

Maart 2000  
Nummer 8

# Het Dansblad

Maandblad voor stildansers



Het Dansblad is een maandblad voor en door stijldansers. Elke maand verschijnen hierin diverse onderwerpen over stijldansen. Ook is er een mogelijkheid voor het plaatsen van berichten en/of advertenties. Deze kunnen via e-mail worden doorgegeven.

**Het Dansblad is een uitgave van:**

Fred Bolder's Ballroom Site

url: <http://www.xs4all.nl/~fghb/ballroom.htm>

e-mail: [fghb@xs4all.nl](mailto:fghb@xs4all.nl)

Dit maandblad is als Word-bestand gratis te downloaden vanaf de bovengenoemde site.

**Redactie:** Fred Bolder & Miranda Jager

**Auteursrecht**

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden d.m.v. druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgeefster.

Fred Bolder's Ballroom Site aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor de juistheid van de in dit blad geboden informatie en eventuele schade veroorzaakt door deze informatie.

# Het Dansblad

## Inhoud

Inhoud.....	1
Figuurtje van de maand .....	2
Jim Reeves.....	3
Welke dans is dit? .....	5
Nieuwe categoriestructuur NADB vanaf seizoen 1999/2000 .....	6
Dansen met de computer .....	8
Leuke links .....	10

### Tip:

Op het schitterende nummer Onderweg van Abel kun je een Rumba dansen!

### Partner gezocht

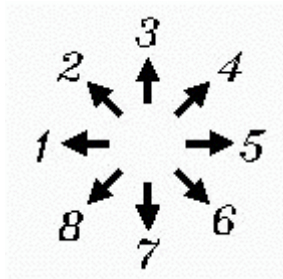
Naar aanleiding van een idee van een lezer om twee keer per jaar een rubriek “Partner gezocht” te plaatsen, stel ik voor dat iedereen die op zoek is naar een danspartner en dit in het dansblad wil vermelden een mailtje stuurt naar [fgbh@xs4all.nl](mailto:fgbh@xs4all.nl)

# Het Dansblad

## Figuurtje van de maand

### Engelse wals – Spin into turning lock step

Nr	Ritme	Heer				Dame			
		Been	Pas	Richting	Draai	Been	Pas	Richting	Draai
1	Slow	R	Voor O.P.	2		L	Achter	6	
2	Slow	L	Zij	4	1/4 r	R	Zij	1	3/8 r
3	Slow	R	Sluit	5	1/8 r	L	Sluit	1	
4	Slow	L	Achter	5	1/2 r	R	Voor	1	1/2 r
5	Slow	R	Voor	1		L	Achter	5	
6	Slow	L	Achter	4	3/8 r	R	Voor	8	3/8 r
7	Quick	R	Achter	4		L	Voor	8	
8	Quick	L	Kruis voor	4		R	Kruis achter	8	
9	Slow	R	Achter	4		L	Voor	8	
10	Slow	L	Zij	2	1/4 l	R	Zij	6	1/4 l



De afbeelding hiernaast geeft aan welke richting bij welk nummer hoort. Richting 1 is hierbij de dansrichting. In de uitleg van het figuur wordt voor de richtingen uitgegaan van de heer (tenzij anders aangegeven). In de tabel zijn de richtingen voor de dame en de heer terug te vinden.

Dit figuurtje begint schuin naar de muur, waarbij de heer met zijn rechterschoeter begint. We dansen een normale spin draai waarbij we met de rug schuin naar het midden uitkomen. Hierna komt het speciale gedeelte. We plaatsen onze rechterschoeter naar achter, waarbij de heer zijn rechterschoeter naar achter draait. We dansen een lock step, waarna de heer zijn schouder weer terug draait. Als laatste dansen we een pas opzij, waarbij we linksom draaien en schuin naar de muur uitkomen.

Dit figuur is ook aanwezig in mijn dans software.

# Het Dansblad

## Jim Reeves

Op CD's van Jim Reeves blijkt veel dansbare muziek te staan. Deze CD's zijn meestal vrij goedkoop. Ik heb achter de nummers gezet wat je hier op kunt dansen. Natuurlijk zijn niet alle nummers even geschikt. Als er drie sterretjes achter een nummer staan, is het nummer zeer geschikt om op te dansen.



### Jim Reeves – Golden Songs

Inhoud: 2 CD's met elk 18 nummers

Dansen: Quickstep, Slow foxtrot, Engelse wals

#### CD 1:

1	If you were only mine	Quickstep	
2	Everywhere you go	Quickstep	
3	Home	Quickstep	**
4	I'm beginning to forget you	Slow foxtrot	*
5	The wind up	Engelse wals	
6	Making believe	Slow foxtrot	
7	The highway to nowhere	Quickstep	*
8	Beyond the shadow of a doubt	Slow foxtrot	***
9	An evening prayer	Slow foxtrot	*
10	How's the world treating you?	Slow foxtrot	
11	According to my heart	Quickstep	*
12	Dear hearts and gentle people	Quickstep	**
13	I've lived a lot in my time	Slow foxtrot	**
14	Mexican Joe	Quickstep	
15	Sweet evening breeze	Jive	***
16	I'd like be	Slow foxtrot	**
17	In a mansion stands my love	Quickstep	**
18	Old time religion	Quickstep	**

# Het Dansblad

**Jim Reeves** (vervolg)

## CD 2:

1	Your old love letters	Quickstep	**
2	Till the end of the world	Quickstep	***
3	Four walls	Engelse wals	
4	Just call me lonesome	Slow foxtrot	
5	Blue boy	Jive	
6	I missed me	Engelse wals	**
7	Am I losing you?	Slow foxtrot	
8	I love you more	Slow foxtrot	
9	If heartaches are the fashion	Slow foxtrot	
10	He'll have to go	Engelse wals	***
11	I know one	Slow foxtrot	
12	Anna Marie	Engelse wals	
13	Have I told you lately that I love you?	Slow foxtrot	*
14	The oklahoma hills	Quickstep	**
15	When God dips his love in my heart	Slow foxtrot	
16	Yonder comes a sucker	Quickstep	
17	Bimbo	Quickstep	
18	Waiting for a train	Quickstep	

# Het Dansblad

## Welke dans is dit?

Deze vraag wordt nogal vaak gesteld op de dansvloer. Tijdens danslessen wordt hier meestal maar weinig aandacht aan besteed. Dit hoeft ook geen probleem te zijn. Door tijdens het dansen goed naar de muziek te luisteren, leer je al gauw wat je op bepaalde muziek kunt dansen. De belangrijkste eigenschappen zijn de maat, het tempo en het ritme. Een ritme wil niet zeggen dat er drums in de muziek moeten voorkomen. Op alleen de muziek van een simpele blokfluit kun je heel goed dansen. Vaak beginnen mensen pas met dansen als ze drums horen. Ook intro's worden meestal overgeslagen. Natuurlijk is het moeilijker om op muziek zonder drums te dansen, maar het is heel leerzaam om het toch te proberen. Het is helemaal niet erg om eens een keer verkeerd in te vallen. Je leert hierdoor om goed naar de gehele muziek te luisteren. Dus niet alleen naar de drums. Hierdoor hoor je ook veel eerder wat je op bepaalde muziek kunt dansen. Natuurlijk zijn er altijd twijfel gevallen en sommige muziek is geschikt voor meerdere dansen. Als je de Slow Foxtrot nog niet hebt geleerd, denkt je al gauw dat je op deze muziek een langzame Jive moet dansen. Dit kan ook best, maar het echte ritme van de Jive zit net iets anders in elkaar. Soms wordt voor het instuderen van een moeilijk Jive figuur Slow Foxtrot muziek gebruikt. Als je nog geen Weense wals hebt geleerd, lijkt een niet al te snelle Weense Wals op een Engelse wals. Ook wordt een Rumba wel eens voor een Cha Cha Cha aangezien.

Bij goede dansmuziek kun je al heel snel aanvoelen welke dans hier bij hoort. Niet alleen aan de drums, maar ook aan de bas lijn kun je dit goed horen. Laat je niet in de war brengen door zangers en zangeressen die tijdens het nummer een bepaalde dans noemen. Meestal hebben ze het namelijk verkeerd. Ook het zingen van "Cha Cha Cha" zit meestal niet op het "4 & 1" gedeelte.

Hieronder wat tips voor het uitzoeken van de bijbehorende dans.

- Een nummer waar een trein in voor komt, is 9 van de 10 keer een Quickstep.
- Als je in het ritme een duidelijke koe bel hoort, is dit vaak een Cha Cha Cha.
- Op bijna alle moderne dans nummers met vier enorme dreunen in de maat kun je een Cha Cha Cha dansen.
- Op niet al te snelle Rock 'n' Roll muziek kun je een prima Jive dansen.
- Op muziek die je aan carnaval doet denken kun je bijna altijd een Samba dansen.
- Als je dansleraar vraagt om een Engelse wals te dansen is dit meestal een Cha Cha Cha. Gelukkig hebben de meesten dit zelf in de gaten.
- Als je tijdens het dansen van een Jive je begint te vervelen, probeer dan eens een Slow foxtrot.

# Het Dansblad

## Nieuwe categoriestructuur NADB vanaf seizoen 1999/2000

Door: Miranda Jager

Een van de grotere bonden die danswedstrijden in Nederland verzorgt is de NADB (Nederlandse Algemene Danssport Bond). Binnen de NADB zijn verschillende wedstrijdcategorieën, zoals je hieronder kunnen lezen. Mijn informatiebron hiervoor is de volgende website: <http://www.tdbs.is.nl/dans/ned/age-3.html>.

Er zijn vier categorieën wedstrijden binnen de NADB, namelijk:

- *K1 wedstrijden*
  - IDSF ranking- en titel wedstrijden
  - Nederlandse- en bondskampioenschappen
- *K2 wedstrijden*
  - Landelijk niveau: internationale deelname toegestaan
  - Wedstrijden inclusief debutantenklassen
- *K3 wedstrijden*
  - Landelijk niveau: deelname uitsluitend voor geregistreerde NADB paren
  - Geen debutantenklassen
- *K4 wedstrijden*
  - De regiowedstrijden

### K1 wedstrijden

Bij de K1-wedstrijden zijn de eisen vergeleken met de andere K-wedstrijden het hoogst. Bij deze wedstrijden moet een dansvloer bijvoorbeeld minimaal 400 m<sup>2</sup> groot zijn. Tevens moeten er minimaal 7 juryleden zijn, waarvan minimaal 3 buitenlanders met allen een verschillende nationaliteit. Deze wedstrijden moeten plaatsvinden in een sporthal, theater of ander complex, waar kleedruimtes (met douches) en een restaurant of kantine aanwezig zijn.

Bij deze wedstrijden moet de NADB-boarding aanwezig zijn en de NADB- en ISDF-vlag moeten duidelijk zichtbaar in de zaal opgehangen worden. Dit heeft betrekking op de promotieschaal van de K1-wedstrijden. Er geldt, net als bij alle andere K-wedstrijden overigens, een absoluut rookverbod in de wedstrijdhal. De entree wordt in overleg met de NADB vastgesteld.

### K2 wedstrijden

De dansvloer bij de K2 wedstrijden moet minimaal 280 m<sup>2</sup> groot zijn. Er moeten in de hoogste klasse 7 internationale juryleden zijn, waarvan 2 buitenlandse met een verschillende nationaliteit. In de overige klassen zijn 5 juryleden voldoende. Net als voor de K1-wedstrijden is een sporthal, theater of ander complex, waar kleedruimtes en een restaurant of kantine aanwezig zijn een geschikte accommodatie voor de wedstrijden. Er geldt eveneens een absoluut rookverbod in de wedstrijdhal.



# Het Dansblad

## Nieuwe categoriestructuur NADB vanaf seizoen 1999/2000 (vervolg)

*Door: Miranda Jager*

De entree wordt in overleg met de NADB vastgesteld, met een maximumprijs van f. 25,--. De NADB Boarding en de NADB- en IDSF-vlag dienen ook aanwezig te zijn. Deze laatste regel is bepaald volgens promotieschaal 2.

De K2-wedstrijden zijn, samen met de K4-wedstrijden, de wedstrijden die het meest georganiseerd worden en waar veel paren aan meedoen. Het zijn wedstrijden voor dansparen uit het hele land, landelijke wedstrijden dus.

### K3 wedstrijden

Voor de accommodatie van een K3-wedstrijden is een dans- of partycentrum heel geschikt. De vloer moet minimaal 250 m<sup>2</sup> groot zijn. De jury dient uit 5 leden te bestaan en zij mogen allen Nederlands zijn. Bij deze wedstrijden is er geen debutantenklasse. Bij toekenning van een NADB K3-wedstrijd kan het NADB bestuur in hetzelfde weekend het zogenaamde REGIO-weekend uitschrijven.

Uiteraard geldt ook hierbij een rookverbod rond de dansvloer. De vaststelling van de entree gaat in overleg met de NADB, met een maximumprijs van f. 20,--.

### K4 wedstrijden

Deze wedstrijden zijn onderverdeeld in regio's. Een voorbeeld daarvan in Noord-Nederland, met danswedstrijden voor de provincies Groningen, Friesland en Drenthe. Deze regio's hebben hun eigen reglementen.

Deze wedstrijden, ook wel regionale wedstrijden genoemd, worden, samen met de K2-wedstrijden, het vaakst georganiseerd en er doen veel paren uit de desbetreffende regio aan mee.

Voor de landelijke paren (debutanten 1 t/m A-klasse) is er bij deze wedstrijden soms een gelegenheid om te dansen in de open klasse. Daarin kunnen zij geen punten halen, maar wel een plaatsing van 1 tot en met 6. Daarom dansen bij deze wedstrijden meestal alleen de debutantenparen (deb. 5 t/m 2) en maar een paar paren uit de landelijke klasse. De open klasse wordt echter niet op elke K4-wedstrijd georganiseerd.

