Von ANCHOR STEP bis WEAVE

Das Handbuch für Line Dance

Astrid Kaeswurm

Impressum

Astrid Kaeswurm
Marzoller Weg 21
83451 Piding / Deutschland

Dieses Werk einschließlich aller darin enthaltenen Texte, Abbildungen, Grafiken, Tabellen, Choreografien, Beschreibungen und sonstigen Inhalte ist urheberrechtlich geschützt.
Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung, Verbreitung, öffentlichen Zugänglichmachung, Wiedergabe, Übersetzung, Bearbeitung, Umgestaltung und sonstigen Nutzung, liegen bei der Rechteinhaberin und bleiben vorbehalten.
Jede Nutzung dieses Werkes oder von Teilen daraus bedarf, soweit sie nicht gesetzlich ausdrücklich erlaubt ist, der vorherigen schriftlichen Zustimmung der Rechteinhaberin.
Dies gilt insbesondere für das vollständige oder auszugsweise Kopieren, Scannen, Fotografieren, Abschreiben, Digitalisieren, Speichern, Veröffentlichen, Weitergeben, Verbreiten oder öffentliche Zugänglichmachen – unabhängig davon, ob dies entgeltlich oder unentgeltlich, analog oder digital, unverändert oder bearbeitet sowie auf welchem technischen oder sonstigen Weg erfolgt.

Nicht gestattet ist insbesondere die Vervielfältigung oder Weitergabe des Werkes oder von Teilen daraus als Fotokopie, Scan, PDF, digitale Datei oder in sonstiger elektronischer Form sowie die Bereitstellung in Internet-, Intranet-, Cloud- oder sonstigen Online-Diensten, in Datenbanken oder auf digitalen Plattformen.

Ebenso ist es ohne ausdrückliche vorherige schriftliche Zustimmung der Rechteinhaberin nicht gestattet, das Werk oder Teile daraus in Systeme der künstlichen Intelligenz (KI) oder vergleichbare automatisierte Systeme hochzuladen, einzuspeisen, zu speichern, zu vervielfältigen oder automatisiert zu verarbeiten. Untersagt ist insbesondere die Verwendung des Werkes oder von Teilen daraus als Trainings-, Lern- oder Auswertungsmaterial für KI-Systeme sowie die automatisierte Analyse, Verarbeitung oder Aufbereitung der Inhalte zum Zwecke der Entwicklung, des Trainings oder der Optimierung solcher Systeme.

Die bestimmungsgemäße Nutzung des erworbenen Werkes zur persönlichen Weiterbildung, zur Vorbereitung und Durchführung von Unterricht, Kursen oder sonstigen Lehrveranstaltungen sowie die Verwendung des Buches als Lehr- und Arbeitsgrundlage bleibt hiervon unberührt. Das Buch soll selbstverständlich im Unterricht mitgeführt, verwendet und als Grundlage für die Vermittlung der darin beschriebenen Inhalte eingesetzt werden.

Nicht gestattet ist jedoch die Vervielfältigung, Digitalisierung, Weitergabe oder öffentliche Zugänglichmachung des Werkes oder wesentlicher Teile daraus für Teilnehmerinnen und Teilnehmer oder sonstige Dritte, soweit hierfür keine ausdrückliche Zustimmung der Rechteinhaberin vorliegt.
Gesetzlich zulässige Nutzungen bleiben unberührt.

5. überarbeitete Auflage (Dez 2026) 1000 Exemplare

Titelbild Freya Steinhagen
Illustrationen Florentine Nagy

Design / Layout / Druck Harald Harland, No Fences Verlag
Hann. Münden

www.kaeswurm.de

Für eine gute Lesbarkeit verwenden wir in diesem Buch eine einheitliche Schreibweise.
Alle Personenbezeichnungen gelten selbstverständlich
für alle Geschlechter gleichermaßen.

