

1. ワルツ(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ナチュラル・スピン・ターン	123 456
2	ターニング・ロック	1 & 23
3	クローズド・ウイング	123
4	ウイスク	123
5	ウイング	123
6	リバース・ターン前半	123
7	リバース・ピボット	&
8	プログレッシブ・シャッセ・トウー・ライト	12 & 3
9	バック・ロック	12 & 3
10	バック・ウイスク(新LODに面して、新中央斜めに動く)	123
11	ウィーブ・フロム・PP	123 456
12	シャッセ・フロム・PP	12 & 3
13	ナチュラル・ターン前半	123
14	アウトサイド・チェンジ(PPに終わる)	123
15	シャッセ・フロム・PP	12 & 3
	(コーナーに向かって1に戻る)	

2. ワルツ(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーの近くで)	
1	ナチュラル・スピン・ターン(新壁斜めに背面して終わる)	123 456
2	ベーシック・ウィーブ(PPに終わる)	123 456
3	レフト・ウィスク	123
4	アウトサイド・チェンジ(中央斜めに面して終わる)	123
5	クローズド・ウイング	123
6	ダブル・リバース・スピン	123(女子123&)
7	クローズド・テレマーク	123
8	ナチュラル・ターン前半	123
9	ヘジテーション・チェンジ(新LODに面して終わる)	123
10	ドラグ・ヘジテーション	123
11	バッターロック	12&3
12	フォーラウェイ・ウィスク	123
13	ウィーブ・フロム・PP	123 456
	(コーナーに向かって1に戻る)	

3. ワルツ(16小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ナチュラル・スピン・ターン(中央に背面して終わる)	123 456
2	リバース・ターン後半	123
3	リバース・ターン前半	123
4	ホバー・コルテ	123 456
5	バック・ウィスク	123
6	シャッセ・フロム・PP	12&3
	(コーナーに向かって)	
7	ナチュラル・スピン・ターン	123 456
8	ターニング・ロック	1&23
9	レフト・ウィスク	123 456
	(エンディングはツイスト)	
10	アウトサイド・スピン	123
11	ターニング・ロック・トゥ ライト	1&23
12	シャッセ・フロム・PP	12&3
	(コーナーに向かって1に戻る)	

4. ワルツ(16小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ナチュラル・ターン前半	123
2	オープン・インピタス	123
3	クロス・ヘジテーション(壁斜めに背面して終わる)	123
4	アウトサイド・スピン(3/4回転)	123
5	リバース・ピボット	&
6	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	123&
7	ダブル・リバース・スピン(7/8回転)	123(女子123&)
8	コントラ・チェック	123
9	ウィーブ・フロム・PP	123 456
10	ナチュラル・ターン前半	123
11	クローズド・インピタス	Q&QQQ
12	リバース・ピボット(新中央斜めに面して終わる)	&
13	ダブル・リバース・スピン(全回転)	123
14	オープン・テレマーク	123
15	クロス・ヘジテーション(壁斜めに面して終わる)	123
16	バッター・ウィスク	123
17	シャッセ・フロム・PP	12&3
	(コーナーに向かって1に戻る)	

1. タンゴ(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ウォーク・LF	S
2	ウォーク・RF	S
3	フォーラウェイ・フォア・ステップ (新LODにPPで終わる)	QQQQ
4	ナチュラル・ツイスト・ターン(全回転)	SQQSQQ
	(パートナーに面して終わる)	
5	ロック・バック・オン・LF	QQS
6	ロック・バック・オン・RF	QQS
7	バック・コルテ	SQQS
8	プログレッシブ・リンク	QQ
9	ナチュラル・プロムナード・ターン	SQQS
10	クローズド・プロムナード	SQQS
11	フォア・ステップ (新LODへ)	QQQQ
12	リバース・プロムナード・リンク (中央斜めに面して終わる)	SQQ
13	ウォーク・LF	S
14	ウォーク・RF	S
15	ベーシック・リバース・ターン	QQSQQS
	(1に戻る)	

