

juni 2002
Nummer 35

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> of

<http://move.to/stijldansen>

e-mail: fghb@xs4all.nl

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

Het Dansblad heeft ook een eigen domein.

url: <http://www.dansblad.nl>

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 uitgever.

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
Nieuws.....	2
Maak je eigen dans cd	3
Sacred Dance/Meditatieve Dans	4
De film 'Dying to dance'	5
OP, PO, PP ???	6
Maak meer van je dansje.....	7
CD collectie van de Jaren 80.....	8
Interview Sacred Dance/Meditatieve Dans	10
Wist u dat?.....	13
Rolstoeldansers in de prijzen.....	14
Berichten	15
Maak je eigen dans cd	19
Gedicht van Lisa.....	20
Het Songfestival	21
Leuke links	22

Het Dansblad

Nieuws

Door: Miranda

Uitreiking John Kraaijkamp Musical Awards 2002

Chantal Janzen heeft voor haar rol in Saturday Night Fever de Kraaijkamp Awards in de categorie aanstormend talent gekregen.

Dans 2002

In diverse theaters zijn leuke dansvoorstellingen te bewonderen. Informeer er eens naar bij u in de buurt!

Copacabana

Copacabana is een nieuwe musical met in de hoofdrol Danny de Munk, Sophia Wezer, John Leddy en Sonja Silva. Het verhaal is gebaseerd op de hit 'Copacabana' van Manilow. De tekst van dit nummer gaat over Lola, een showgirl. Het verhaal speelt zich rond deze persoon af in Amerika in 1947. Het belooft een voorstelling te worden die mensen blij en zingend de zaal doet verlaten. De musical is een beetje in de stijl van 42nd Street.

Dirty Dancing 2

Enige tijd geleden waren er geruchten dat er een vervolg op Dirty Dancing zou worden gemaakt. Dit gerucht werd echter later weer vernietigd. Nu worden de geruchten echter wel weer steeds sterker dat er een Dirty Dancing 2 zal komen, waarin Ricky Martin en Nathalie Portman de hoofdrol zullen spelen. Ricky zal dan waarschijnlijk een manager van een salsa-nachtclub in Miami gaan spelen, de nachtclub waar Natalie tijdens haar vakantie een bezoekje aan brengt. Nathalie wordt op slag verliefd op Ricky. Dit idee is afkomstig van de Harvety Weinstein, de baas van filmmaatschappij Miramax.

Dirty Dancing, gemaakt in 1987, werd een kaskraker. De film werd destijds gemaakt voor 6 miljoen dollar en heeft inmiddels bijna het twintigvoudige opgebracht.

Bron: De Spits, 7 mei 2002

Regisseur

De regisseur van de film 'Strictly Ballroom', heeft ook de film 'Moulin Rouge' geregisseerd.

Het Dansblad

Maak je eigen dans cd

Door: Fred Bolder



Als je een cd brander hebt dan kun je nu een leuke dans cd maken. Onder elk nummer staat een link waar je het mp3 bestand kunt downloaden. Zoals je ziet zijn al deze mp3's afkomstig van <http://www.mp3.com> dus het is nog legaal ook. De meeste nummers zijn natuurlijk niet bekend, maar ze zijn erg leuk.

- 1 Bad Luck Lakota Dancer..... Quickstep 46
http://artists.mp3s.com/artists/183/lakota_dancer.html
- 2 Si Tu No Estas The Latin Sounds Merengue 71
http://artists.mp3s.com/artists/235/the_latin_sounds_.html
- 3 Ritmo Caliente Don Adolfo Cha Cha Cha 30
http://artists.mp3s.com/artists/131/don_adolfo_y_su_orquesta_o.html
- 4 Baila Boogie Boogaloo..... LA Carpool Cha Cha Cha 31
http://artists.mp3s.com/artists/34/la_carpool.html
- 5 Sin Cortinas Chichi Peralta Rumba..... 25
http://artists.mp3s.com/artists/180/chichi_peralta.html
- 6 Tennessee Moon Erin Hay Slow waltz 32
http://artists.mp3s.com/artists/49/erin_hay.html
- 7 Martini Dance Signorello..... Slowfox..... 30
<http://artists.mp3s.com/artists/150/signorello.html>
- 8 Wishing Well..... Jane Marie..... Quickstep 50
http://artists.mp3s.com/artists/248/jane_marie.html
- 9 Pagode Da Zona Sul Gadelha Samba 54
http://artists.mp3s.com/artists/157/gadelha_da_portela.html
- 10 ... Con Pocas Palabras..... Mambo City All-Stars..... Bolero 23
http://artists.mp3s.com/artists/387/mambo_city_all-stars.html
- 11 ... Flores Negras..... Brazza Rumba..... 25
<http://artists.mp3s.com/artists/379/brazza.html>
- 12 ... Jurame Mambo City All-Stars..... Salsa..... 48
http://artists.mp3s.com/artists/387/mambo_city_all-stars.html
- 13 ... There Goes My Everything Erin Hay Slow waltz 29
http://artists.mp3s.com/artists/49/erin_hay.html
- 14 ... I Can't Give You Anything But Love . Lil Darling Slowfox..... 31
http://artists.mp3s.com/artists/76/lil_darling.html
- 15 ... That Thing You Do..... Rick Monroe Band..... Jive..... 35
http://artists.mp3s.com/artists/44/rick_monroe_band.html