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort		9
Kapitel 1:	Definitionen	13
Kapitel 2:	Tanzfläche - Tanzregeln	27
Kapitel 3:	Körper	35
Kapitel 4:	Schrittkombinationen / Drehungen	47
Kapitel 5:	Musikalische Grundlagen	101
Kapitel 6:	Choreografie	111
Kapitel 7:	Aufbau einer Unterrichtsstunde	123
Kapitel 8:	Motion / Tanzarten	133
Tanzübersicht:	Motion Tanzarten	201
Indexverzeichnis:	Tanzbegriffe	209
Literatur- und Quellenverzeichnis		219
Persönliche Notizen und Verbesserungsvorschläge		223

Tanzfläche

Tanzregeln 2

„Wer" ist „wo" auf der Tanzfläche?

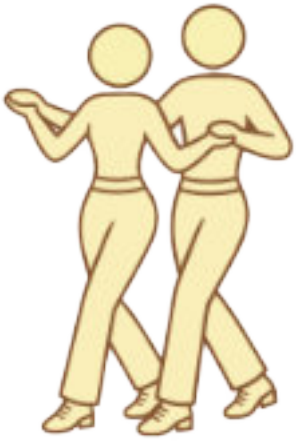
Als Line Dancer stehen wir nicht alleine
auf der Tanzfläche!
Wer tanzt um mich herum?
Was müssen wir beachten?

I. Line Dance

Gemeinsam tanzen wir in Reihen nebeneinander und voreinander.
Bei einer großen Tanzfläche mit viel Platz können, ohne einander zu stören, verschiedene Gruppen unterschiedliche Choreografien zur selben Zeit auf dasselbe Lied tanzen.
Wenn nur eine kleine Tanzfläche zur Verfügung steht, müssen die Tänzer sich entscheiden. Entweder sie schränken sich in ihren Bewegungen ein, oder sie warten ab bis genügend Platz vorhanden ist.
Auf einer zu kleinen Tanzfläche, kann auch die Vielfalt der gleichzeitig getanzten Choreografien, nicht groß sein.

II. Partner Dance

Sind feste, vorgeschriebene Choreografien.
Die Tanzpaare bilden sich meist aus den Reihen der Line Dancer, um Partnertänze wie Sixteen Step oder Barn Dance zu tanzen.
Sie tanzen vorwiegend in einer Sweetheart Position (auch Side by Side, La Varsouvienne oder Jody genannt), progressiv in einer Kreisbahn, gegen den Uhrzeigersinn (CCW), um die stationären Tänzer herum.

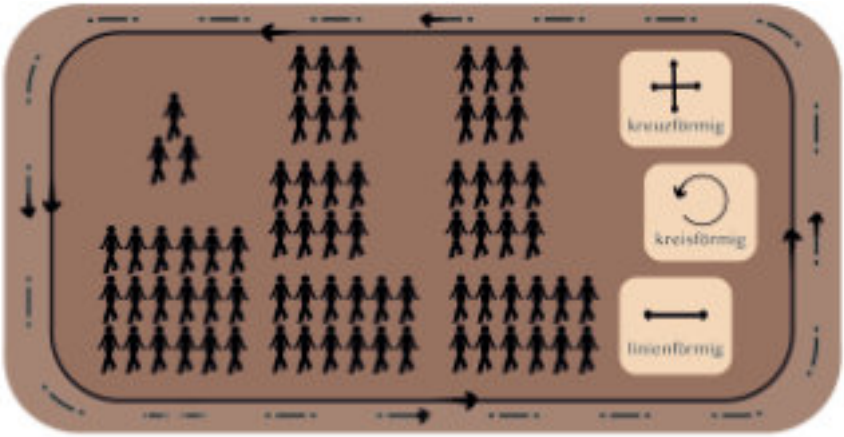


III. Couple Dance

Mehr und mehr Verbreitung findet der Couple Dance.
Am meisten verbreitet sind „Two Step“ und „West Coast Swing“. Die Paartänzer folgen keiner festen Choreografie, sondern wenden die für den Tanz möglichen Figuren, mehr oder weniger spontan an.
Couple Dancer wie Two Stepper (auch progressive Standard Tänzer) nutzen deshalb die äußere Kreisbahn der Tanzfläche.
Die Tänzer tanzen gegen den Uhrzeigersinn (CCW).
WCS Tänzer hingegen tanzen stationär. Sie benötigen also einen Platz in der Mitte der Tanzfläche.