2. タンゴ(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称 (壁斜めに面して)	カウント
1	ウォーク・LF	S
2	ウォーク・RF	S
	(PPで終わる)	&
3	バッターオープン・プロムナード	SQQS
4	ブラッシュ・タップ	QQ&S
5	プログレッシブ・サイド・ステップ	QQS
6	ロック・ターン	SQQSQQS
7	コントラ・チェック	SQQ
8	チェース(エンディング3)	SQQQQ
		Q&QS&S
	(新LODへ)	
9	プロムナード・リンク	SQQ
10	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	QQQQ
11	ファイブ・ステップ	QQQQS
12	クローズド・プロムナード	SQQS
	(1に戻る)	

3. タンゴ(16小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	フォア・ステップ・チェンジ	QQ&S
2	ウォーク・LF	S
3	ウォーク・RF	S
	(中央斜めに面して終わる)	
4	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	QQQQ
5	オープン・リバース・ターン・レディーアウトサイト	QQSQQS
6	フォーラウェイ・フォア・ステップ	QQQQ
	(新LODへ)	
7	ナチュラル・ツイスト・ターン	SQQSQQ
8	クローズド・プロムナード	SQQS
9	オーバースウェイ(エンディング7)	QQSS
	(LODに面して終わる)	
10	プロムナード・リンク	SQQ
11	オープン・リバース・ターン・レディーインライン	QQSQQS

4. タンゴ(16小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁斜めに面して)	
1	ウォーク・LF	S
2	ウォーク・RF	S
3	フォア・ステップ・チェンジ	QQQQ
	(中央斜めに面して終わる)	
4	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	QQQQ
	(7/8回転)	
5	ドロップ・オーバースウェイ(エンディング6)	QQSS
		QQQQ
6	クローズド・プロムナード	SQQS
7	フォア・ステップ (新LODへ)	QQQQ
8	チェース(エンディング4)	SQQQQ
		Q&QQQ
9	オープン・プロムナード	SQQS
10	ファイブ・ステップ	QQQQS
11	バッターオープン・プロムナード	SQQS
12	フォア・ステップ・チェンジ	QQ&S
	(1に戻る)	
	1~2でカーブして新壁斜めに終わる	

1. スロー・フォックストロット(6. 5小節) (技術認定ハイグレード6)

No.	フィガー名称	カウント
	Part1	
	(中央斜めに面して)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	リバース・ターン	SQQSQQS
3	スリー・ステップ	QQ(S)
4	ナチュラル・ターン	SQQSSS
	(新中央斜めに1に続ける)	
	Part2(フレーズを合わせたい場合4に続けて)	
5	フェザー・ステップ	SQQ(S)
6	アウトサイド・スイブル	S(S)
7	フェザー・エンディング	SQQ(S)
	を踊ってから2に続ける	

2. スロー・フォックストロット(7. 5小節) (技術認定ハイグレード5)

No.	フィガー名称	カウント
	Part1	
	(コーナーに向かって)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	チェンジ・オブ・ダイレクション(3/8回転)	SSS
	(LODに向かって)	
3	ナチュラル・ウィーブ	SQQQQQQ(S)
4	リバース・ターン(1~4歩)	SQQS
5	ベーシック・ウィーブ	QQQQQQ(S)
	(2に戻る)	
	Part2(フレーズを合わせたい場合5に続けて)	
6	アウトサイド・スウィブル	S(S)
7	フェザー・エンディング	SQQ(S)
	を踊ってから2に続ける	

3. スロー・フォックストロット(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(中央斜めに面して)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	リバース・ターン	SQQSQQS
3	スリー・ステップ	QQ(S)
4	ナチュラル・ターン(1~3歩)	SQQ
5	オープン・インピタス	SQQ(S)
	(新LODへ)	
6	ウィーブ・フロム・PP	SQQQQQQ(S)
7	ホバー・テレマーク	SQQ(S)
8	フェザー・ステップ	SQQ(S)
9	オープン・テレマーク	SQQ
10	ナチュラル・ウィーブ・フロム・PP(1~7歩)	SQQQQQQ
11	リバース・ウェーブ(1~6歩)	SQQSQQ
12	クローズド・インピタス	SQQSQQ(S)
	アンド・フェザー・フィニッシュ	
	(新LODへ)	
	(2に戻る)	

4. スロー・フォックストロット(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(中央斜めに面して)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	リバース・ターン	SQQSQQ(S)
3	ホバー・テレマーク	SQQ(S)
	(新壁斜めへ)	
4	ナチュラル・ツイスト・ターン	SQ & QSQQ(S)
5	オープン・テレマーク	SQQSQQS
	アンド・フェザー・エンディング	
6	スリー・ステップ	QQ(S)
7	ホバー・クロス	SQQQQQQ(S)
	(新LODへ)	
8	クローズド・テレマーク	SQQ(S)
9	カーブド・フェザー	SQQ
10	オープン・インピタス	SQQ(S)
11	ウィーブ・フロム・PP(1~7歩)	SQQQQQQ
12	トップ・スピン	QQQQ(S)
	(2に戻る)	

5. スロー・フォックストロット(16小節) (技術認定ハイグレード2) Q&QQQ

No.	フィガー名称	カウント
	(中央斜めに向かって)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	リバース・ウェーブ	SQQSQQSSS
	(新中央斜めに向かって)	
3	フェザー・ステップ	SQQ
4	アウトサイド・スウィブル	S(S)
5	カーブド・フェザー・トウ・バッターフェザー	SQQSQQS
6	ベーシック・ウィーブ	QQQQQQS
7	スリー・ステップ	QQ(S)
8	ナチュラル・テレマーク	SQQQQ(S)
	(新壁斜めへ)	
9	ホバー・テレマーク(1・2歩)	SS
10	ホバー・フェザー	QQ(S)
11	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	SQ&Q
12	ホバー・テレマーク	SQQ(S)
	(1に戻る)	

6. スロー・フォックストロット(16小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(中央斜めに向かって)	
1	フェザー・ステップ	SQQ(S)
2	バウンス・フォーラウェイ	S&QQQQQS
3	スリー・ステップ	QQ(S)
4	ナチュラル・ツイスト・ターン	SQ&QSQQ(S)
	(新中央斜めへ)	
5	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	S&QQ
6	フォーラウェイ・リバース・アンド・スリップ・ピボット	QQQQ
7	オープン・テレマーク	SQQ
8	ナチュラル・ターン	SQQ
9	アウトサイド・スウィブル	S(S)
10	ナチュラル・ジグザグ・フロム・PP	SQQQQ(S)
	(新LODへ)	
11	ホバー・テレマーク	SQQ(S)
12	フェザー・ステップ	SQQS
13	スリー・ステップ	QQ(S)
14	ナチュラル・ホバー・テレマーク	SQQSQQ(S)
	(2に戻る)	

1. クイックステップ(8小節) (技術認定ハイグレード6)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁斜めに面して)	
1	ナチュラル・スピン・ターン	S Q Q S S S
2	プログレッシブ・シャッセ	S Q Q S (S)
3	フォワード・ロック	S Q Q S (S)
4	ナチュラル・ターン	S Q Q S S S
	(新壁斜めに面して1に戻る)	

2. クイックステップ(8小節) (技術認定ハイグレード5)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁斜めに面して)	
1	ナチュラル・ターン・アンド・バック・ロック (コーナーで)	SQQSQQS(S)
2	ティプル・シャッセ・トゥ・ライト	SQQSQQS(S)
3	クォーター・ターン・トゥ ライト	SQQS
4	プログレッシブ・シャッセ (壁斜めに面して1に戻る)	SQQS(S)

3. クイックステップ(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ランニング・ライト・ターン	SQQSSSS
		QQSS
2	クイック・オープン・リバース	SQQ(S)
3	フォア・クイック・ラン	SQQQQSSS
	(コーナーで)	
4	ブイ・シックス(2~8歩)	(S)QQSSQQ
5	ナチュラル・ターン・ウィズ・ヘジテーション	SQQSSS
6	シャッセ・リバース・ターン	SQQ
7	ヒール・ピボット	SQQ(S)
8	クロス・シャッセ	SQQ(S)
	(コーナーに向かって1に戻る)	

