

Grundkenntnisse für den Anfängerkurs „Modern Line Dance“



Die Inhalte des **Anfängerkurses „Modern Line Dance“** bauen auf dem Wissen aus dem **Einsteigerkurs „Modern Line Dance“** auf. Wenn du dich für den Anfängerkurs anmelden möchtest, solltest du mit den folgenden Grundkenntnissen vertraut sein:

THEORIE & TECHNIK:

- ❖ Aufbau von Line Dance Choreographien (Counts, Walls, Sections)
- ❖ Orientierung im Raum mit Hilfe von Uhrzeiten
- ❖ 1. bis 5. Fußposition
- ❖ Synkopierung
- ❖ Tag, Restart

EINFACHE BEWEGUNGEN:

Bewegungen mit Gewichtsverlagerung:

- ❖ Step forward, Step backwards, Side Step, Diagonal Steps
- ❖ Close
- ❖ Recover
- ❖ Rock Step, Back Rock, Side Rock
- ❖ Stomp
- ❖ Cross, Behind

Bewegungen ohne Gewichtsverlagerung:

- ❖ Touches: Tap, Point, Heel Touch
- ❖ Hitch
- ❖ Scuff
- ❖ Hip Bump
- ❖ Hold
- ❖ Kick

BEWEGUNGSMUSTER UND -ELEMENTE:

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| ❖ Shuffle | ❖ Step Turn |
| ❖ Chassé | ❖ V-Step |
| ❖ Lindy | ❖ Coaster Step |
| ❖ Grapevine, Turning Vine | ❖ Charleston Step |
| ❖ Weave | ❖ Hop |
| ❖ Jazzbox | ❖ Swivel, Twist |
| ❖ Rumba Box | |

Außerdem von Vorteil:

- ❖ Gutes Taktgefühl
- ❖ Gute Bewegungskoordination beim vorwärts, rückwärts und seitwärts gehen
- ❖ Gleichgewicht und Orientierung beim Tanzen von (ganzen) Drehungen

Hast du Fragen?

Schreib uns eine E-Mail an line-dance@atsv-erlangen.de.