Der Leader führt und der Follower wird geführt.

Line Dancer sind verpflichtet, für Paartänzer ausreichend Platz auf der Tanzfläche einzuräumen. Auch wenn es sich nur um ein einziges Paar handelt. Allerdings sollten die Tänzer hierbei auch die Gegebenheiten, also vor allem die Größe der Tanzfläche, beachten. Line Dancer und Partner-Tänzer sollten versuchen, einen Kompromiss zu finden!



Schrittkombinationen Drehungen 4

Auf ein Wort...

Line Dance
erfreut sich weltweit wachsender Beliebtheit. Auch immer mehr Paartänzer entdecken diese Tanzform für sich. Dabei werden im Line Dance viele Schrittkombinationen verwendet, deren Bezeichnungen aus den verschiedenen Paartänzen bekannt sind. Identische Bewegungen werden jedoch je nach Tanzstil auch unterschiedlich benannt.

Gerade diese Vielfalt macht es nicht einfach, ein Kapitel zu erstellen, das einerseits möglichst umfassend und vollständig ist, andererseits aber klar strukturiert und leicht verständlich bleibt.

Deshalb habe ich vor der Überarbeitung dieses Kapitels zahlreiche Line Dancer gefragt, welche Fachbegriffe sie in der Praxis tatsächlich verwenden. Bewusst habe ich mich darauf beschränkt, nur diese gebräuchlichen Begriffe aufzunehmen.

Da sich der Line Dance ständig weiterentwickelt und immer neuen Einflüssen unterliegt, werden sich auch die verwendeten Begrifflichkeiten in den kommenden Jahren weiter verändern.

Aus diesem Grund wird dieses Kapitel
auch in zukünftigen Auflagen
regelmäßig überarbeitet werden.
Neue Begriffe werden ergänzt,
andere möglicherweise entfallen.
Immer mit dem Ziel, die Inhalte aktuell,
praxisnah und übersichtlich zu halten.

Einleitung

Im Folgenden
werden die üblichen Schrittkombinationen,
Drehungen etc. alphabetisch aufgelistet,
die ein Line Dancer benötigt.

Auf Querverweise wurde aufgrund der besseren
Übersichtlichkeit verzichtet.

Fachbegriffe sind in den entsprechenden
Kapiteln vorher (z.B. Definitionen) erklärt.

Die Bezeichnungen der Schrittkombinationen
wurden nach dem weltweit üblichen Line Dance
Reglement gewählt.
Die Schrittkombinationen die Verwendung
finden, unterliegen einem ständigen Wandel.
Je nachdem, wie kreativ gerade die
Choreografen sind und der Einfluss anderer
Tanzarten.

Zu jeder Kombination wird ein Beispiel angeführt.
Wird dieses mit (R) angeführt,
ist dieses entsprechend auch nach (L) ausführbar.

Abkürzungen

FP Fußpositionen
basic : ① ② ③ ④ ⑤
erweitert : ❸ ❺

L Linker Fuß / Bein
R Rechter Fuß / Bein

Schritt Ist in diesem Kapitel der Begriff für die
nächste Bewegung oder Zählzeit.
Unabhängig davon, ob ein Schritt gesetzt
wird, und auch unabhängig davon,
ob ein Belastungswechsel erfolgt.

Anchor Step

Shuffle am Platz in ③, der vor allem im West Coast Swing (WCS) angewandt wird.

