

Swinging Tips

by Bill van Melle, Stanford Quads Square Dance Club

(1994)

Swing (Your Partner) is one of the few square dance calls that requires much physical coordination; it also takes most people very long to learn to do well. In fact, even some experienced dancers don't swing especially well (shudder!), and many simply refuse to really dance this call. This is sad, as swinging can be a lot of fun.

It's difficult to put into words what makes a good swing; nevertheless, listed below are some suggestions to think about as you practice swinging. We also encourage you to seek out club members who do swing well and ask them for practice and feedback.

* Your right foot moves barely at all--just enough to trace out a tiny circle around your central pivot point. It is your left foot that propels you.

* There should be essentially no vertical motion; you are moving in a smooth circle, not bouncing up and down.

* The strength in the position is in the man's right arm, with the right hand securely in the small of the woman's back; there is also some firmness in the woman's left arm. The remaining arms are held only lightly for balance--too much tension here makes the swing less fluid, and getting out of it clumsy. In fact, it should be possible for the woman to drop her right hand (man's left) entirely and not substantially affect the swing.

* Sometimes we say "Lean back." This doesn't mean lean your head back, but rather your whole torso, a bit like starting to sit down. The idea is to let some centrifugal force play a role in the figure. Try this physics experiment: Take your partner's hands in yours, lean way back, and spin around. Feel that force in your arms? Notice how, once you got started, the centrifugal force let you spin rather smoothly, and you didn't have to work very hard except to hang on? A good swing should have some of this feeling, except your arms are in ballroom position.

„Swing your partner“ ist einer der wenigen Square Dance Calls, die einiges an körperlicher Koordination verlangen; bei den meisten Leuten dauert es sehr lange, die gute Ausführung des Swing zu lernen. Tatsächlich können sogar einige erfahrene Tänzer den Swing nicht besonders gut (mich schaudert!) und viele weigern sich sogar, den Call zu tanzen. Das ist traurig, denn der Swing kann eine Menge Spaß machen.

Es ist schwierig in Worte zu fassen, was einen guten Swing ausmacht. Nichtsdestotrotz gibt es unten eine Liste mit Vorschlägen, über die ihr nachdenken könnt, wenn ihr den Swing übt. Wir empfehlen euch auch mal Clubmitglieder anzusprechen, die den Swing gut beherrschen und um Unterstützung und Resonanz zu bitten.

* Dein rechter Fuß soll sich kaum bewegen, gerade so viel um einen winzigen Kreis um Deine zentrale Mittelachse zu ziehen. Es ist Dein linker Fuß, der dich vorwärts treibt.

* Eigentlich sollte es keine vertikale Bewegung dabei geben; Du bewegst Dich in einem gleichmäßigen Kreis, nicht hoch oder runter hüpfend.

* Die Kraft liegt bei dieser Position im rechten Arm des Herrn, die rechte Hand liegt fest und sicher am Rücken auf der Taille der Dame. Auch der linke Arm der Dame übt Kraft aus. Die anderen Arme dienen fast nur der Balance, zu viel Spannung dort gestaltet den Swing weniger flüssig und wirkt beim Beenden plump und schwerfällig. Eigentlich sollte es der Dame möglich sein, ihre rechte Hand (und die linke des Herrn) ganz fallen zu lassen und das sollte den Swing nicht wesentlich beeinflussen.

* Manchmal sagen wir: lehn' dich zurück. Das meint nicht nur den Kopf zurückzulehnen, sondern den ganzen Körper, ein bisschen so ähnlich wie man das Hinsetzen einleitet. Der Hintergrund dabei ist: die Zentrifugalkraft etwas in die Figur einwirken zu lassen. Versuche mal das Physikexperiment, nimm die Hände des Partners in deine, lehnt euch zurück und dreht euch. Fühlst du die Kraft, die auf deine Arme einwirkt? Die Zentrifugalkraft lässt euch ziemlich reibungslos drehen sobald ihr Schwung habt, und du musst nicht sehr hart arbeiten, bloß festhalten. Ein guter Swing ist ähnlich, außer dass die Arme in Tanzhaltung sind.

Übersetzung: Editor