

SLOW FOX SYLLABUS スロー・フォックス シラバス

SLOW FOX CHOREOGRAPHY スロー・フォックス コリオグラフィー

SLOW FOX - BRONZE FIGURES /スロー・フォックス-ブロンズ・フィギュア

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ
2. THREE STEP スリー・ステップ
3. FEATHER FINISH フェザー・フィニッシュ
4. FEATHER ENDING フェザー・エンディング
5. HOVER FEATHER ホバー・フェザー
6. NATURAL TURN ナチュラル・ターン
7. REVERSE TURN リバース・ターン
8. BASIC WEAVE ベイシック・ウエイブ
9. NATURAL WEAVE ナチュラル・ウエイブ
10. CHANGE OF DIRECTION チェンジ・オブ・ダイレクション
11. HEEL PULL FINISH ヒール・プル・フィニッシュ
12. WHISK ウィスク
13. BACK WHISK バック・ウィスク
14. OPEN NATURAL TURN オープン・ナチュラル・ターン

SLOW FOX - SILVER FIGURES /スロー・フォックス-シルバー・フィギュア

15. DOUBLE REVERSE SPIN ダブル・リバース・スピン
16. TELEMARQUE テレマーク
17. TELEMARQUE TO P.P. テレマーク・トゥ・PP
18. HOVER TELEMARQUE ホバー・テレマーク
19. HOVER TELEMARQUE TO P.P. ホバー・テレマーク・トゥ・PP
20. NATURAL TELEMARQUE ナチュラル・テレマーク
21. NATURAL HOVER TELEMARQUE ナチュラル・ホバー・テレマーク
22. IMPETUS インピタス
23. IMPETUS TO P.P. インピタス・トゥ・PP
24. WEAVE FROM P.P. ウエイブ・フロム・PP
25. HOVER CROSS ホバー・クロス
26. TOP SPIN トップ・スピン
27. OUTSIDE SWIVEL アウトサイド・スウィブル
28. OUTSIDE SPIN アウトサイド・スピン
29. REVERSE WAVE リバース・ウエイブ

SLOW FOX - GOLD FIGURES /スロー・フォックス-ゴールド・フィギュア

30. NATURAL TWIST TURN ナチュラル・ツイスト・ターン
31. NATURAL TWIST TURN WITH NATURAL WEAVE " ・ウィズ・ナチュラル・ウエイブ
32. NATURAL TWIST TURN WITH IMPETUS AND FEATHER FINISH " ・ウィズ・インピタス・アンド・フェザー・フィニッシュ
33. NATURAL TWIST TURN WITH IMPETUS TO P.P. " ・ウィズ・インピタス・トゥ・PP
34. NATURAL ZIG ZAG FROM P.P. ナチュラル・ジグ・ザグ・フロム・PP
35. CURVED THREE STEP カーブド・スリー・ステップ
36. CURVED FEATHER カーブド・フェザー
37. CURVED FEATHER FROM P.P. カーブド・フェザー・フロム・PP
38. BACK FEATHER バック・フェザー
39. FALLAWAY REVERSE AND SLIP PIVOT フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット
40. BOUNCE FALLAWAY WITH WEAVE ENDING バウンス・フォーラウェイ・ウィズ・ウエイブ・エンディング
41. RUNNING WEAVE FROM P.P. ランニング・ウエイブ・フロム・PP
42. OPEN REVERSE TURN オープン・リバース・ターン
43. EXTENDED REVERSE WAVE エクステンディッド・リバース・ウエイブ
44. REVERSE PIVOT リバース・ピボット

Bronze 1 /ブロンズ1

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. REVERSE TURN リバース・ターン SQQ
3. FEATHER FINISH フェザー・フィニッシュ SQQ
4. THREE STEP スリー・ステップ SQQ
5. NATURAL TURN ナチュラル・ターン SQQ
6. HEEL PULL FINISH ヒール・プル・フィニッシュ OSQ
7. NATURAL WEAVE ナチュラル・ウエイブ SQQQQQQ