Schritt 1 = R hinter L am Platz
Schritt 2 = L am Platz belasten
Schritt 3 = R am Platz belasten

③	*Ausführung*
1 & 2	*Zählweise*
3	*Gewichtswechsel*

Applejack

Schritt 1 = L auf Ballen gleichzeitig R auf Ferse
Schritt 2 = L Ferse dreht nach R
gleichzeitig R Spitze nach R (1)
Schritt 3 = L Ferse gleichzeitig mit R Spitze
zurück in die Ausgangsposition (&)
Schritt 4 = L auf Ferse wechseln und R auf Ballen
Schritt 5 = R Ferse dreht nach L gleichzeitig
L Spitze dreht nach L (2)
Schritt 6 = R Ferse und L Spitze zurück in die
Ausgangsposition (&)

②	*Ausführung*
1 & 2 & …	*Zählweise*
Kein vollständiger Gwichtswechsel	*Gewichtswechsel*

Attidude

Findet bei langsamen Tänzen wie Walzer und Night Club Anwendung.
Eher im Bereich der höheren Level.

Das Spielbein wird, bei gebeugtem Knie, nach vorne oder hinten angehoben.
Das Knie ist dabei ausgedreht und die Fußspitze gestreckt.
Der Oberkörper bleibt weitestgehend in seiner aufrechten Haltung. Auch wenn die Attitude nach hinten ausgeführt wird.

Ausführung ③ oder ⑤
Zählweise Unterschiedlich
Gewichtswechsel Keine

Wichtig ist eine gute Balance

Ball Change

Schritt 1 = R Belastungswechsel neben L
Schritt 2 = L Schritt am Platz

Ausführung ③
Zählweise & 2
Gewichtswechsel 2

Auf Schritt 1 wird nur der Ballen belastet

Batacuda

Kommt vor allem in der Samba vor und beschreiben eine Art des Boogie Move rückwärts.

Schritt 1 = Schritt R zurück (1)
Schritt 2 = Gewicht zurück auf L Ballen
Hierbei ausdrehen über Toe Flat,
Toe Outside Edge,
Ball Outside Edge
Ball flat(&)
Schritt 3 = Gewicht zurück auf R (a)

Ausführung ❺
Zählweise 1 & a
Gewichtswechsel 3

Body Roll

Einzelne Körperteile bewegen sich nacheinander isoliert voneinander.
Der Körper „schlängelt" von oben nach unten oder von unten nach oben.
Bei einer Body Roll von unten nach oben bewegen sich bei gebeugten Knien und abgesenktem Po, Becken vor – Bauch zurück – Brust vor – Schultern zurück – Kopf vor und wieder neutral in die Mitte. Während der Bewegung werden die Beine nach und nach gestreckt.
Bei einer Body Roll von oben nach unten erfolgt dementsprechend der Bewegungsablauf entgegengesetzt.

②	*Ausführung*
oft innerhalb 2 Taktschläge je Richtung	*Zählweise*
Keine	*Gewichtswechsel*

Boogie Move / Walk

Die linke oder rechte Hüfte beschreibt einen Kreis, aus der Körpermitte heraus, ausgehend von Toe Inside über Toe Flat, Toe Outside, Ball Outside, Ball Flat, wieder zurück zur Körpermitte, also der Anfangsposition.
Dabei hebt sich die Hüfte. Durch Ausgleich über die Sprunggelenke ist die Bewegung waagerecht. Die Bewegung sollte mit „weichen" Knien ausgeführt werden.
Hierbei kann, während der Boogie Move ausgeführt wird, auch ein Schritt nach vorne ausgeführt werden.
Dann heißt die Bewegung „Boogie Walk".

❸	*Ausführung*
1 - 2	*Zählweise*
Keine	*Gewichtswechsel*

Musikalische Grundlagen 5

Akzentuierung (Akzent)

Betonungen innerhalb des Rhythmus.
Soll eine Note akzentuiert gespielt werden, so befindet sich über oder unter dieser Note ein Akzent-Zeichen ´<´.

