

三重とこわか国体 三重とこわか大会



















































































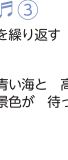
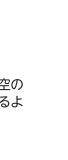
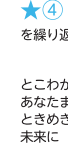
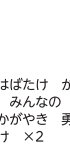
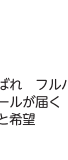



イメージソング「未来に響け」
ダンス振付 振付：後藤洋子（三重大学）

座位バージョン

未来に響け



- ♪ あふれる笑顔 太陽のように 燃える熱い想い
競い合うゲーム 爽やかな 風が包む
- ♪ 繋がる 心と絆 さあ 一つになれ
- ★ とこわか はばたけ がんばれ フルパワー
あなたまで みんなの エールが届く
ときめき かがやき 勇気と希望
未来に 響け
- ♪ みんなで支え合い いつまでも若く元気であるよ
力合わせて 作り上げるよ 素敵なゲーム
- ♪ 青い海と 高い空の 景色が 待ってるよ
- ★ とこわか はばたけ がんばれ フルパワー
あなたまで みんなの エールが届く
ときめき かがやき 勇気と希望
未来に 響け
- ★ とこわか はばたけ がんばれ フルパワー
あなたまで みんなの エールが届く
ときめき かがやき 勇気と希望
未来に 響け

																									
腕を前後に振る	前にパンチ 右左×2	腕を前後に振る	上にパンチ 右左×2	肘でリズムをとる×4 胸の前で手を振る×4	グーグーパー×2	グー(胸の前)チョキ(上) パー(横)×2						下から服を脱ぐように		両肘を曲げて右左の頭上へ	片手つつ交互に 右左×2										
前奏										①.....								♪②あふれる笑顔 太陽のように燃える熱い 想い							
																									
風が吹くイメージで																									
	肘を曲げ腕を振る ゆっくり速く ×2	両手を左下から 頭上へ右に振る	反対に回し 頭上へ左に振る	両手を右左に揺らす ×2		右手を横に上げる 左手も横に上げる	右-左 肩を抱く	両手を上から 振り下ろす	右手を上げる	左手を上げる (上で手を組む)	前にかがんで手を組んだままへ 手をグーでふる														
競い合うゲーム 爽やかな 風が包む										♪③繋がる 心と絆 さあ一つになれ															
																									
羽ばたくイメージ																									
	両手を上下に大きく 両手を上下に小さく×2		右手を右へ左手を左へ広げて 両手の順に中央から前に伸ばして開く		両手を右後ろへ 左上へあげる		手にエールを だめて届ける	① ③ ⑤ ⑦	② ⑥ ⑧	④ ⑧	① ③ ⑤ ⑦	② ⑥	④ ⑧												
★④とこわか はばたけがんばれ フルパワー あなたまで みんなの エールが 届くときめき かがやき 勇気と希望										未来に 響け															
																									
	右手を回し右に伸ばす 左手を回し左に伸ばす	両手を体前でクロス 両手を開いて上げる	両手をキラキラ させながら下ろす	両手で右腰2回 両膝1回 両手で左腰2回 両膝1回をタッチ	両手で右腰2回 右腰うしろ2回 右腰2回 両膝1回をタッチ	両手で左腰2回 両膝1回 両手で右腰2回 両膝1回をタッチ	両手で左腰2回 左腰うしろ2回 左腰2回 両膝1回をタッチ	両手で膝4回タッチ 両手を腹・肩・クロス の順で1回ずつタッチ 両手を頭上へ																	
未来に 響け										♪⑤みんなで支え合い いつまでも若く元気であるよ 力 合 わ せ															
																									
	頭上で4回拍手 クロス・肩・腹・膝の 順で1回ずつタッチ	両手を左は上、右は下に傾ける 胸の前でクロス	両手を左は下、右は上に傾ける 胸の前でクロス	胸の前でクロスのまま 体を左右に揺らす																					
て 作 り 上 げ る よ 素 敵 な ゲ ー ム										後 奏 ラ ス ト															

この解説書について

- ※ 参考資料ですので、レッスン用映像とともにご活用ください。
- ※ ダンスを練習する際に見ながら覚えていただけるよう、写真は原則として実際の動きとは左右逆に表しています。
- ※ 解説は、実際に踊る際と同じ動きを表しています。「右」「左」は、実際に踊る際の「右」「左」です。

ライン表記 | : 8カウント

振りの回数を半分にしたり、振りの大きさを変えたりして、できる範囲で楽しく踊りましょう。