4. クイックステップ(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁斜めに面して)	
1	ナチュラル・ピボット・ターン	SQQSS
2	ルンバ・クロス	QQS
3	ランニング・ライト・ターン(5~11歩)	SSSQQS(S)
	(新壁斜めへ)	
4	ナチュラル・スピン・ターン	SQQSSS
5	ヒール・ピボット	SQQ(S)
6	プログレッシブ・シャッセ・トゥー・ライト	SQQSS
7	シックス・クイック・ラン	QQQQQQ(S)
8	ナチュラル・ターン・アンド・バック・ロック	SQQSQQS(S)
9	ランニング・フィニッシュ	SQQ(S)
	(壁斜めに面して1に戻る)	

5. クイックステップ(16小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ナチュラル・ターン(1~3歩)	SQQ
2	クローズド・インピタス	SSS
3	プログレッシブ・シャッセ	SQQSS
4	クイック・オープン・リバース(1~3歩)	SQQ
5	リバース・ピボット	S
6	ダブル・リバース・スピン	SSQQ
7	クロス・スウィブル	SS(S)
8	フィッシュテール	SQQQQS(S)
	(コーナーで)	
9	ナチュラル・ターン(1~4歩)	SQQS
10	ティプシー・トウ ライト	Q&Q
11	ティプシー・トウ・レフト	Q&Q
12	ティプシー・トウ ライト	Q&QQQS(S)
13	フォワード・ロック	SQQS(S)
	(コーナーに向かって1に戻る)	

6. クイックステップ(16小節) (技術認定ハイグレード1)

Q & QQQ

No.	フィガー名称	カウント
	(コーナーに向かって)	
1	ナチュラル・スピン・ターン	SQQSSS
2	リバース・ピボット	&
3	ダブル・リバース・スピン	SSQQ
4	ダブル・リバース・スピン (コーナーで)	SSQQ
5	チェンジ・オブ・ダイレクション	SSS(S)
6	ジグザグ、バック・ロック・ アンド・ランニング・フィニッシュ	SSSQQ SSQQS
7	クイック・オープン・リバース(1~3歩)	SQQ
8	リバース・ピボット	S
9	シャッセ・リバース・ターン	SQQ
10	ホバー・コレテ	SSS(S)
11	ランニング・フィニッシュ	SQQ(S)
	(コーナーに向かって1に戻る)	

1. ルンバ(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	オープン・ヒップ・ツイスト (ファン・ポジションで終わる)	2341 2341
2	スライディング・ドアーズ	2341 2341 2341 2341
3	スパイラル(1~3歩)	2341
4	アイーダ (エンディングはダブル・スポット・ターン・トゥー・レフト) (オープン・ポジションで終わる)	2341 2341
5	オープン・ベーシック・ムーブメント(1~3歩)	2341
6	ナチュラル・トップ(1~6歩) (4, 5歩の間で男子の腕の下で女子左回転)	2341 2341
7	ホッキー・スティック(4~6歩) (オープン・CPPで終わる)	2341
8	ニューヨーク(L) (オープン・PPで終わる)	2341
9	スイッチ・ターン・トゥー・レフト (オープン・ポジションで終わる)	2341

2. ルンバ(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	オープン・ベーシック・ムーブメント(1~3歩)	2341
2	プログレッシブ・ウォークス・バック	2341
3	ロープ・スピニング (クローズド・ポジションで終わる)	2341 2341
4	コンティニューアス・ヒップ・ツイスト	2341 2341
5	サーキュラー・ヒップ・ツイスト	2341 2341 2341
6	アドバンスト・ヒップ・ツイスト(4~6歩) (コンタクト・ポジションで終わる)	2341
7	リバース・トップ(4~6歩)	2341
8	オープニング・アウト・フロム・リバース・トップ (ファン・ポジションで終わる)	2341
9	フェンシング (エンディングは女子のアンダー・アーム・スピン・トゥー・レフト)	2341 2341
10	サイド・ステップ・トゥー・レフト	2341
11	スポット・ターン・トゥー・レフト (オープン・ポジションで終わる)	2341