Bass

Ist immer das Instrument mit der tiefsten Stimme.
Der Bass teilt die Taktteile dem Metrum entsprechend auf.
Das bedeutet, dass der Bass meistens auf den Betonungen spielt.
So wird die Verbindung zwischen Metrum und Rhythmus hergestellt.

Grundpuls = Taktschläge = BPM

Insbesondere in der Tanzmusik gibt es immer einen Grundpuls, der sich regelmäßig durch das ganze Stück zieht.
Er entspricht in den meisten Fällen den Taktschlägen, also den gezählten Notenwerten in den Takten.
Wie viele Taktschläge in einer Minute erklingen, bestimmt das Tempo des Stückes.
Um die BPM (beats per minute) zu ermitteln, zählen wir eine Minute lang die Taktschläge.
Um feststellen zu können, ob wir die angebotene Choreografie auf das Musikstück gut tanzen können, ist es nicht nur erforderlich die Tanzart festzustellen, sondern auch, wie schnell das Musikstück ist.
Bei einer synkopenreichen Choreografie, ist es auf ein wesentlich schnelleres Musikstück sicher nicht möglich gut zu tanzen.

Gelegentlich ist mit BPM auch der Begriff Bars Per Minute, also Takte pro Minute gemeint.

Metrum

Ordnet die Taktschläge – wie das Versmetrum die Sprache, in betont und unbetont – in kleinste Einheiten. Es gibt in der Tanz-Musik zwei vorherrschende Metren: 2er (z.B. in den geraden

Taktarten 2/4 oder 4/4 Takt) mit einem betonten und einem unbetonten Taktschlag und 3er (z.B. in den ungeraden Taktarten 3/4 oder 9/8 Takt) mit einem betonten und zwei unbetonten Taktschlägen.

Musikalität

Die Musik „trägt" den Tanz.
Sie sagt uns, wie wir uns bewegen sollen.

Notenschlüssel

Er steht immer am Anfang eines Notensystems.
Die gebräuchlichsten Notenschlüssel sind:



Der **Violinschlüssel**, auch G-Schlüssel genannt.
Der Referenzton ist das „G".
Beim g1 beginnt der Schlüssel im Inneren der Schnecke.
Davon lässt sich die Lage der anderen Töne ableiten.



Der **Bassschlüssel**, auch F-Schlüssel genannt.
Er legt den Ton „F" zwischen den zwei Punkten fest.

Notensystem

Beinhaltet fünf Linien, die im gleichen Abstand parallel übereinander liegen.
Auf und zwischen diese Linien werden die Noten, Pausenzeichen usw. eingeordnet.

Notenwert (Länge der Note)

Eine Note besteht immer aus einem Notenkopf und, soweit es sich nicht um eine ganze Note handelt, auch aus einem Notenhals, ggf. auch einem Fähnchen, Balken oder einer Punktierung.

On Beat

Charakteristische Töne der Melodie erklingen auf den Taktschlägen.

Off Beat

Charakteristische Töne der Melodie erklingen zwischen und nicht auf den Taktschlägen.

Wir verwenden bei uns auch den Begriff „Off Beat“, wenn wir ausdrücken wollen, dass die Akzentuierung nicht auf dem Taktschlag der Taktschwerpunkte liegt.

Polyrhythmik

In der Musiktheorie bedeutet Polyrhythmik die Überlagerung verschiedener Rhythmen.

Binäre und ternäre Phrasierung

Bestimmt besonders in jazz-idiomatischer Musik wie z.B. Achtelketten genau gespielt werden. Binär bedeutet dabei, dass jede Achtel gleich lang gespielt wird (1:1), ternär bedeutet, dass zwei Achtel im Verhältnis 2:1 gespielt werden (also triolisch). Durch eine ternäre Phrasierung „swingt“ die Musik besonders.
Die Phrasierung ist unabhängig von der Taktart, so kann sowohl ein 2/4 als auch ein 3/4 binär oder ternär gespielt werden.
Das Notenblatt eines Musikers, der ein Musikstück spielt, das eigentlich durchgehend triolisch notiert sein müsste, ist oftmals der Einfachkeit halber binär notiert. Der Musiker weiß ja, dass er triolisch spielen muss.

