

*Nicoll & Markus Lampenschertf*



**Restart Square Dancing  
Part 2**

**Restart Square Dance  
Teil 2**



*Pipe insulation as a baton / Rohrisolation als Staffeltab  
(Fotos: private/privat)*

Proven dancing with lightweight batons as a sports device to make contact and as pivot point.

Bewährtes Tanzen mit leichten Staffeln als Sportgerät zum Kontaktieren und als Drehpunkt.

**Urgent Recommendation**

**Dringliche Empfehlung**

Approx. 33 cm long, not shorter! Diameter 4 cm. I.e. three batons from 1 m pieces of pipe insulation from the hardware store for about 1.39 €,

ca. 33 cm lang, nicht kürzer! Durchmesser 4 cm. D.h. drei Staffeln aus 1 m Rohrisolation vom Baumarkt für ca. 1,39 €, je nach Baumarkt variieren die Preise.

prices may vary depending on the store.

Zwei Rohrisolierungen ergeben dann drei Staffelpaare!

Two pieces of pipe insulation then will make three pairs of batons!



*Cut at 33 cm / Bei 33 cm abschneiden (Foto: private/privat)*



*Private test dancing on 20 June 2020 with 1 Square*

*Privates Testtanzen am 20.6.2020 mit einem Square (Fotos: private/privat)*

### Personalization

### Personalisierung

You can wrap one end of each baton with tape to mark your own handle side! But you could also personalize your own batons creatively and individually, so they don't get mixed up with those of other people when left lying around. That way maybe you will also take them into your heart more quickly. (laugh)

Jeweils ein Ende der Staffeln kann man mit Klebeband umwickeln, um die eigene Griffseite zu markieren! Man könnte sich die eigenen Staffeln aber auch phantasievoll und individuell personalisieren, damit man sie nicht mit denen anderer verwechselt, wenn sie herum liegen sollten. So schließt man sie vielleicht auch schneller ins Herz! (lach)

At about one third of the length, i.e. below your own gripping hand you could attach tape, trimmings, ribbons,

Bei etwa 1/3 Länge, d.h. unterhalb der eigenen, zugreifenden Hand, könnte man Klebebänder, Borden, Dekorbänder,

edgings, etc., either glued or sewn as a ring to be slid on and therefor exchangeable. Design and color entirely up to your own liking!

Stoffblenden etc. anbringen; entweder aufkleben und als Ring genäht/geheftet zum Überstülpen und damit ggf. auch zum Wechseln. Design und Farben ganz nach eigenem Geschmack!



*Personalization of the batons / Personalisierung der Staffelstäbe  
(Fotos: private/privat)*

**Use of the batons**

The length of the distance, they wish to give each other, is controlled by the dancers in each square. You should hold the batons in a relaxed angle diagonally down or at least with a longer, slightly flexed arm at middle height, consciously intending them as a connecting sports device to make contact and to use as a pivot point! If you flex your arms too much, the distance is too short. Sometimes the batons cross, sometimes they just tap lightly.

**Anwendung der Staffeln**

Die Größe der Distanz, die man sich geben will, haben die Tänzer eines Squares selbst in der Hand. Man sollte die Staffeln entspannt seitlich schräg nach unten oder wenigstens mit längerem, leicht angewinkeltem Arm in halber Höhe haltend, bewusst entschlossen als verbindendes Sportgerät zum Kontaktieren und als Drehpunkt einsetzen! Winkelt man die Arme zu sehr an, ist der Abstand zu gering. Manchmal kreuzen sich die Staffeln, manchmal dippt man sich nur an.

We have made the experience that it takes a few dance nights for the dancers to get accustomed to the batons before they use them consciously. At first, they often drop the batons, move helplessly as if they were holding candle sticks, and too close in the square; or they play a lot of nonsense with them. But a little bit of fun still has to be allowed!