3. ルンバ(16小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	スリー・スリーズ (クローズド・ポジションで終わる)	2341 2341 2341 2341
2	コンティニューアス・ヒップ・ツイスト	2341 2341
3	ロープ・スピニング (R・シャドー・ポジションで終わる)	2341 2341
4	スライディング・ドアーズ(フ~12歩)	2341 2341
5	プログレッシブ・ウォークス・フォワード イン・ライト・シャドー・ポジション (エンディングはスパイラル) (ファン・ポジションで終わる)	2341 2341 2341 2341
6	アレマーナ (クローズド・ポジションで終わる)	2341 2341

※1に続ける場合は6でホッキー・スティックを踊り、オープン・ポジションに終わる

4. ルンバ(16小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(クローズド・ポジションで始める)	
1	ファン・デベロップメント (ファン・ポジションで終わる)	2341 2341
2	スリー・アレマーナズ (クローズド・ポジションで終わる)	2341 2341 2341 2341
3	オープニング・アウト・トゥー・ライト・アンド・レフト (クローズド・ポジションで終わる)	2341 2341
4	クローズド・ヒップ・ツイスト (オープン・ポジションで終わる)	2341 2341
5	スリー・スリーズ (エンディングはファン) (ファン・ポジションで終わる)	2341 2341 2341 2341
6	ホッキー・スティック (オープン・ポジションで終わる)	2341 2341

※1に続ける場合は6でアレマーナを踊り、をクローズド・ポジションに終わる

1. チャチャチャ(16小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(ホールドなしのクローズド・ポジションで始める)	
1	タイム・ステップ (オープン・PPで終わる)	234 & 1
2	スポット・ターン・トゥー・レフト (クローズド・ポジションで終わる)	234 & 1
3	サイド・ステップ・トゥ ライト	234 & 1 234 & 1
4	ゼア・アンド・バック	234 & 1 234 & 1
5	アンダー・アーム・ターン・トゥー・レフト	234 & 1
6	ナチュラル・トップ (6, 7歩の間で男子の腕の下で女子左回転)	234 & 1 234 & 1 234 & 1
7	ナチュラル・オープニング・アウト・ムーブメント (コンタクト・ポジションで終わる)	234 & 1
8	リバース・トップ	234 & 1 234 & 1
9	オープニング・アウト・フロム・リバース・トップ (ファン・ポジションで終わる)	234 & 1
10	アレマーナ (クローズド・ポジションで終わって1に続ける)	234 & 1 234 & 1

2. チャチャチャ(16小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	カール(1~5歩)	234 & 1
2	アイーダ (エンディングはロック&スポット・ターン) (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1 234 & 1
3	チェース (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1
4	アレマーナ	234 & 1 234 & 1
5	ロープ・スピニング	234 & 1 234 & 1
6	ヒップ・ツイスト・スパイラル (オープン・CPPで終わる)	234 & 1 234 & 1
7	ニューヨーク(L) (オープン・PPで終わる)	234 & 1
8	スイッチ・ターン・トゥー・レフト (オープン・ポジションで終わって1に続ける)	234 & 1

※1に続ける場合は6でアレマーナを踊り、をクローズド・ポジションに終わる

3. チャチャチャ(16小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	オープン・ベーシック・ムーブメント (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1
2	スウィート・ハート (ファン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1
3	アレマーナ (クローズド・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1
4	クロス・ベーシック(発展)	234 & 1 234 & 1
5	ハンド・トゥー・ハンド(R)	234 & 1
6	スリー・チャチャチャ・フォワード・RSP	2 & 3 4 & 1
7	スプリット・キューバン・ブレイク (オープン・PPで終わる)	2 & 3 4 & 1
8	スイッチ・ターン・トゥー・レフト (オープン・ポジションで終わって1に続ける)	234 & 1 Q & QQQ