Bronze 2 /ブロンズ2

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. REVERSE TURN リバース・ターン SQQ
3. CHECK (RF) チェック (右足) S
4. BASIC WEAVE ベイシック・ウエイブ QQQQQQ
5. WHISK ウィスク SQQ
6. FEATHER ENDING フェザー・エンディング SQQ

SILVER 1 /シルバー1

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. TELEMARQUE TO P.P. テレマーク・トゥ・PP SQQ
3. OPEN NATURAL TURN オープン・ナチュラル・ターン SQQ
4. OUTSIDE SPIN アウトサイド・スピン SQQ
5. NATURAL TURN ナチュラル・ターン SQQ
6. IMPETUS TO P.P. インピタス・トゥ・PP SQQ
7. WEAVE FROM P.P. ウエイブ・フロム・PP SQQQQQQ

SILVER 2 /シルバー2

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. THREE STEP スリー・ステップ SQQ
3. HOVER CROSS ホバー・クロス SQQQQQQ
4. DOUBLE REVERSE SPIN ダブル・リバース・スピン SQQ
5. REVERSE WAVE リバース・ウエイブ SQSQQQSQ

GOLD 1 /ゴールド1

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. BOUNCE FALLAWAY WITH WEAVE ENDING バウンス・フォーラウェイ・ウィズ・ウエイブ・エンディング S&QQQQQQ
3. EXTENDED REVERSE WAVE エクステンディッド・リバース・ウエイブ SQSQSQSQSQ
4. IMPETUS TO P.P. インピタス・トゥ・PP SQQ
5. OPEN REVERSE TURN (From PP) オープン・リバース・ターン (フロム・PP) SQ&QSQQ

GOLD 2 /ゴールド2

1. THREE STEP スリー・ステップ SQQ
2. CURVED FEATHER カーブド・フェザー SQQ
3. OUTSIDE SPIN アウトサイド・スピン &QQ
4. NATURAL TWIST TURN WITH IMPETUS TO P.P. ナチュラル・ツイスト・ターン・ウィズ・インピタス・トゥ・PP SQ&QQQ
5. RUNNING WEAVE FROM P.P. ランニング・ウエイブ・フロム・PP SQ&QSQQ
6. TELEMARQUE TO P.P. テレマーク・トゥ・PP SQQ
7. OPEN NATURAL TURN オープン・ナチュラル・ターン SQQ

PRACTICE /プラクティス

1. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
2. BOUNCE FALLAWAY WITH WEAVE ENDING バウンス・フォーラウェイ・ウィズ・ウエイブ・エンディング QQQQQQQQ
3. EXTENDED REVERSE WAVE エクステンディッド・リバース・ウエイブ SQSQSQSQSQ
4. IMPETUS TO PP インピタス・トゥ・PP SQQ
5. OPEN REVERSE TURN (FROM PP) オープン・リバース・ターン (フロム・PP) SQ&QSQQ
6. FALLAWAY REVERSE AND SLIP PIVOT フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット QQQQ
7. CHANGE OF DIRECTION チェンジ・オブ・ダイレクション SSSS
8. FEATHER STEP フェザー・ステップ SQQ
9. FALLAWAY REVERSE AND SLIP PIVOT フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット QQQQ
10. DOUBLE REVERSE SPIN ダブル・リバース・スピン SQQ(SQ&Q)
11. THREE STEP スリー・ステップ SQQ
12. CURVED FEATHER カーブド・フェザー SQQ
13. OUTSIDE SPIN アウトサイド・スピン &QQ
14. NATURAL TWIST TURN WITH IMPETUS TO P.P. ナチュラル・ツイスト・ターン・ウィズ・インピタス・トゥ・PP SQ&QQQ
15. RUNNING WEAVE FROM P.P. ランニング・ウエイブ・フロム・PP SQ&QSQQ
16. TELEMARQUE TO P.P. テレマーク・トゥ・PP SQQ
17. OPEN NATURAL TURN オープン・ナチュラル・ターン SQQ
18. BACK WHISK バック・ウィスク SQQ