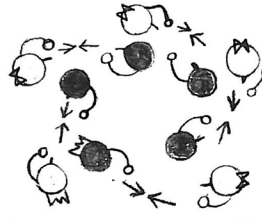


Shenandoah

動画を見ながらこの図解をチャックするととてもgood☆だよ♪

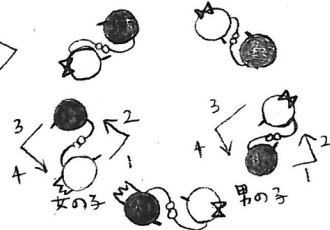
YouTubeで **Shenandoah ラボ** (検索) もしくは ラボ・パレ NOW へ!

○ 前奏 ○ 1 2 3 4 5 (24拍)

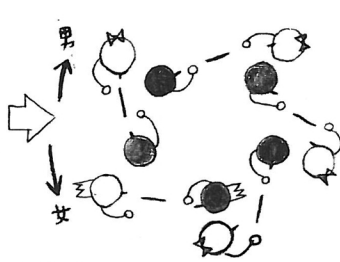


♫ 初めのパートナー同士

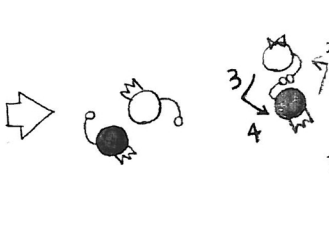
1 0° 左足を前へ一歩
♀ 左手同士をつなぐ



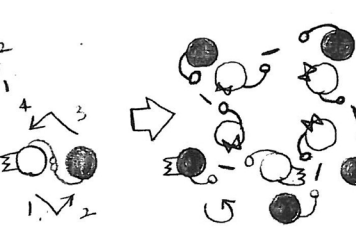
2 反時計回りに4歩
0° 左左左右



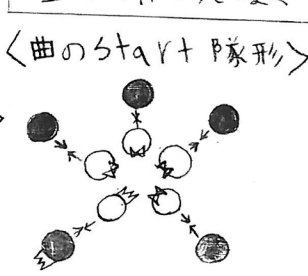
3 0° 左足を前へ一歩
* ♀ 右手 / 初めのパートナーに戻る



動き1と-糸者 | 4 動き2と-糸者 | ♀ 男の子, 外 / ♀ 女の子, 中 になる



5 3と-糸者で
初めのパートナーに戻る
♫ パレで女の子を円の中へ



< 曲のstart 隊形 >

二重の円になり
パートナーと向きあう

< GT-6 There Were Singing Folk >

☆ DISC II - 15 ☆

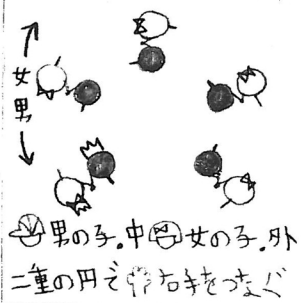
2010年 Spring Camp

共通ソング

関西支部
大学生コーチ会議 発行

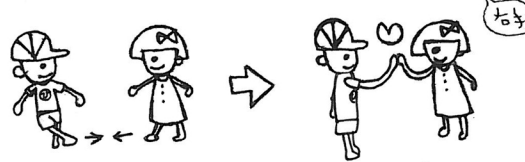
シェンドーアは水夫たちが
働きながらうたう舟唄
なんだよ! 歌はインディアンの
娘に恋する行商人の
愛の物語だよ ♡ (P.106)

< Start 隊形 >



○ Shenandoah, I long to hear you.

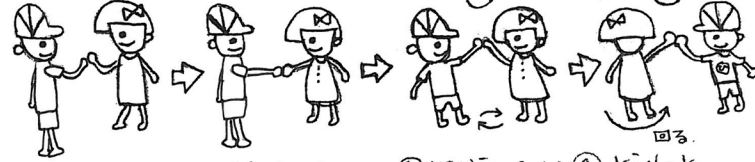
右 左 ① 左 右 ② 右 左 ③



① ② 0° 右足から
ゆっくり2歩進め
③ hearで0° 右足
youで0° 左足
硬と同時に♀右手を向け合わせる

Way, hey you rolling river.

① ②



① rolling
♫ パレ
位置交換
② river
♫ パレ
その場で女の子回す

○ Shenandoah, I long to hear you.

① ② ③ ④ ⑤



① パートナーと向きあい
♀ 右手同士をつなぐ
② ♀ 左手を上げ
♂ 女の子を回してあげ、
女の子もつられるように回り
☆ の状態になる

A way,



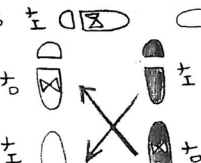
右 左
♂ 左
♀ 右

① I'm



① 90° 足の向きを変える
♀ 左手 / 男 ♀ 右手
♂ 左手 / 男 ♀ 左手
お互い重なる

② bound to



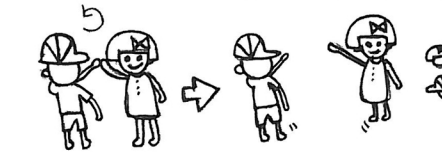
* point *
位置交換を
意識する
② 180° 足の向きを変える
♂ 右足 ♀ 左足

③ roam



③ 足をそろえる

Cross the wide Missouri.



♫ パレで
女の子は右に
初め重なる
次のパートナーに変わる
* point *
・なによりおいし気持ち
・手は少しゆくりを添える

○ 後奏 ○



お互いにゆっくり 右足、
左足の順に2歩進め、
最後に♂右手、♀左手を
合わせ、ゆっくり上へあげる