4. チャチャチャ(16小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(オープン・ポジションで始める)	
1	オープン・ヒップ・ツイスト (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1
2	フォロー・マイ・リーダー (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1 234 & 1
3	オープン・ヒップ・ツイスト・スパイラル (オープン・CPPで終わる)	234 & 1 234 & 1
4	スイッチ・ターン・トウ ライト	234 & 1
5	アンダー・アーム・ターン・トウ ライト	234 & 1
6	ファン・デベロップメント (ファン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1
7	ホッキー・スティック (オープン・ポジションで終わる)	234 & 1 234 & 1

1. サンパ(16小節) (技術認定ハイグレード6)

No.	フィガー名	カウント
	(壁に面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	リバース・ベーシック・ムーブメント (LODに面して終わる)	1a2 1a2
2	トラベリング・ボタ・フォゴス・フォワード	1a2 1a2 1a2
3	ナチュラル・ベーシック・ムーブメント (壁に面して終わる)	1a2 1a2
4	ウイスクス・トゥー・ライト (LODに面して、PPで終わる)	1a2
5	サンパ・ウォークス・LF・イン・PP	1a2
6	サイド・サンパ・ウォークス (オープン・PPで終わる)	1a2
7	クリス・クロス・ボルタス(1~7歩) (オープン・CPPで終わる)	1a2a3a4
8	クリス・クロス・ボタ・フォゴス(4~6歩) (オープン・PPで終わる)	1a2
9	クリス・クロス・ボタ・フォゴス(1~3歩) (オープン・CPPで終わる)	1a2
10	クリス・クロス・ボルタス(8~14歩) (壁に面して、クローズド・ポジションで終わる)	1a2a3a4

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

2. サンバ(16小節) (技術認定ハイグレード5)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁に面して、オープン・ポジションで始める)	
1	ソロ・スポット・ポルタス・トゥー・レフト (壁に面して、クローズド・ポジションで終わる)	1a2a3a4
2	ステーションナリィ・サンバ・ウオーク・RF	1a2
3	ステーションナリィ・サンバ・ウオーク・LF	1a2
4	コルタ・ジャカ	SQQ QQQQ
5	コルタ・ジャカ(男女逆転) (LODに面して終わる)	SQQ QQQQ
6	クローズド・ロックス	SQQ SQQ
7	ナチュラル・ベーシック・ムーブメント(1~3歩) (壁に面して終わる)	1a2 1a2
8	ウィスクス・トゥー・ライト	1a2
9	ウィスクス・トゥー・レフト	1a2
10	ソロ・スポット・ポルタス・トゥー・ライト (壁に面して、オープン・ポジションで終わる)	1a2a3a4

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

3. サンバ(24小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁に面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	ウiskus・トゥー・レフト	1a2
2	ウiskus・トゥー・ライト	1a2
3	アルゼンチン・クロセス (LODに面して終わる)	QQS QQS QQS QQS
4	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・LF (女子はソロ・スポット・ポルタス)	1a2
5	クローズド・ロックス	SQQ SQQ
6	オープン・ロックス	SQQ SQQ SQQ
7	リバース・ターン(1~3歩) (LODに背面して終わる)	1a2
8	バッテリーロックス	SQQ SQQ SQQ
9	プレート	SS QQS
10	リバース・ターン(4~6歩)	1a2
11	ボタ・フオゴ・トゥー・PP (PPで終わる)	1a2
12	トラベリング・ポルタス (壁に面して、クローズド・ポジションで終わる)	1a2a3a4
13	ウiskus・トゥー・レフト	1a2
14	ウiskus・トゥー・ライト (壁に面して、クローズド・ポジションで終わる)	1a2

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

4. サンバ(24小節) (技術認定ハイグレード3)

