

Was jeder tun kann um sich beim Tanzen zu verbessern**Teil 2, Part 2****Efforts We Can Make To Improve All Our Dancing****by Harold & Meredith Sears****4. Be deliberate in all your steps**

and actions. Just as you are alert and alive in your posture, so commit to your steps and your gestures, too. If the step is forward, take the full step. Don't just shift in place. If "arms" are called for, extend your arm thoughtfully. Place it where it should be, maybe not vertically, but at least somewhat above the horizontal. Don't let it droop half-heartedly. Let your hand and fingers extend the line. Don't forget about your hand and let it limply hang off of your wrist. Keep a corner of your eye on your partner, and match your lines. Your overall shape is an important part of the dance. On the other hand, you can overdo anything. Don't out-step your partner or push your partnership into moves that are uncomfortable. Always be prepared for a deliberate and purposeful action, but, even more important, be constantly aware of your partner and ready to blend into and mesh with his or her choices.

5. Lead what you want, but dance

what you get. Men, guide your partner, support her, do what you can to make her movements comfortable. Remember, her steps are almost always more complicated than yours. She is spinning and twirling as you walk comfortably along. But if she doesn't do what you expect her to do or dance where you think she should dance, go with her. You respond

4. Bewusste Schritte und Aktionen. Genau wie Körperhaltung reaktionsbereit und lebhaft sein sollte, so sind Schritte und Gesten komplett auszuführen. Bei einem Vorwärtsschritt wirklich einen ganzen Schritt machen -- nicht nur das Gewicht auf der Stelle verlagern. Sind „Arme“ gefordert, den Arm mit Bedacht ausstrecken und ihn dort platzieren wo er hingehört -- nicht in vertikaler Richtung, aber mindestens etwas über der Horizontalen. Den Arm nicht halbherzig herabhängen lassen. Linien mit Händen und Fingern verlängern. Nicht die Hand vergessen und sie schlaff vom Handgelenk hängen lassen. Den Partner im Augenwinkel beobachten und die Linien aufeinander abstimmen. Das Aussehen als Ganzes ist ein wichtiger Aspekt beim Tanzen. Bitte dabei aber nicht übertreiben, z.B. keine größeren Schritte als der Partner machen oder den Partner zu unbequemen Bewegungen zwingen. Man sollte immer zu bewussten und zielgerichteten Aktionen bereit sein; aber es ist noch wichtiger, sich immer des Partners bewusst zu sein und bereit zu sein, sich in seine oder ihre Bewegungen einzufügen und damit zu harmonieren.

5. Führe was gewünscht ist, aber passe

dich an. Die Herren sollten ihre Partnerin führen, unterstützen und alles ihnen Mögliche tun, um die Bewegungen für die Dame angenehm zu gestalten. Weiterhin sollte man daran denken, dass die Damenschritte fast immer komplizierter als die Herrenschritte sind; oft dreht sich die Dame und wirbelt herum während die Herren bequem vorwärtslaufen. Falls die Dame nicht das Erwartete tut oder nicht dorthin tanzt wo es der Herr erwartet,

to her and adjust to her dance. You follow her, just as you expect her to follow you. Remember, she is the picture; you are the frame. She is the performance; you are the stage. Don't make her look bad.

- 6. Learn your partner's part as you do your own.** Learn the steps, the figures, the sequences. Men, you especially need to know what your lady is doing. Otherwise, you won't lead her in an informed way or even allow her to do her part. Instead, you'll get in her way. For instance, in a foxtrot Reverse Turn, the lady wants to dance a nice, tight Heel Turn on step 2. It's a dramatic little picture, and she's looking forward to it. If the man doesn't know about her Heel Turn, he can easily step a little wide or away from her, force her to take a side step instead, and so dash her hopes for that special moment. Of course, you can overcompensate, step too tightly into her, and force her into a back step -- it's a fine line. Ladies, you too need to know what he is doing in each figure so that you can blend smoothly with his motion and dance as one. Not knowing both parts doesn't necessarily cause you to collide or to fall down, but your figures won't flow as smoothly.

Print this list, share it, tuck it in your shoe bag, and as you drive to each dance, have your partner read one aloud. Think about one idea that night and see if it doesn't smooth your body flow. Go further -- ask your friends; ask your teachers. What one important idea is missing from this list? Add it, like adding a key to a key ring: keys to comfortable dancing. And when you find another good one, please let us know -- harold@rounddancing.net.

sollte der Herr mit ihr mitgehen. Er sollte auf sie reagieren und sich anpassen, d.h. ihr ebenso folgen, wie er erwartet, dass sie ihm folgt. Die Dame stellt das Bild und der Herr den Rahmen dar; oder sie das Theaterstück und er die Bühne. Lasse sie nicht schlecht aussehen.

- 6. Lerne den Teil des Partners genauso wie deinen eigenen.** Lerne Schritte, Figuren, Abläufe. Speziell die Herren müssen wissen, was ihre Dame macht; andernfalls führt er nicht sachkundig oder erlaubt es ihr nicht, ihren Teil zu tanzen -- sondern steht ihr im Weg. Zum Beispiel will die Dame beim Reverse Turn im Foxtrott auf dem zweiten Schritt eine schöne enge Fersendrehung (heel turn) tanzen. Das ist eine effektvolle kleine Darstellung, die sie erwartet. Wenn aber der Herr nichts über die Fersendrehung weiß, kann er sie durch einen etwas zu großen oder von ihr zu weit entfernt gesetzten Schritt leicht zu einem Schritt in seitlicher Richtung zwingen und damit die Hoffnung auf den speziellen Ablauf zerstören. Andererseits kann er überkompensieren, den Schritt zu nahe setzen und sie dadurch zu einem Rückwärtsschritt zwingen -- das ist ein schmaler Grat. Die Damen sollten ebenfalls wissen, was der Herr bei einer Figur macht, um sich nahtlos in seine Bewegung einfügen zu können und mit ihm als Einheit zu tanzen. Mangelnde Kenntnis beider Teile führt zwar nicht unbedingt zu Kollisionen oder gar zum Hinfallen, aber die Figuren laufen nicht so glatt ab.

Drucke diese Liste aus, teile sie mit anderen, stecke sie in Deine Schuhtasche. Und wenn Du im Auto sitzt, auf dem Weg zum Tanzen, lass Deinen Partner einen Punkt laut vorlesen. Denke an diesem Tanzabend über einen Punkt von der Liste nach und schaue, ob er nicht Deinen Bodyflow verbessert. Oder: Frage Deine Freunde; frage Deinen Teacher. Fehlt ein wichtiger Punkt auf dieser Liste? Dann füge ihn hinzu, wie einen Schlüssel zu einem Schlüsselbund: Schlüssel zum angenehmen Tanzen. Und wenn Du einen guten Punkt hinzugefügt hast, dann teile ihn mit uns, harold@rounddancing.net.