Freestylesport – Breakdance: Steps und Moves

Breakdance ist bei Schülerinnen und Schülern beliebt. Im Folgenden eine Zusammenstellung zu den wichtigsten Basics.

Zur Herkunft des Breakdance

In den 1970 Jahren entstand Breakdance im New Yorker Stadtteil Bronx, um sich bei Bandenkriegen ohne Blutvergiessen zu messen. Der Gegner wurde geschlagen, indem man bessere Moves und Styles zeigte.

BBoy, BGirl sind Abkürzungen für «Break-Boy» und «Break-Girl», also Boys und Girls, die breaken.

Zu Beginn wurde hauptsächlich auf der Strasse gebreakt, heutzutage hat sich Breakdance als Tanzform durchgesetzt und wird in verschiedenen Locations wie Theatersälen und Opernhäusern aufgeführt.

Der Wandel des Breakdance

Früher galten Streettänzer/-breaker in der Gesellschaft als arbeitsfaul oder obdachlos. Heute ist in gewissen Ländern ein regelrechter Hype um Breakdancer entstanden, z. B. werden in Südkorea BBoys als Superstarts verehrt. Auch anderswo werden Battles im TV ausgestrahlt und urch internationale Castingshows wie DanceStar und America's Best Dance Crew wird der Style auch immer populärer.

Wichtig für den Freestylesport: Der Sport soll nicht aus kommerziellen Gründen ausgeführt werden, sondern aus der Leidenschaft heraus.

Elemente des Breakdance

Die wesentlichen Elemente des Breakdance sind:

- Top Rocking: das Tanzen im Stehen
- Go Downs: das Hinuntergehen vom Stehen auf den Boden

- Foot Works: das Tanzen auf dem Boden
- Freezes: das Verharren in einer möglichst eindrucksvollen Position
- Powermoves: das Rotieren auf einer Körperstelle oder entlang einer Körperachse

Die verschiedenen Schritte und Moves lassen sich jeweils einem dieser Elemente zuordnen.

Quelle: Gorilla

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO