



## Latin táncok elmélet

A latin-amerikai táncok

A latin-amerikai táncnak kettő fajtája van: az afrikai eredetű "importált" szamba, rumba, mambó és az afro-amerikai eredetű(jazz korszak): onestep, jimmy, chalston, black bottom

### Cha-cha-cha

Ritmus: 2-3-chachacha. A rumba és a mambó egy lassúbb változata. Egyszer egy kubai eredetű zenész túl gyorsan játszotta a rumba zenét, amiből megszületett a cha-cha-cha. 1954-től a legkedveltebb divattánc.

### Samba

Afrikai eredetű, ősi népi tánc, amit a rabszolgák hoztak be Braziliába. A "semba" egy csípőmozgás fajta, ami szaggatott, rövid mozdulatokat tartalmaz.

### Rumba

A rumba a legtöbb táncos kedvence...(eltekintve a kivételektől). A rumba azért nyerte el tetszésüket, mert ez a tánc a megtettesült szenvedély, amelyet először a férfi a nő, a nő pedig a férfi elcsábítására használt. Ez a lassú, mégis sok energiát igénylő tánc az összes latin-amerikai tánc alapja. A lassú zene elősegíti a kifinomult csípőmozgás létrehozását. Kubai eredetű, jelentése: "ünnep", "tánc". New York-ban vált ismertté az 1930-as években. Ritmusa: gyors-gyors-lassú.

### Paso Doble

Spanyol eredetű, jelentése: "kettős lépés". Egy bikaviadalt ábrázol, ahol a férfi a torreádor, a nő a kendő, akik együtt mozognak a képzeltek bika előtt. A férfinál nem igényel olyan nagy szintű csípőmunkát, viszont a nőtől annál többet. Nagyon fárasztó, ráadásul technikailag is nehéz tánc, épp ezért csak C osztálytól felfelé táncolják. Hirtelen mozdulatok, gyors forgások (főleg a lány részéről) jellemzik.

### Jive

Ez a leggyorsabb latin-amerikai, vagy inkább csak amerikai tánc. Észak-Amerikában alakult ki, majd az amerikai katonák hozták be Európába. Az emberek -hibásan- rock'n roll-ként is szokták emlegetni. Hivatalosan 1968-tól lett versenytánc.

## A versenytánc

A versenytánc a táncformák vagy táncstílusok egyik legnagyobb összefoglaló csoportja. Míg a legtöbb ember ezt a táncstílust egyfajta szórakoztató tevékenységnek tekinti, már egyre gyakrabban gondolják sportnak. 1997 óta az Nemzetközi Olimpiai Bizottság is sportként tartja számon a TáncSportot, hiszen csak úgy, mint az atlétáknak, a versenytáncosoknak is kitűnő kondícióban kell lenniük. A tánc erőnlétet, állóképességet és rugalmasságot igényel. Versenyeken mindezekből a fizikai tulajdonságokból a maximumot kell nyújtani. Táncolni sokféleképpen és sokféle helyen lehet. A tükör előtt otthon, házibuliban, disco-ban, az utcán, az iskolában, a lényeg, bárhol, ahol csak nem szégyelled. De vajon vannak-e a táncban szabályok? És ha vannak, vajon mik azok?

Ki hinné, hogy a tánc is egyfajta sport? Amióta ember él a Földön, azóta él a tánc is vele együtt. Már az őskorban is tartottak az ősemberek bizonyos rituálékat, melyeket táncleépésekkel kísértek. Itt nem



is inkább a mozdulatok finomságán volt a hangsúly, hanem a ritmusos mozdulatokon, melyek fokozták a szertartások "varázsát". A tánc az életünknek alapvető elemévé vált. Amikor a kisgyerek járni kezd, a zenét hallva már ösztönösen bizonyos táncra emlékeztető mozdulatokat tesz, mert jól érzi tőle magát.

És el is hangzott a lényeg, amiért az emberek szeretnek táncolni. Feledtetni a problémákat, jó hangulatot teremt, levezeti a feszültségeket, látványos és szórakoztató. A táncnak nagyon sok formája létezik, minden táncnak megvannak a saját lépéskombinációi. Most ezek közül emelnék ki egyet, hogy egészen pontos legyek, a versenytáncot.

Fontos tudni, hogy a versenytánc két fő ágra bontható: a standard táncokra és a latin-amerikai táncokra. Mindkettő igen népszerű a maga nemében, de be kell vallani, hogy amelyik sokkal temperamentumosabb és vérpezsdítőbb, az a latin-amerikai tánc. Talán ez a két műfaj nem árul el még túl sokat számodra, de ha konkrétan megnevezem őket, biztosan a fejedhez csapsz, mert nagyon ismerősnek hatnak majd. Míg a standard táncok közé tartoznak a tangó, a bécsi keringő, az angol keringő, a slow fox és a quick step, addig a latin-amerikai táncok közé a cha-cha-cha, a rumba, a szamba, a jive és a paso doble sorolható.

Az pedig nem is csoda, hogy az utóbbit neveztem sokkal vérpezsdítőbbnek, hiszen ezen a táncok többségének az őshazája Afrika. Ez esetben a testrészek külön mozgásáról van szó, ezzel szemben az európai táncoknál a mozgás a test központjából indul ki. Az afrikai táncot rabszolgák vitték Dél-Amerikába a XVII. és a XVIII. században. Az Észak-Amerikába telepített feketéknek a déliekkel ellentétben sokkal több idő kellett ahhoz, hogy a fehérek az ő táncstílusukat elfogadják. A XIX. századba kellett belépni ahhoz, hogy a fekete és a fehér mozgáskultúra elemei összeolvadjanak és megszülessen az afro-amerikai táncstílus. Európában a latin-amerikai táncok a 20-as és 30-as évek elején kezdtek megjelenni. Azonban még nem ez volt az igazi áttörés. A franciák voltak azok, akik szinte nagyobb változtatások nélkül beépítették ezeket a táncokat kultúrájukba a II. világháború után, az 50-es évek tájékán. Csupán annyi változás történt, hogy a testi közelséget korlátozták az eredetihez képest.

Az 50-es évek végén már a latin-amerikai táncok is felvételt nyertek a tánciskolák programjába és mondanunk sem kell, hogy a fiatalok özönlöttek ezekre a táncórákra.

Nézzük, mit is kell tudnunk a versenyekről! Minden versenyen különböző korosztályokban és versenyszinteken lehet indulni. A versenyszintekbe pontgyűjtéssel lehet bejutni. Minden megelőzőt párért jár egy pont. Vannak kiemelt versenyek (Ranglista versenyek, Országos Bajnokságok), ahol többletpontokat lehet gyűjteni. Ez annyit jelent, hogy a megelőzőt párok nem 1, hanem 1.5 pontot érnek. A versenyeken egy-egy tánc 1,5 illetve 2 percig tart. Jogos a kérdés, hogy nem kevés ez egy kicsit? A válaszom erre, hogy ismerhetitek a mondást, mely szerint sok kicsi sokra megy. Ezt azért mondom, mert az 5 táncból a selejtező, elődöntő, középdöntő és végül a döntő esetében ezek a percek összeadódnak, így hamar kiderül, hogy ez az idő nem is olyan kevés. Amit pedig feltétlenül fontos még tudni, ha valaha eljutnál egy ilyen versenyre, hogy a döntőben a hat legjobb páros táncol, a bírók pedig a helyezések számát pontozzák, tehát minél kevesebb pontot kap egy pár, annál közelebb kerül a dobogóhoz.

Készítette: Józsa János