

Rock'n'Roll/Boogie-Woogie – Führen und folgen: Paartanz

Die folgenden Übungen dienen dazu, das durch die «Blinde Kuh» erworbene Gefühl für das Führen/Folgen in tanzspezifische Strukturen zu übertragen.

Nachdem die Grundregeln bekannt sind, wird die Tänzerin erneut durch die Halle geführt; diesmal allerdings in der offenen Tanzhaltung (Grundposition 1).



Variation

- Partnerwechsel.

schwieriger

- Der zur Verfügung stehende Raum wird ständig verkleinert, so dass immer präziser geführt werden muss.
- Mit verbundenen Augen (nur Tänzerin).
- Mit Grundschrift Boogie-Woogie/Rock'n'Roll (nur vorwärts, rückwärts, seitwärts und Drehungen an Ort; noch keine Basisfiguren) → festigen Grundschrift und anwenden der Gewichtsverlagerung.

Führen zu den Grundsritten

Rock'n'Roll-Schritt

- Führen Vorwärtsbewegung: während des Kick-Ball-change. Das heisst: Der Tänzer zieht beim ersten Kick die Tänzerin nach vorn. Die Führung muss somit schon beim letzten Kick des vorherigen Grundschrifts ausgelöst werden.
- Führen von Drehungen: während des ersten Kicks (3 und 4) wobei die Drehung erst beim Zurückziehen des Beins eingeleitet wird (und 4).

Boogie-Woogie-Schritt

- Führen Vorwärtsbewegung der Tänzerin: Der Tänzer setzt auf 1 mit Links einen Schritt zurück. Der rechte Fuss wird auf die 2 an Ort und Stelle positioniert. Der Schritt des Tänzers auf die 1 führt dazu, dass die Tänzerin mit rechts einen Schritt nach vorne macht. Durch weiteren Zug mit der Führhand des Tänzers, erfolgt für die Tänzerin auch auf die 2 ein Schritt vorwärts.
 - Führen von Drehungen: meistens während des ersten Wechselschritts (auf 4).
-

Quelle: René Bachmann, Fabian Studer, J+S-Experten Tanzsport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO