

## 17. РУМБА

Музыка	- Румба 4/4
Темп	- 44 такта при 4 ударах в минуту - 176 ударов в минуту
Pattern	- Предпочтительный
Duration	- Время требуемое для проката 4 серий 1:00 минута.

Румба живой и, в тоже время, мягкий и утончённый танец, который должен исполняться со скрытой энергией и хорошим контролем.

Вся серия Румбы исполняется в позиции Килиан, где оба партнёра выполняют одинаковые шаги. Танец начинается с шассе, за которым следует двойная смена рёбер на *шаге 3*. Ребро Левая-Вперёд-Наружу удерживается 2 счёта, в то время как свободная нога выносится в сторону от опорной ноги с последующим её подъёмом и четко выраженным движением наружу на счёт 3, совпадающим с подъёмом колена опорной ноги во время перехода на внутреннее ребро и затем обратно на наружное ребро. За *шагом 4*, который является скрещением спереди, следует *шаг 5*, исполняемый на крутом наружном ребре со свободной ногой, вытянутой сзади в первой части этого шага.

*Шаг 6* это кросс-ролл, а *шаг 7* – скрещение сзади. Затем, на *шаге 8*, правая нога, вытягивается в сторону (правая нога партнёра посылается в сторону поперёк левой ноги партнёрши). На *шаге 9* правая нога ставит широко в сторону на лёд, за которым следует скрещение сзади на *шаге 10*. *Шаги с 10 по 14* удерживаются по 4 счёта (каждый) и каждый из этих шагов начинается на третий счёт такта. Следующий широкий шаг исполняется на *шаге 11*, где нога партнёрши пересекает спереди ногу партнёра и на этом шаге партнёр становится «ведущим» (впереди партнёрши). *Шаг 12* это скрещенное Открытое Чоктау с широкой постановкой ноги на лёд, за которым сразу следует скрещенное Закрытое Чоктау с широкой постановкой ноги на лёд сзади на *шаге 13*, в котором левая нога вытягивается назад и ставится на лёд внутри круга. В этом движении свободная нога должна хорошо контролироваться после исполнения поворота с тем, чтобы она сразу же была послана вперёд, чтобы обеспечить исполнение 2-го Чоктау, как Чоктау, а не просто как шаг вперёд. Необходимо обратить внимание на то, чтобы полные 4 счёта были удержаны вовремя скольжения на ребро после исполнения обоих Чоктау.

Для того, чтобы облегчить одновременное исполнение троечного поворота на *шаге 14*, партнёрша должна выйти слегка вперед перед партнёром. Свободная нога делает мах вперёд перед троечным поворотом. Положение свободной ноги после поворота свободное. *Шаг 15* это кросс-ролл, а шаг 16 - это скрещение спереди, чтобы облегчить переход на ход вперёд для начала следующей серии танца.

Внимание должно быть обращено на то, чтобы сохранить «мягкость» Румбы и избежать излишне резких и/или дёрганных движений. Следует избегать тенденции к прыжкам на *шагах 8 и 11*. Если на этих шагах и последующих Чоктау ноги ставятся на лёд недостаточно широко, то танец значительно теряет свою силу.

Создатель	- Уолтер Грегори
Первое представление	- Лондон, Ледовая арена Вестминстер, 1938 г.

## Румба

Позиция	Шаг No.	Шаги (одинаковые для обоих партнёров)	Количество счётов музыки	
Килиан	1	LFO	1	
	2	RFI-Ch	1	
	3	LFOIO (с широким движением свободной ноги в сторону)	2+1+1	
	4	XF-RFI	2	
	5	LFO	4	
	6	CR-RFO	2	
	7	XB-LFI	1	
	8	Wd-RFI	1	
	9	LFO	2	
	10	XB-RFI	4	
	11	Wd-LFI	4	
			<u>Wd-XF-Op Cho</u>	
	12	RBO	4	
			<u>Wd-XB-CI Cho</u>	
	13	LFI	4	
	14	RFI3 (с движением свободной ноги в сторону)	4+2	
15	CR-LBO	2		
16	XF-RBI	2		

### Условные обозначения шагов и элементов:

<b>L</b>	- левая нога
<b>R</b>	- правая нога
<b>F</b>	- вперёд
<b>B</b>	- назад
<b>O</b>	- наружу
<b>I</b>	- внутрь
<b>XF</b>	- скрещение спереди
<b>XB</b>	- скрещение сзади
<b>CR</b>	- кросс-ролл
<b>Ch</b>	- шассе
<b>Op Cho</b>	- открытое Чоктау
<b>CI Cho</b>	- закрытое Чоктау
<b>3</b>	- поворот тройкой
<b>Wd</b>	- широкий шаг

### Правило 604, параграф 13 «Чоктау»

**Чоктау** – Поворотное движение (элемент), при котором изменение направления движения осуществляется переходом с одной ноги на другую, а ребро дуги выезда противоположно ребру дуги въезда. Смена ноги выполняется с наружного ребра на внутреннее ребро или с внутреннего ребра на наружное ребро. Если в описании танца не определено иное, свободная нога ставится на лёд рядом с опорной ногой. Дуги въезда и выезда имеют одинаковую глубину.

- а) **Открытый Чоктау** – Чоктау, в котором свободная нога ставится на лёд с внутренней стороны опорной ноги. Сразу после переноса веса тела, «новая» свободная нога принимает положение за пяткой «новой» опорной ноги.
- д) **Скращенный открытый Чоктау** – Чоктау, в котором наружная сторона свободной ноги удерживается перед опорной ногой под прямым углом к ней. Бедро открыто после поворота. Это могут быть широкие шаги (например, шаги 11 и 12 в Румбе).

## 19. ЧА-ЧА КОНГЕЛАДО

Музыка	– Ча-Ча-Ча 4/4
Tempo	– 29 тактов при 4 ударах в минуту
Pattern	– Предпочтительный
Duration	– Время требуемое для исполнения 2 серий танца 1:07 мин.

Этот танец предназначен для того, чтобы дать представление танцорам о Латиноамериканском ритме на раннем этапе развития и помочь им понять и оценить ритм не только ногами, но и их телами. Шаги распределены таким образом, чтобы они создавали ощущение ритма «Раз, Два, Ча-Ча-Ча». Разрешена индивидуальная интерпретация с добавлением характера ритма Ча-Ча-Ча, при условии сохранения целостности шагов, положений свободных ног и танцевальных позиций. Возвраты на переходах рисунка – разрешены.

*Шаги 1 и 2* исполняются по дуге, по направлению к борту катка, а затем, от борта. *Шаги 3 и 4* являются «скользящими шагами» (см. описание – Скользящие шаги Правило 604). Партнёр исполняет «скользящие шаги» (*шаги 3, 4 and 5*) на  $\frac{1}{2}$  счёта каждый, однако на последнем шаге он остаётся на своей левой ноге еще на  $\frac{1}{2}$  счёта, при этом правая нога поднята. Партнёрша исполняет три «скользящих шага», но как только она завершает свой третий шаг (*5a*), она скрещивает свою левую ногу сзади на вторую  $\frac{1}{2}$  счёта для *шага 5b*. Существует тенденция у партнёрши пропустить *шаг 5b* из-за трудности переноса веса тела на этом шаге. Судьи должны поощрять тех девушек, которые исполняют этот шаг правильно. *Шаги 1 – 5* исполняются в позиции Танго, используя ритм (timing) – «1, 2 ча-ча-ча». На *шаге 6* партнёры изменяют позицию Танго на позицию «Рука-в Руке» (правая рука партнёрши в левой руке партнёра, а левая рука партнёрши в правой руке партнёра) для исполнения серии скрещенных спереди шагов с касанием (льда)\*. На *шаге 7*, партнёр переходит на правую от партнёрши сторону, исполняя свой крюк, а она свою тройку. После того, как они исполнили свои повороты, партнерша, находясь на *шаге 8* слева от партнёра, переходит на правую от него сторону после *шага 9*.

На *шаге 10* партнёры принимают Закрытую (Вальсовую) позицию и на *шаге 11*, оба партнёра вытягивают свободные ноги назад на третий удар (музыкальный счёт 1).

На *шаги 14*, партнёрша освобождает свою левую руку из Открытой (Фокстротной) позиции и пронесит её над левой рукой партнёра во время исполнения Моухока.

На *шаге 23*, партнёрша кладёт свою левую руку в правую руку партнёра. *Шаг 24* – это маховый Закрытый Моухок для обоих партнёров, но в разных направлениях, так что они поворачиваются спиной друг к другу, отпуская руки и на *шаге 25* партнёрша кладёт свою правую руку в левую руку партнёра.

Следует иметь в виду, что *шаг 25* – это скрещение спереди для обоих партнёров (XF-RBI для партнера; XF-LBO для партнёрши).

*Шаги с 27 по 36a* исполняются в позиции Килиан, и *шаги 27–36* являются одинаковыми для обоих партнёров. Они исполняют серию шагов с касанием льда\* в позиции Килиан (*шаги 27–29*.) Заключительная часть танца – это чрезвычайно глубокая дуга на Лево́й-Вперёд-Внутрь для обоих партнёров. Разрешен возврат по рисунку, если очевидно, что это движение находится под контролем. Партнёрша исполняет затем Открытый Моухок (её *шаги 37a и 37 b*) для того, чтобы начать следующую серию танца.

*\*Шаги 6-9 и 22-29 должны исполняться с очень коротким, но выраженным переносом веса (с касанием льда) на другую ногу на «и» между счётами и возврат на исходное ребро.*

Создатели – Бернард Форд, Келли Джонсон, Лори Пальмер и Стевен Белангер  
Первое Представление – Ричмонд Хилл, Онтарио, 1989

### Ча-Ча Конгеладо

Позиция	Шаг No.	Шаги Партнёра	Количество счётов музыки			Шаги Партнёрши
Наружная (Танго)	1	<b>RFI-Pr</b>		1		<b>LBI-Pr</b>
	2	<b>LFO</b>		1		<b>RBO</b>
	3	<b>LF-Rff</b> Скользящий Шаг		½		<b>LB-Rff</b> Скользящий Шаг
	4	<b>RF-Lff</b> Скользящий Шаг		½		<b>RB-Lff</b> Скользящий Шаг
	5a	<b>LF-Rff</b> Скользящий Шаг (R нога поднята вперёд в конце шага)	1		½	<b>LB-Rff</b> Скользящий шаг (R нога поднята вперёд в конце шага)
	5b				½	
Обе Руки-в-Руках	6	<b>XF-RFO</b> с L ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>XF-RBI</b> с L ногой <b>Td</b>
	7	<b>XF-LFO</b> с R ногой <b>Td</b> /LFO-Rk		1 и 1 “и”		<b>XF-LBI</b> с R ногой <b>Td</b> /LBI3
	8	<b>XF-RBI</b> с L ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>XF-RFO</b> с L ногой <b>Td</b>
	9	<b>XF-LBI</b> с R ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>XF-LFO</b> с R ногой <b>Td</b>
Закрытая (Вальсовая)	10a	<b>RBO</b>	1		2	<b>RFI</b> <b>CIMo</b>
	10b	<b>LFI</b>	1			
	11	<b>RFI</b> <b>LFO</b>		4 “и”		<b>LBI</b> <b>RBO</b>
	12	<b>RFI-SiCh</b>		2		<b>LBI-SiCh</b>
Открытая (Фокстротная)	13	<b>LFI</b>		2		<b>RFO</b>
	14	<b>XB-RFO</b>		1		<b>XB-LFI</b> <b>OpMo</b>
	15	<b>LFI-Ch</b>		1		<b>RBI</b>
Закрытая (Вальсовая)	16	<b>RFO</b>		2		<b>LBO</b>
	17	<b>LFO3</b>	1+1		2	<b>RBO</b>
	18	<b>RBO</b>		2		<b>LFO</b>
Открытая (Фокстротная)	19	<b>LFO</b>		2		<b>RFI</b>
	20	<b>RFI</b>		1		<b>LFO</b>
	21	<b>LFO</b>		1		<b>RFI</b>
Одна Рука-в-Руке	22	<b>RFO</b> <b>LFI-Ch</b>		1 “и”		<b>LFI</b> <b>RFO-Ch</b>
	23	<b>RFO</b> <b>sw-CIMo</b>	3 музыкальный счёт 4 – 1 – 2			<b>LFI</b> <b>sw-CIMo</b>
	24	<b>LBO</b>		2		<b>RBI</b>
	25	<b>XF-RBI</b>		2		<b>XF-LBO</b>
Килиан	26	<b>LFO</b> <b>RFI-Ch</b>	2 “и”		2	<b>RFI</b>
	27	<b>LFO</b> с R ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>LFO</b> с R ногой <b>Td</b>
	28	<b>XF-RFI</b> с XB-L ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>XF-RFI</b> с XB-L ногой <b>Td</b>
	29	<b>LFO</b> с R ногой <b>Td</b>		1 и 1		<b>LFO</b> с R ногой <b>Td</b>
	30	<b>XF-RFO</b>		1		<b>XF-RFO</b>
	31	<b>XB-LFI</b>		1		<b>XB-LFI</b>
	32	<b>RFI</b> <b>LFO-Ch</b>		1 “и”		<b>RFI</b> <b>LFO-Ch</b>
	33	<b>RFI</b>		1		<b>RFI</b>
	34	<b>LFO</b>		1		<b>LFO</b>
	35	<b>XB-RFI</b>		1		<b>XB-RFI</b>
	36	<b>LFI SwR</b>		4		<b>LFI SwR</b>
	37a	<b>RFI</b>	2		1	<b>RFI</b> <b>OpMo</b>
	Открытая (Фокстротная)	37b				1
38		<b>LFO</b>		2		<b>RBO</b>

### Условные обозначения шагов и элементов:

<b>L</b>	- левая нога
<b>R</b>	- правая нога
<b>F</b>	- вперед
<b>B</b>	- назад
<b>O</b>	- наружу
<b>I</b>	- внутрь
<b>Rff</b>	- правая нога впереди
<b>Lff</b>	- левая нога впереди
<b>Td</b>	- касание льда ногой (touch down)
<b>Pr</b>	- беговой шаг
<b>XF</b>	- скрещение спереди
<b>XB</b>	- скрещение сзади
<b>Ch</b>	- шассе
<b>Sl Ch</b>	- скользящее шассе
<b>CR</b>	- кросс-ролл
<b>З</b>	- поворот тройкой
<b>ClMo</b>	- Закрытый Моухок
<b>OpMo</b>	- Открытый Моухок
<b>Sw</b>	- маховое движение
<b>SwR</b>	- маховое движение правой ногой
<b>sw-Cl Mo</b>	- маховый Закрытый Моухок

### **Правило 604, параграф 9 «Скользящий шаг» (Slip Step)**

**Скользящий Шаг** – шаг, выполняемый по прямой линии, при этом лезвия обоих коньков находятся плоско на льду. Вес тела должен находиться над опорной ногой, которая может быть согнута или выпрямлена в колене, в то время как свободная нога скользит по льду вперед до ее полного выпрямления.

### **Правило 604, параграф 12 «Моухок»**

**Моухок** – Поворотное движение (элемент), в котором изменение направления движения осуществляется переходом с одной ноги на другую, при этом, дуга выезда продолжает дугу въезда и обе дуги имеют равную глубину. Смена ноги выполняется с наружного ребра на наружное ребро или с внутреннего ребра на внутреннее ребро.

- a) **Открытый Моухок** – моухок, в котором пятка свободной ноги ставится на лед с внутренней стороны опорной ноги, угол между обеими ногами произвольный. Сразу после переноса веса тела, «новая» свободная нога принимает положение за пяткой «новой» опорной ноги (например, шаги 8 и 9 партнёра и 12 и 13 партнёрши в Фортинстепе).
- b) **Закрытый Моухок** – моухок, в котором подъем свободной ноги удерживается у пятки опорной ноги, пока свободную ногу не поставят на лед за пятку опорной ноги. Сразу после переноса веса тела, «новая» свободная нога принимает положение впереди «новой» опорной ноги (например, шаги 11 и 12 в Рокер Фокстроте).
- c) **Маховый Моухок** – **Открытый** или **Закрытый Моухок**, в котором свободная нога делает мах вперед (пронося её как можно ближе мимо опорной ноги) и возвращается назад к опорной ноге для выполнения поворота (например, шаги 20 и 21 в Танго).