### Rookverbod

Ik vind het zo jammer dat het rookverbod dat geldt voor de danswedstrijden meestal niet nagestreefd wordt. De meeste mensen, waaronder ook dansparen, roken in de ruimte waar ook de danswedstrijd plaatsvindt. Zelfs als de organisator verzoekt niet te roken zijn er mensen die het toch doen. De mensen die na dit verzoek nog doorroken zijn echter vaak zelf geen dansers. Iedereen moet begrijpen dat dansen een sport is en als je sport ga je sneller ademen en heb je meer lucht nodig. Als dit 'frisse' lucht is hou je het veel langer vol en krijg je het niet zo snel benauwd vergeleken met 'door rook vervuilde' lucht. Ik verzoek bij deze daarom de mensen die dit lezen en zichzelf hierin herkennen zich in de schoenen van de niet rokende danser te verplaatsen. Een sigaretje roken kan ook in het restaurant, een apart zaaltje of buiten en hoeft niet in de danszaal. Veel dansers hebben er last van.

# Het Dansblad

## Dansen met de computer

Elke maand verschijnt in deze rubriek informatie over mijn dans software. Deze software is freeware en kun je downloaden van mijn site.

<http://www.xs4all.nl/~fghb/ballroom.htm>

Er is inmiddels weer een nieuwe versie van DansCAD. Ik zal eerst de nieuwtjes behandelen. Er zijn twee nieuwe commando's bijgekomen.

### Undo

Als je per ongeluk iets verkeerd hebt gedaan, kun je met het commando *Undo* de onderstaande commando's ongedaan maken. Gebruik dit commando direkt nadat het fout is gegaan.

Change  
Delete (alleen bij het verwijderen van 1 pas)  
Gripedit  
Lockstep  
Move  
Rotate  
Text

### Lockstep

Gebruik dit commando om automatisch een voet te kruisen. Selecteer hiervoor de voet waar de voet achter of voor moet worden gekruisd. Als de voet bij de teen wordt geselecteerd, dan wordt de andere voet er voor gekruisd. Als de voet bij de hak wordt geselecteerd, dan wordt de andere voet er achter gekruisd.

### Bewerken met grips

Door gebruik te maken van grips kunnen de voeten eenvoudig worden verplaatst of geroteerd. Een grip is een klein vierkantje dat verschijnt op bekende posities, zoals de teen en de hak. Wanneer een voet wordt geselecteerd, verschijnen drie grips. Als er nog meer voeten worden geselecteerd, worden deze toegevoegd aan de selectie set. Hou tijdens het selecteren de *Shift* toets ingedrukt om voeten uit de selectie set te verwijderen.

De geselecteerde voeten kunnen met een afstand van 1 worden verplaatst d.m.v. de cursortoetsen. Als hierbij de *Shift* toets wordt ingedrukt, wordt een afstand van 10 gebruikt. Met de toetsen *Alt-1* t/m *Alt-8* kunnen de geselecteerde voeten worden geroteerd. Dit werkt niet op alle computers.

# Het Dansblad

## Dansen met de computer (vervolg)

Met grips kunnen we ook op een andere manier verplaatsen of roteren. Selecteer eerst de voeten die verplaatst of geroteerd moeten worden. Selecteer nu een grip. Het midden van de grip wordt nu als basispunt gebruikt. Zo kunnen we bijvoorbeeld heel eenvoudig een heel turn invoeren. Er kan ook een ander basispunt worden gebruikt i.p.v. de 3 bekende punten op de voet. Kies hiervoor de optie *Base point*. Door op *Enter* te drukken wordt de volgende bewerking gekozen.

Met de volgende systeem variabelen kunnen de grips worden ingesteld.

GRIPS	Grips aan/uit (0=uit 1=aan)
GRIPCOLOR	Kleur van de niet geselecteerde grips
GRIPHOT	Kleur van de geselecteerde grips
GRIPSIZE	Grootte van een grip

### Tip:

Door bij het selecteren niet op een voet te klikken, kan d.m.v. een gewoon venster of een overlappend venster worden geselecteerd.

# Het Dansblad

## Leuke links

### Dance Dictionary

<http://users.erols.com/arthurmurraydc/diction.htm>

Dans woordenboek

### Salsa Dance Patterns

[http://www.pobox.com/~ffr/salsa\\_patterns.htm](http://www.pobox.com/~ffr/salsa_patterns.htm)

Salsa danspasjes

### Dance Vision

<http://www.dancevision.com/>

Hier kun je online een dansles bekijken

### PrimaDonna UK

<http://www.primadonna.clara.net/>

Danskleding

### Ballroom & Latin Dance Sport Apparel, Design, Costumes

<http://www.chrisanne.co.uk/>

Danskleding (veel foto's)

### Dance Information

[http://www.geocities.com/Vienna/Strasse/3264/dance\\_info.htm](http://www.geocities.com/Vienna/Strasse/3264/dance_info.htm)

Veel informatie over stijldansen