

Die Standardtänze

Langsamer Walzer

Der Langsame Walzer entwickelte sich in den 20er Jahren in England aus dem Boston und heißt daher auch (Englisch) Waltz. Die linearen Bewegungen des Boston verwandelten sich dabei in raumgreifende Drehungen, in denen das Paar wie ein Pendel von Höhepunkt zu Höhepunkt schwingt. Der Langsame Walzer gilt als der schwierigste Standardtanz und ist auch der meistgeübte. Das weiche Ein- und Ausschwingen zur schmelzenden Musik macht ihn zum "Tanz des Herzens".

Schlagwort: Genuss !

Tango

Der Tango stammt aus Argentinien und ist, dem Stakkato der Musik entsprechend, geprägt vom Wechsel zwischen Aktion und Pause. Die "ruckartigen Aktionen" (von knappen und schnellen Kopfbewegungen begleitete Schritte) werden im Knie weich abgefangen, was dem Tango das Doppelgesicht verhaltener Leidenschaftlichkeit gibt. Die "gehaltenen Pausen" verhindern "Körperschwung" und damit verbundene Hebungen und Neigungen.

Schlagwort: Kraft !

Wiener Walzer

Der Wiener Walzer ist mit seinen Varianten (z.B. dem Ländler) ein uralter, vor allem im Alpenraum beheimateter Volkstanz, der wegen seiner "Ungezügeltheit" oft bekämpft wurde. Am preußischen Hof wurde er 1794 verboten, während er 20 Jahre später auf dem Wiener Kongress Triumphe feierte. In Deutschland wurde er 1932 ins Turnierprogramm aufgenommen. Sein Reiz liegt nicht im Figurenmaterial, sondern im berausenden Körperschwung.

Schlagwort: Beschwingtheit !

Slow Foxtrott

Der Slow Foxtrott entstand um 1900 aus dem Ragtime und amerikanischer Marschmusik und entwickelte sich zum Klassiker unter den "englischen Tänzen". Die linearen Schrittmuster, auf natürlicher Gehbewegungen basierend, wirken bei kunstvoller Musikalischer Interpretation und lässigem Understatement faszinierend. Dem kontinuierlichen Bewegungsfluss entsprechend, sind fließende Posen besonders "foxy".

Schlagwort: Souveränität !

Quickstep

Der Quickstep entstand Mitte der 20er Jahre, als parallel zum Onestep das Tempo des Foxtrotts beschleunigt wurde. Im Gegensatz zum langsamen Walzer, mit dem ihn geschlossene Drehungen und Chasses verbinden, ist der Quickstep dadurch charakterisiert, dass die Körpergeschwindigkeit bei Slow fast die gleiche ist wie bei Quick oder bei besonders schnellen Schrittfolgen. In der Familie der Standardtänze gilt er als "der Sekt unter den Weinen": perlend in seinen lang gestreckten Bewegungen und spritzig in seinen Hüpfritten.

Schlagwort: Spritzigkeit !

Die Lateintänze

Samba

Die Samba stammt in ihrer stationären Grundform aus Brasilien bzw. aus uralten Kreistänzen der Bantu-Neger und wurde in Europa zum variationsreichen Turniertanz entwickelt. In Wiegeschritten und Voltadrehungen, Rollen und Promenadenläufen bewegen sich die Paare wellenförmig durch den Raum. Während die Wellenbewegung früher aus einem Erheben im Bein (Bounce) entstand, wird sie heute mehr durch die Bauchmuskulatur erzeugt.

Schlagwort: Dynamik !

Cha – Cha – Cha

Der Cha-Cha-Cha stammt aus Kuba, wurde von Enrique Jorin (u.a.) aus dem Mambo entwickelt und 1957 von Gerd und Traute Hädrich nach Deutschland importiert. Er hat viele Elemente aus anderen Tänzen in sich aufgenommen, besonders aus Jazz, Beat und Disco. Seinen Grundcharakter, der ihn bei allen Altersstufen zum beliebtesten Lateintanz machte, hat er dabei nicht verloren: Im Cha-Cha-Cha kommen übermütige Ausgelassenheit und koketter Flirt zum Ausdruck.

Schlagwort: Koketterie !

Rumba

Die Rumba stammt aus dem Mambo-Bolero und ist mit der Habanera verwandt. Sie ist ein afrokubanischer Werbungstanz: Die Dame schwankt zwischen Hingabe und Flucht und der Herr zwischen Zuneigung und Selbstherrlichkeit. In Deutschland wurde die Rumba 1932 ins Turnierprogramm aufgenommen. Sie ist der Klassiker unter den Lateintänzen, erfordert Ausdruckskraft und Sparsamkeit der Mittel.

Schlagwort: Sehnsucht !

Paso Doble

Der Paso Doble ist eine in Spanien und Frankreich entwickelte Darstellung des Stierkampfs mit Einschluss von Flamenco-Elementen. Die Dame stellt nicht den Stier dar, sondern das rote Tuch des Toreros, Herr und Dame bewegen sich also gemeinsam um einen imaginären Stier. Die Musik, ein spanischer Marschtanz, besteht aus einer Einleitung und zwei Hauptteilen mit genau festgelegten Höhepunkten, nach denen sich die Choreographie richtet. Der Tanz erfordert große Präzision und einen durchgehaltenen starken Muskeltonus.

Schlagwort: Stolz !

Jive

Der Jive wurde als "Jitterbug" und "Boogie-Woogie" um 1940 von amerikanischen Soldaten nach Europa gebracht, in England zum Jive entwickelt und schließlich in das Turnierprogramm der Lateintänze aufgenommen (Profis national 1968, Amateure national 73, international 76). Mit ihrer Off-Beat-Betonung auf "zwei" und "vier" verrät die Musik ihren afrikanischen Ursprung. Der Jive bringt robuste Lebensfreude zum Ausdruck. Er war der "Tobetanz" der Vor-Beat-Generation, aus dem sich auch der akrobatisch-athletische Rock 'n' Roll entwickelt hat.

Schlagwort: Ausgelassenheit !