

2021 年度フライト競技 グランドマスターズ部門 映像一覧(YouTube)

★ABC ブロック通し <https://youtu.be/y4TakidJmDU>

★A ブロック解説(全部門共通) <https://youtu.be/fp2w3kXArOM>

★B ブロック解説 <https://youtu.be/luUWCYj1Whk>

★C ブロック解説 <https://youtu.be/uJrh3zBYSkE>

★繋ぎのステップ(全部門共通) <https://youtu.be/PF0iFD8AEL8>

★表現パート <https://youtu.be/YEyTkp4CVyw>

2021フライト競技 グランドマスターズ部門の課題動作 構成表 （各ブロック右・左交互に実施）

※グランドマスターズは、全てローインパクト 過度に弾む必要はありません。

4カウント

全部門共通

Aブロック

マーチ	ステップタッチ	ダウンアップステップタッチ	ダウンアップステップタッチ
(前進)	(その場)	(後進)	(後進)

シャッセ/マンボ	シャッセ/マンボ	マーチ	マーチ
(1 往復)		(円周移動)	

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

Bブロック

ダブルツイスト	シングルツイスト/ステップタッチ	グレイブバイン	グレイブバイン
(その場)	(7・8 C 目で横向き足を揃える)	(1 往復)	

マーチ/ポーズ	ポーズ	ポーズ	ポーズ
(3 C 目で後ろ向きポーズ)	(7・8Cで正面)	タタンで開く	4 C 閉じる

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

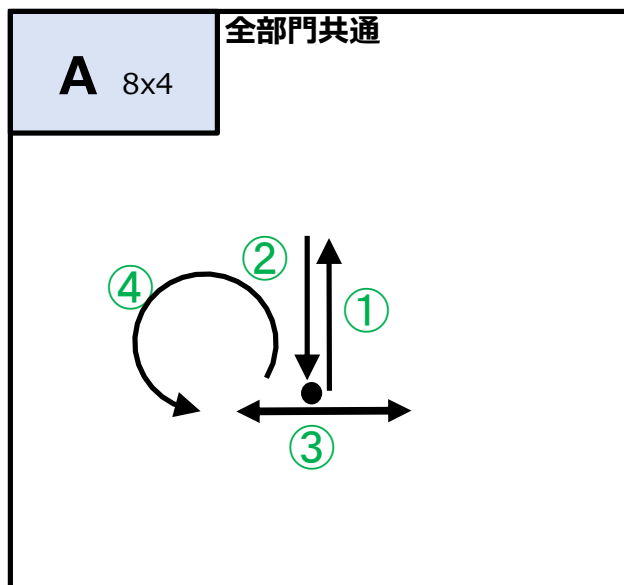
Cブロック

ニーリフト	ニーリフト	ツーステップ	ホップ(軽く)
(徐々に斜め向き)		(斜めの動き)	(ほぼその場)

マーチ	マーチ	サイドタップ	ヒールタッチ
(円周移動で元の位置)		(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後、スタート位置に戻る

2021フライト競技 グランドマスターズ部門の移動図（右側リード分のみ）



●がスタート位置

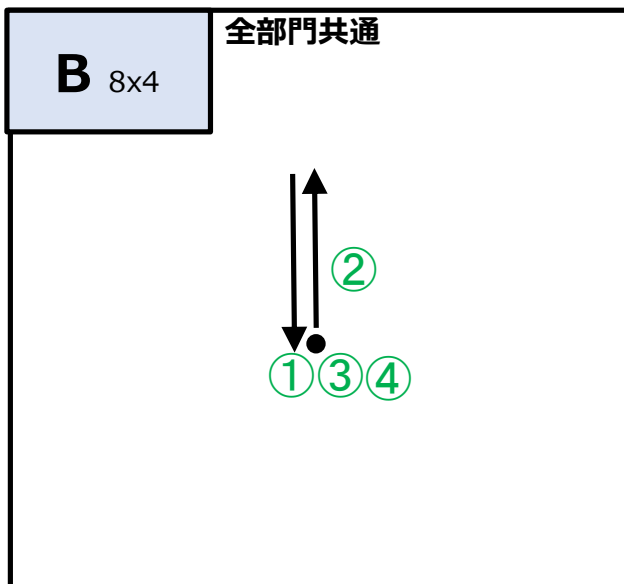
①最初の8カウント（4C前進・4Cその場）

②2つめの8カウント（後進）

③3つめの8カウント（往復）

④4つめの8カウント（円周移動）

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る



●がスタート位置

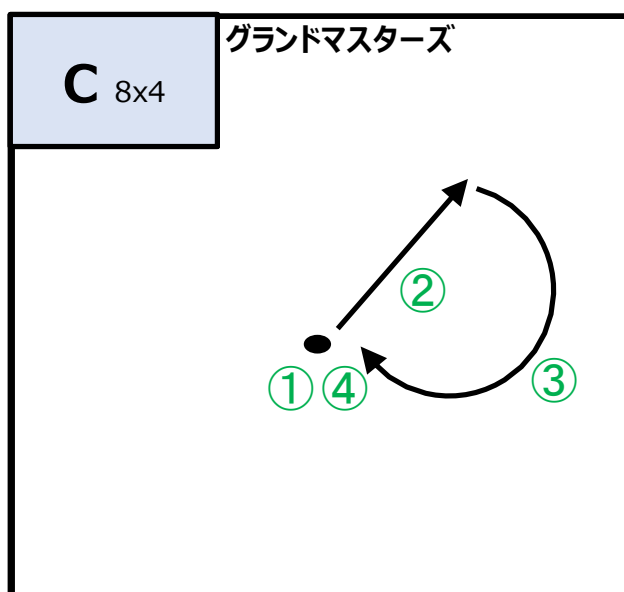
①最初の8カウント（その場）

②2つめの8カウント（往復）

③3つめの8カウント（その場）

④4つめの8カウント（その場）

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る



●がスタート位置

①最初の8カウント（その場）

②2つめの8カウント（4C斜め、4Cその場）

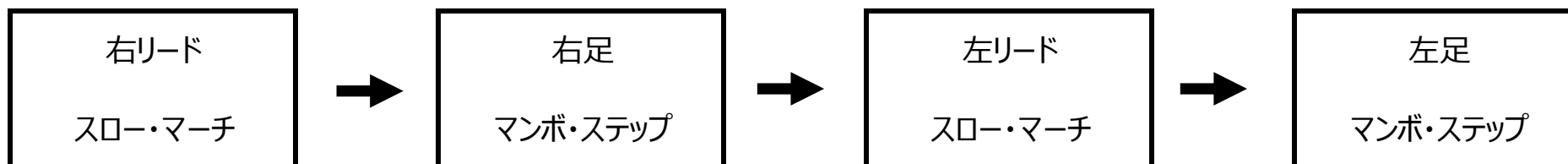
③3つめの8カウント（円周移動）

④4つめの8カウント（その場）

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

【表現パート】 マーチ&マンボ・ステップ 右左（8×4）

◆シニア/マスターズ/グランドマスターズ部門共通



【繋ぎのステップ】（8×4）の5ステップ・バージョン

◆全部門共通（アームは、動画どおりに実施）

