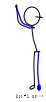
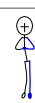
カウルヴェヒオケカイ

1	2	3	4	5
ポーズ。右足を前に、手は腰の位置でスカートを持つ	vamp/「右 向き」左 手を正面に伸ばし、右 手は腰に置く。	vamp/右 手は胸元へ移動し、左 手を腰に置く。	vamp/「左 向き」左 手は腰のまま、右 手を胸 元から前 方へ水 平に移 動。	vamp/右 手を胸元に移 動する。
6	7	8	9	10
HE HO	'O HENO	KE!KE AKU	KE KAI MO ～	～ A NA
両腕 を肩の 高さで45度に広 げます。目 線は右 手の 先に向ける。	広げた 手を胸に戻し、アロハの ポーズをける。スマイル、スマイル。	左 手を左 上に伸ばし、右 手を目元 に移 動、反 対側で繰り返す。	体の右側で 波を作る。このとき、膝を 曲げ、重 心を下げる。この 動作を2 回繰り返す。	両 手を挙げた状 態で左へ移 動し大きな 動きになるように、体はup。
11	12	13	14	15
NUI LA	NUI KE	ALOHA E HI'IPOI NEI	ME KE	ALA O KA
90 動きを左側で繰り返す。波の 動きを2回	重 心を下げ、両 手の 甲が 正面を向くように両腕を広げる。	膝の 高さで腕を組む。	左45度 を向き、左 手の 手のうらを上に向け、右 手を上から添える。	左 手はそのまま に、右 手を塗 りをかくように 鼻先に移 動する。
16		17	18	19
LIPO A		HE	LIPO A	! PAE
左 手は腰に置く。右 手は45度に広げ、下 を向いた 掌を手首を返し上に上に向けアア！右 に動 きを作る。		上 半 身が左を向いた 状 態で、腰の高さで 波を作る。	正面を向き、反 対側で！～20 の 動きを繰り返す。	ステップはサカホーのサイドキックをイメージし、左 足を膝から 正面へ打ち上げる。
20	21	22	23	24
KE O NE	KE O NE HINU ～	～ HINU LA	WE LA I KA LA	KE KE HI 'A 'E
	腰の 高さで右 手が 上に来るように掌を 重ねる。腰の 高さの まま 手を外 向きに広げる。	腰の 高さで、掌を下に向 けながら 円 → 大きな 円 を描く。	右手を 目元に移 動し、左 手は左45度前 に伸ばし、体 は 正面を向 け る。	左 足を45度前 に踏み込み、掌 はそっと置くようにする。右 側で 同じ 動きを繰り返す。
25	26 	27		28
				HO 'O KO HU ～
考え 事をしている ポーズをイメージして、左 手をこめかみに 当てる。	目 線は左側を向け、両 手を頭 上に右45度の 位置で2回 手を叩く。	25と同じポーズに戻す。		体 を左45度に開いた 状 態で、スカートを 手で2 回持ち 上げる。
29	30	31	32	33
～ KO HU	IKE ! KO !	LIMU ! HUI	KE KAU	! LU NA
体を右45度に開いた状 態で280 動 きを繰り返す。	腰を屈めて地面に向かって両 手を伸 ばす。	伸ばした 足を戻しながら、両 手を膝 に移 動、2回繰り返す。	体を 正 面に戻し、掌も 正面に移 動、大きな 波を一 度作る。	12から 続 いて 波を頭 上まで作る。
34	35	36	37	38
O NA	MO KU	LA	O IA	MO KU
正面に手を戻す。このとき手の 甲は外 側を向け拓。	腰から外 回りに円を描くように回す。このとき 手の 甲は内 側に向け拓。	手のひらを外 側に向け拓。	16の 動きを繰り返す。	右斜め前45度で止める。
39	40	41	42	43
U LA ! EI	LA ! HOI	O NI ANA	! OI	ANEL
右 足を前に出しながら両 手を右 斜め下 に伸ばす。	手を腰に戻しながら、右 足も元に戻す。39、40 を繰り返す。	掌を下に向けて、手を腰の 高さにした 状 態で、右 から左へ 並行移 動。	41と 同じ動作を繰り返す。	正面タップで 戻る。
	44	45	46	47
	HA'I ～ ! MAI KA!	～ NA ! PUANAI	KA	LIPOA ! LIMU!
	左 手を胸の 高さに維持し 掌は下 向き、右 手を口元に持ってく。	右 手を口元から右斜め前45度 に伸ばす。掌は上を 向け、44、45の 動きを逆 向きで繰り返す。	右 手を胸の 高さを保ったまま、真横に伸 ばす。	右 手を胸の 高さで正面 に伸ばす。
48	49	50 	51	52
ME KA ! KO HUI	HOAPILI	O E	ME KA	PAHEE
掌を下に向 け先 状 態で、両 手を正 面にまっすぐ伸ばす。46か 548を反 対向きに繰り返し。	掌を内側に向け先 状 態で、両 手を斜 め45度前 方に広げる。	右 手が上に来るように体の 正面で手を 組る。	掌を下に向 けて右 手が上に来るように、両 手を胸の 前で重ねる。	膝の 高さで手を左右に広げる。
53	54	55	56	57
A NONI	MEKA	LI ～	～ PA ～	～ LU.
右 手が内側に来るように正 面で両 手をクロスさせる。掌を 外側に向かって 波の 形で広 げてく。	右 手を外 に して クロスをもう一 度作る。カラカワアから 徐々に戻る。	右 手を伸ばしてから口元へ戻す。	左 手を伸ばしてから口元へ戻し、カラカワアから戻る。	両 手を口元へ戻す。
	58	59	60	
	左 足を斜め 後ろに踏み込む。このとき右 手は口 元、左 手は腰に移 動する。	掌を上に向けて右 手を口 元から左 斜めに伸ばす。左 手は腰のスカートを持つ。	体 勢を保って 掌を下に向け、ポーズダウン。	