Het Dansblad

Sacred Dance/Meditatieve Dans, dans en gestalte van je existentie

Door: Miranda

“Sacred Dance/Meditatieve Dans, zoals begrepen mag worden van Bernard Wosien (1988), is een helende beleving waar ieder mens toe in staat is zolang hij al zijn natuurlijke gaven daarvoor wil inzetten en gebruiken.

Een van de mooiste gaven der mensheid is het vermogen de lichaamstaal tot uiting te brengen. Wat binnen is kan zichtbaar worden voor degenen die daar oog en oor voor hebben.

Dans is een ontmoeting met de wereld om je heen, de Almacht en de Onmacht.

Sacred Dance/Meditatieve Dans beoogt bij de kern van jezelf te komen. De bewustwording dat je anders met je leven kan omgaan. Zoals biddende, mediterende mensen van welk geloof of levensovertuiging dan ook in contact komen met het verborgene in zichzelf.

Zo kom je binnen de dans ook tot de kern van jezelf, met je spiritualiteit, het goddelijke in jezelf.

De dans laat zien wie je dacht te zijn en wie je werkelijk bent. Dans is een ontmoeting met jezelf en je schaduw die altijd bij je is.

Het lichaam dient als instrument voor jouw expressie. Dansen is een andere vorm van taal, een taal waarin jouw lichaam het verhaal verteld dat jij bent.

Bernard Wosien (1988) zegt dat de taal der beweging uit stilte naar voren komt. Zodra het zichtbaar wordt, verbreekt het de stilte van het zwijgen. De taal van de dans kan je plaatsen in zichtbare gebeurtenissen, geplaatst in tijd en ruimte. Het is een bewegende vorm voor het onzichtbare weten, voelen van de ziel.

Bij Sacred Dance/Meditatieve Dans moet het mogelijk zijn de balans van je existentie in zijn volheid terug te kunnen vinden.

Dansen is een creatieve manier om vorm en taal te geven aan je innerlijke belevingswereld.

De universele taal van je ziel. De dans is een uitingsvorm die je de weg kan wijzen naar inwijding, naar een ander bewustzijn van jezelf. Het is geloven in je omgeving, de mensen om je heen en vooralles in de schoonheid van jezelf.

De dans is impulsief. Het schept de mogelijkheid jouw weg te volgen in het hier en nu.

De inhoud en vorm van de dans bepaal je zelf in contact met de ander.

Niets is vastgelegd, alles is een experiment tot verandering waar ieder individu deel aan heeft.

Ieder kan op eigen wijze de dans beleven en zich uiten in wisselwerking met de ander.

In de dans breng je tot uiting waar woorden, de taal niet meer toereikend is.

Sacred Dance/Meditatieve Dans is een dansvorm waar fouten niet belangrijk zijn en danservaring niet vereist wordt.

Sacred Dance/Meditatieve Dans is geen therapie, maar kan helend werken.

De werkelijke kracht kan slechts worden getoetst door toe te treden tot de cirkel.

Wilt u meer informatie stuur dan uw e-mail naar: sacreddance@thijs-andres.com of klik [hier](#) voor meer informatie over Sacred Dance/Meditatieve Dans.”

Geciteerd van de website: <http://www.xs4all.nl/~gestaltm/sacreddance.html>

Het Dansblad

De film 'Dying to dance'

Door: Miranda

“In dit film drama gaat Alyssa Lennox na de middelbare school een opleiding volgen voor ballerina. Ze realiseert zich dat ze zich aan een heel streng dieet moet houden, als zij een professionele ballerina wil worden. Dit gaat in het begin goed, maar al snel verslechtert haar gezondheid.” (Veronicagids)

De film begint met een rock 'n roll wedstrijd op de prom-night van Alyssa. Alyssa leeft voor dansen en wordt daarom stagiaire bij het Metropolitan ballet. De lerares is een strenge dame, zoals je altijd alle balletleraresen ziet in films. Alyssa loopt qua techniek achter bij de rest van de dames, maar boekt wel vooruitgang. Dit wordt tijdens haar evaluatie aan haar gezegd evenals het feit dat ze minimaal 2 kilo af zou moeten vallen.