However, the dancers could be advised to practice at home, just walking through the apartment with determined steps holding the batons in hands and lightly tapping them against chairs, cupboard edges or doorframes. After all they're just styrofoam! 😊

Couples can also learn together how to feel the pivot point for hinge or trade with crossed batons. This would certainly make the familiarization a lot faster!

It doesn't make sense to lend the batons out, since they all would have to be disinfected with a spray afterwards. Just for trying out, however, you could use smooth rolled up advertisement catalogues with two sets of tape around them. Unfortunately, those usually don't have the length of 33cm.

### **Organization of the dance events**

It is certainly advisable to limit the possible number of participants to a small group, to dance only club intern without guest and ideally to form constant groups with two step-in-dancers

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass es ein paar Tanztermine braucht, bis sich die Tänzer an die Staffeln gewöhnt haben, und sie diese bewusst einsetzen. Anfangs lassen sie die Staffeln schon mal fallen, bewegen sich hilflos wie mit „Kammerleuchtern“ und zu dicht im Square oder machen allerhand Unsinn damit. Ein bisschen Spaß darf aber natürlich doch auch sein!

Man könnte den Tänzern aber raten, zu Hause einfach mal mit den Staffeln in den Händen feste Schritte durch die Wohnung zu machen und dabei mal leicht an Stühle, Schrankkanten oder Türrahmen zu ticken. Sind ja nur aus Styropor! 😊

Paare könnten auch miteinander lernen, den Drehpunkt am Ende gekreuzter Staffeln bei HINGE oder TRADE zu fühlen. Dann ginge die Eingewöhnung sicher deutlich schneller!

Es ist nicht sinnvoll, die Staffeln als „Leihstaffeln“ anzubieten, da man sie nachher alle mit einem Spray desinfizieren müsste. Rein zum Testen könnte man aber glatte, gerollten Prospekte anbieten, die man zweimal umklebt hat. Sie haben aber leider in der Regel nicht die Länge von 33 cm.

### **Gestaltung der Tanzzeiten**

Es ist sicher ratsam, die mögliche Teilnehmerzahl auf eine kleine Gruppe zu begrenzen, nur clubintern ohne Gäste zu tanzen und am besten feste Gruppen mit je zwei Austauschänzern für die Tanzzeit

for the duration of the dance, who also stay separate during the breaks.

Within familiar locations you could intentionally place the caller in a different spot than before, in order to stay aware that the times are different at the moment, and that we all have to remain conscious of each other.

Our RESTART IDEAS can now also be found in extended and colored form on Markus' homepage:

<http://www.markus-lampenscherf.de>

especially for dancers who don't get a Bulletin!

*Translated by Nicole Siebentritt*

zu bilden, die in den Pausen auch getrennt bleiben müssen.

In bekannten Räumlichkeiten könnte man den Caller bewusst anders als früher platzieren, damit man sich dessen bewusst bleibt, dass die Zeiten aktuell andere sind, und man achtsam bleiben sollte!

Unsere RESTART-IDEEN sind in erweiterter und farbiger Form nun auch auf Markus homepage

<http://www.markus-lampenscherf.de>

- besonders für Tänzer, die kein Bulletin bekommen - nachzulesen!

# Square Dance Shop Rhein - Main

## Wir führen

Damenblusen ♦ Röcke ♦ Damengürtel ♦ Petticoats ♦ Pettipants ♦ Damenschmuck ♦ Fächer  
Herrenhemden ♦ Herrenhosen ♦ Herrengürtel ♦ Gürtelschnallen ♦ Bolotie  
Halstücher ♦ Handtuchhalter ♦ Handtücher  
Damen- und Herrenschuhe sowie Aufkleber etc.

## Regina Conway

Handy: +49 174 302 93 40  
[www.squaredanceshop-rheinmain.de](http://www.squaredanceshop-rheinmain.de)  
[regina@squaredanceshop-rheinmain.de](mailto:regina@squaredanceshop-rheinmain.de)  
Postanschrift: Brentanostrasse 22a, 63165 Mühlheim  
Shop: Grenzstrasse 10, 63179 Obertshausen

