウォーキング インザカントリー)	Keith Urban & Ranch (キース・アーバン & ランチ)	Country (カントリー)	Coaster Step (コースターステップ) Jazz Box (ジャズボックス)	
Hey (エイ)	Ira Weisburd (アイラ・ワイスバード)	32 カウント 4 ウォール	Hey (エイ)	Toby Love (トビー・ラブ)	Pop (ポップス)	Sweep (スウィープ) Jazz Box (ジャズボックス)	