Op een dag overlijdt Alyssa haar beste vriendin Jillian tijdens een balletoefening. De artsen zeggen dat het komt, omdat ze een aangeboren hartafwijking heeft.

Alyssa houdt zich veel met haar lijn bezig en valt veel af. Ze valt zelfs zoveel af dat ze op een bepaald moment nog maar 40 kilo weegt. Het valt de lerares op dat Alyssa zo mager wordt en ze bespreekt met de directeur dat ze zich zorgen maakt. Deze heren willen hier echter niets van weten en vinden dat er niet teveel aandacht aan besteed moet worden.

Tijdens de zomervakantie krijgt ze een auto-ongeluk omdat ze in slaap valt achter het stuur. In het ziekenhuis houden ze haar echter vast, omdat ze vermoeden dat ze anorexia heeft. Ze verblijft de hele zomer in het ziekenhuis en komt twee kilo aan. Ze wordt ontslagen uit het ziekenhuis. Als ze na de zomer bij Metropolitan auditie doet voor de hoofdrol krijgt ze deze niet, omdat de docent zegt dat Alyssa niet genoeg heeft geoefend in de vakantie. Alyssa vertelt echter aan niemand wat ze in de vakantie gedaan heeft. Ze moet nu ook therapie volgen van de artsen, maar ze verzint steeds een smoes om daar onderuit te komen. Dan vertelt Alyssa haar moeder in de balletschool dat Alyssa leidt aan anorexia en Alyssa speelt vanaf dat moment niet meer mee in het stuk dat opgevoerd zou worden.

Dan breekt de dag aan waarop het stuk gespeeld wordt waarin Jillian de hoofdrol zou spelen. Dit stuk wordt opgedragen aan Jillian en de moeder van Jillian mag een goed doel verzinnen waar de opbrengt naar toe zal gaan. Ze erkent dat Jillian leed aan anorexia en ook Alyssa doet haar zegje. Daarom besluit Jillian haar moeder om het geld te besteden aan een speciaal centrum binnen de balletschool Metropolitan waarbij aandacht wordt geschonken aan eetproblemen.

Mijn mening

Alle films waarin iemand het probeert te maken tot topsporter hebben dezelfde verhaallijn. Zo ook deze film.

In deze film komt wel dansen voor, namelijk ballet, en in het begin ook een heel klein stukje rock 'n roll. Laat je echter niet verleiden door de titel, want deze film draait niet om dansen maar om de ziekte anorexia.

Het Dansblad

OP, PO, PP ???

Door: Fred Bolder

Als je een boek over stijldansen leest dan kom je al snel de meest vreemde afkortingen en danstermen tegen. Ook je dansleraar zegt waarschijnlijk wel eens van die rare dingen. Wat betekenen die afkortingen en danstermen nu eigenlijk? Hieronder staat een overzicht van de meest gebruikte afkortingen.

LF

Left Foot

Linkervoet

Zie ook: RF

LOD

Line Of Dance

De dansrichting is tegen de wijzers van de klok in en is van toepassing op de dansen Engelse wals, Quickstep, Tango, Slowfox, Weense wals, Samba en Paso Doble.

OP

Outside Partner

Je stapt voorwaarts naast je partner.

Zie ook: PO

PO

Partner Outside

Je partner stapt achterwaarts naast je.

Zie ook: OP

PP

Promenade Position

Promenadepositie

RF

Right Foot

Rechtervoet

Zie ook: LF

Het Dansblad

Maak wat meer van je dansje

Door: Fred Bolder

Als je op een dansavond naar de dansende paren kijkt dan ziet het er meestal toch heel anders uit dan bij een wedstrijd terwijl toch vaak dezelfde figuren worden gedanst. Dit komt omdat wedstrijddansers er alles aan doen om hun dans er zo goed mogelijk uit te laten zien. Het moet immers leuk zijn om naar de kijken. Ook als je geen wedstrijden danst kun je een dans er een stuk beter uit laten zien door op enkele punten te letten. In dansblad 33 heeft Miranda in het stukje over de Flamenco geschreven dat niet alleen Flamenco dansers, maar ook Latin dansers hun hele lijf gebruiken bij het dansen. Dit moeten we dan natuurlijk wel waar zien te maken. Het gaat niet alleen om je voeten. Je armen en handen spelen ook een belangrijke rol bij de Latijns-Amerikaanse dansen. Als je bijvoorbeeld in een fan positie staat dan hoort de man zijn rechterarm uit te steken. De dame hoort hierbij haar linkerarm uit te steken. Fan betekent namelijk waaier en dat moet je ook uit proberen te beelden. Kijk wel of je hier ruimte voor hebt. Op een drukke dansvloer zie je ook wel dat de armen schuin naar boven worden uitgestoken. Ook voor de uitgestoken handen zijn bepaalde regels. De vingers staan iets uit elkaar en de middelvinger wordt een beetje omlaag gehouden.