No.	フィガー名称	カウント
	(LODに面して、PPで始める)	
1	サンバ・ウォークス・LF・イン・PP	1a2
2	サイド・サンバ・ウォークス	1a2
3	メイポール(男子左回転) (LODに背面して終わる)	1a2a3a4 1a2a3a4
4	バック・ロックス	SQQ SQQ SQQ
5	プレート	SS QQS
6	リバース・ターン(4~6歩)	1a2
7	ポタ・フォゴス・トゥー・PP・アンド・CPP (8~9歩で1/4回転し、PPで終わる)	1a2 1a2 1a2
8	フット・チェンジス (ライト・コントラ・ポジションで終わる)	1a2
9	ランダバウト・トゥー・ライト (レフト・コントラ・ポジションで終わる)	1a2a3a4
10	コントラ・ポタ・フォゴス (レフト・コントラ・ポジションで終わる)	1a2 1a2
11	ランダバウト・トゥー・レフト (ライト・コントラ・ポジションで終わる)	1a2a3a4
12	フット・チェンジス (LODに面して、PPで終わる)	1a2
13	サンバ・ウォークス・RF・イン・PP (LODに面して、PPで終わる)	1a2

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

5. サンバ(24小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	カウント
	(LODに面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・LF	1a2
2	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・RF	1a2
3	メイポール(男子左回転)	1a2a3a4
4	メイポール(男子右回転) (LODに面して終わる)	1a2a3a4
5	リバース・ロール	SQQ SQQ
6	リバース・ターン(1~3歩) (LODに背面して終わる)	1a2
7	トラベリング・ボタ・フォゴス・バック (壁に面して、PPで終わる)	1a2 1a2 1a2 1a2
8	トラベリング・ボルトス	Q&QQQ
9	ウイスクス・トゥー・レフト	1a2
10	ナチュラル・ロール (LODに面して終わる)	SQQ SQQ SQQ SQQ
11	オープン・ロックス	SQQ
12	スリー・ステップ・ターン (オープン・CPPで終わる)	1a2
13	サンバ・ロックス (オープン・CPPで終わる)	QQS QQS QQS QQS
14	クリス・クロス・ボタ・フォゴス (オープン・PPで終わる)	1a2
15	フット・チェンジス (ライト・シャドー・ポジションで終わる)	1a2
16	クルサドス・ウォークス・アンド・ロックス	SS QQS
17	フット・チェンジス (クローズド・ポジションで終わる)	1a2
18	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・RF (クローズド・ポジションで終わる)	1a2

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

6. サンバ(32小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(LODに面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・LF	1a2
2	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・RF	1a2
3	メイポール(男子左回転)	1a2a3a4
4	メイポール(男子右回転) (LODに面して終わる)	1a2a3a4
5	リバース・ロール	SQQ SQQ
6	リバース・ターン(1~3歩) (LODに背面して終わる)	1a2
7	トラベリング・ボタ・フォゴス・バック (壁に面して、PPで終わる)	1a2 1a2 1a2 1a2
8	トラベリング・ボルタス	1a2a3a4
9	ウイスクス・トウー・レフト	1a2
10	ナチュラル・ロール (LODに面して終わる)	SQQ SQQ SQQ SQQ
11	オープン・ロックス	SQQ
12	スリー・ステップ・ターン (オープン・CPPで終わる)	1a2
13	サンバ・ロックス (オープン・CPPで終わる)	QQS QQS QQS QQS
14	クリス・クロス・ボタ・フォゴス (オープン・PPで終わる)	1a2
15	フット・チェンジス (ライト・シャドー・ポジションで終わる)	1a2
16	クルサドス・ウォークス・アンド・ロックス	SS QQS
17	フット・チェンジス (クローズド・ポジションで終わる)	1a2
18	ステーションナリィ・サンバ・ウォークス・RF (クローズド・ポジションで終わる)	1a2

※メモに記載のないフィガーは全てバウンス・アクション

1. パンドブレ(イントロを含めて18小節) (技術認定ハイグレード6)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁に面して、クローズド・ポジションで2小節聞いて始める)	1212
1	ディプラスマン(その他の方法a)	1234
2	シャッセ・トゥー・ライト	1234
3	ドラグ	1234
4	プロムナード (中央に面して終わる)	12345678
5	エカルト (壁斜めに背面して終わる)	1234
6	プロムナード・クローズ (逆中央斜めに面して終わる)	12
7	シュール・プラス (壁に面して終わり、1に戻る)	34 1234