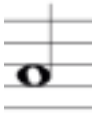
Phrase

Diese beschreibt in der Musik einen zusammenhängenden Melodieteil.
Wenn im Tanzsport über Phrasierung gesprochen wird, so ist meistens nicht eine Gruppe von Tönen gemeint, sondern die Zusammenfassung mehrerer rhythmisch oder melodisch, thematisch zusammengehörender Takte.
Diese kann in der Tanzmusik auch über 8 oder gar 16 Takte gehen und damit die größere Struktur des Stückes bestimmen.

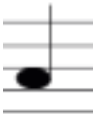
Sollten innerhalb eines Formteiles die Anzahl der Takte variieren, ist oft ein Tag (Brücke) oder ein Restart (Wiederbeginn von Anfang) sinnvoll.



Eine **Ganze** Note.
Mit ihr ist ein Takt im 4/4 voll. In einem kleineren Takt = 3/4, 2/4 usw. könnte sie demnach nicht vorkommen. Sie ist also so viel wert wie viermal eine Viertel Note.



Eine **Halbe** Note.
Wenn wir wieder von einem 4/4 Takt ausgehen, passen zwei Halbe Noten in einen Takt.



Eine **Viertel** Note.
In einen 4/4 Takt passen 4 Viertel Noten.



Eine **Achtel** Note.
Sie hat die halbe Wertigkeit einer Viertel Note. In einen 4/4 Takt passen achtmal eine Achtel Note hinein. Sind mehrere Achtel Noten in einem Takt hintereinander, fällt das Schwänzchen weg. Dann verbindet man die Achtel Noten mit einem Balken.

Punktierung

Befindet sich hinter einer Note ein Punkt, so verlängert sich deren Wert um die Hälfte. Eine 1/2 Note mit Punkt hat demnach einen Wert von drei Schlägen.

Rhythmus

Die Abfolge von kürzeren und längeren Tönen und Pausen.
Der Rhythmus kann in seinen Betonungen genau dem Takt folgen oder durch Akzente die Betonungen verschieben.

Beispiel: im Jive werden 2 und 4 betont, obwohl der Takt eine Betonung auf 1 und 3 vorgeben würde = Synkope.

Der Rhythmus und seine Beziehung zum Metrum spielt oft bei unseren Tänzen eine entscheidende Rolle.

Literatur- und Quellenverzeichnis

Deutscher Tanzsportverband (DTV), Tanzmusik Exakt,
© Tanzwelt Verlag GmbH Neu-Isenburg

Flatischler, Reinhard • Der Weg Zum Rhythmus,
© 1990 Synthesis Verlag, ISBN 3-922026-48-6

Franklin, Eric • Kraftvoller Auftritt, Die Franklin-Methode,
2. Auflage 2009, ISBN 978-3-935767-48-4

Greene Haas, Jacqui • Dance Anatomie,
1. Ausgabe 2010, ISBN 978-3-7679-1046-1

Laird, Walter • Technique of Latin Dancing,
7. Auflage 2014 © IDTA Ltd, ISBN 0 900326 21 2

Marron, Eddy • Die Rhythmik-Lehre,
Überarbeite Auflage 1991, ISBN 978-3-927190-01-6

Moore, Alex • The Ballroom Technique,
Reprinted 1994

NTA • Dance Terminology Booklet, 2008/ NTA Teaching Manual – Syllabus Volume 1,
Revised 1997

Schmidt, Udo • Tanzen ist Musik,
4. Auflage 2010, ISBN 3-9807607-0-7

Wikipedia, die freie Enzyklopädie

World Dance Masters • Technical Handbook,
Images copyright © Histoires D'Images and Jay Brooks, 2010/2011