2. パンドブレ(イントロを含めて18小節) (技術認定ハイグレード5)

No.	フィガー名称	カウント
	(LODに面して、クローズド・ポジションで2小節聞いて始める)	1212
1	エカルト (中央斜めに面して終わる)	1234
2	ユイット (LODに面して終わる)	12345678
3	セパレーション・ウィズ・ レディース・ケーピング・ウオーク	12345678 12345678
4	シュール・プラス (LODに面して終わる、1に戻る)	1234

3. パンドブレ(イントロを含めて44小節) (技術認定ハイグレード4)

No.	フィガー名称	カウント
	(壁に面して、クローズド・ポジションで2小節聞いて始める)	1212
1	ドラグ	1234
2	プロムナード・アンド・カウンター・プロムナード (LODに面して終わる)	12345678
3	グラウンド・サークル (LODに面して終わる)	12345678
4	オープン・テレマーク (LODに面して終わる)	12345678
5	シュール・プラス	1234
6	セパレーション	12345678
7	フォーラウェイ・エンディング・トゥー・セパレーション (中央に面して終わる)	12345678
8	フォーラウェイ・リバース・ターン ウィズ・オープン・テレマーク・エンディング (壁に面して終わる)	12345678
9	ツイスト・ターン(3~8歩) (新LODの壁に面して終わる)	123456
10	シャッセ・トゥー・ライト (壁に面して終わる)	78
11	シックスティーン (中央に面して終わる)	12345678 12345678
12	スリップ・アタック (壁に面して終わる)	1234

4. パンドブレ(35小節) (技術認定ハイグレード3)

NO.	フィガー名称	カウント
	(壁に面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	ラ・パッサ (中央に面して終わる)	12345678 12345678
2	バンデリラス (壁に面して終わる)	12345678 12345678
3	クー・ド・ピック	123456 & 78
4	トラベリング・スピン・フロム・PP(1~6歩)	123456
5	プロムナード・クローズ	12
6	プロムナード・アンド・カウンター・プロムナード (中央斜めへ)	12345678
7	スパニッシュ・ライン・イン・インバーテッド・CPP	1234
8	フラメンコ・タップ	12 & 34
9	スパニッシュ・ライン・イン・インバーテッド・PP	1234

5. パンドブレ(イントロを含めて44小節) (技術認定ハイグレード2)

No.	フィガー名称	Q & QQQ
	(壁に面して、クローズド・ポジションで2小節聞いて始める)	1212
1	シャッセ・トウー・ライト	1234
2	プロムナード(1~5歩)	12341
3	シャッセ・ケープ(2~21歩) エンディング1 (カウンター・プロムナード・クローズとシャッセ) (中央に面して終わる)	234 & 5678 & 1234 & 5678 1234 1234
4	エカルト (壁斜めに面して終わる)	1234
5	ユイット (壁に面して終わる)	12345678
6	ツイスト (中央斜めに面して終わる)	12345 & 678 & 123 & 4
7	レフト・フット・バリエーション	1234a5678
8	シンコペーテッド・セパレーション エンディング3(ドラグ) (LODに面して終わる)	12345678 a1a23 & 4 5678 1234

6. パンドブレ(35小節) (技術認定ハイグレード1)

No.	フィガー名称	カウント
	(LODに面して、クローズド・ポジションで始める)	
1	スリップ・アタック (壁に面して終わる)	1234
2	トラベリング・スピン・フロム・CPP (LODに面して終わる)	12345678 1234
3	フォ ラウェイ・リバース・ターン・ ウィズ・オープン・テレマーク・エンディング (壁に面して終わる)	12345678
4	グラウンド・サークル (新LODの壁に面して終わる)	12345678 12
5	シャッセ・トウー・ライト (壁に面して終わる)	12
6	ファロル (中央に面して終わる)	12345678 12345678 1234
7	オープン・テレマーク(1~4歩)	1234
8	スパニッシュ・ライン・イン・インバーテッド・CPP	1234
9	フラメンコ・タップ	1 & 2 & 34