Cha Cha Cha, Jive, Samba en Paso Doble



Rumba

Bij de Rumba zit de duim onder de middelvinger. Het moet er uit zien alsof je tussen je duim en je middelvinger een luciferdoosje vast hebt (langste zijde). Ook bij de Ballroom dansen zijn je armen en handen belangrijk. Zorg ervoor dat je een mooie danshouding hebt. De linkerhand van de man zit op dezelfde hoogte als het oor van de kleinste persoon (meestal de dame). Kijk nooit naar je voeten want dit is geen gezicht. Zelfs bij gevorderde paren zie je dit nog regelmatig. Je komt dan ook onzeker over. Ook is het erg belangrijk om rechtop te staan, maar dit is moeilijker dan je denkt. Als ik zelf denk dat ik rechtop sta dan sta ik iets voor over gebogen. Meestal zijn er in de dansschool spiegels zodat je kunt controleren of je echt recht staat. Bij de lessen leer je welke passen je hoog moet dansen en welke passen je laag moet dansen. Als je hier op let dan ziet je dans er gelijk ook al een stuk beter uit. Natuurlijk is het vaak al moeilijk genoeg om een nieuw figuur te leren, maar als je het door hebt moet je ook eens op de hoge en lage passen gaan letten. Bij de Engelse wals is bijvoorbeeld de pas op tel 1 bijna altijd laag. De passen op de overige tellen danst je meestal op je tenen. Natuurlijk zijn er bij het wedstrijddansen nog veel meer punten waar je op moet letten, maar met het bovenstaande ben je in ieder geval op de goede weg.

Het Dansblad

CD collectie van de Jaren '80

Door: Fred Bolder



Helaas is de muziek van de jaren 80 niet zo dansbaar als bijvoorbeeld de jaren 70, maar er zitten wel wat leuke nummers tussen. Het zijn 2 dozen. In elke doos zitten 5 CD's. Op elke CD staan ongeveer 20 nummers. Per doos betaal je 27,20 euro. Voor 5 CD's is dit natuurlijk niet duur. Van elke CD heb ik de leukste dansmuziek op een rijtje gezet.

EMI Plus <http://www.emiplus.com>

1000 Original Hits

1980-1984 Catalogue Number: 724357630726

1985-1989 Catalogue Number: 724357631525

1980

2	Call me	Blondie	Jive	36
5	People do rock steady	The Body Snatchers	Cha Cha Cha	32
9	Morning train (nine to five)	Sheena Easton	Slowfox	30 ☺
18	Stop the cavalry	Jona Lewie	Quickstep	48

1981

6	The Beach Boys Medley	The Beach Boys	Jive	38
9	Queen of hearts	Juice Newton	Quickstep	42
16	This little girl	Gary U.S. Bonds	Jive	37

1982

1	Do you really want to hurt me?	Culture Club	Quickstep	50
2	More than this	Roxy Music	Cha Cha Cha	32
5	Golden brown	The Stranglers	Weense wals	62
6	It ain't what you do it's the way...	Fun Boy Three & Bananarama	Quickstep	45
10	Iko iko	The Belle Stars	Samba	52
14	Windpower	Thomas Dolby	Jive	32
15	Lifeline	Spandau Ballet	Cha Cha Cha	30

Het Dansblad

1983

2	Give it up	KC & The Sunshine Band	Cha Cha Cha	31 ☺
3	Karma chameleon	Culture Club	Quickstep	46
6	Only you	The Flying Pickets	Rumba	25
9	Moonlight shadow	Mike Oldfield	Cha Cha Cha	32
11	Love blonde	Kim Wilde	Jive	32
14	Is there something I should know	Duran Duran	Cha Cha Cha	31

1984

10	Wishful thinking	China Crisis	Cha Cha Cha	31 ☺
11	The reflex	Duran Duran	Cha Cha Cha	31
15	Missing you	John Waite	Rumba	26

1985

12	Walking on sunshine	Katrina & The Waves	Quickstep	54
13	Could it be I'm falling in love	David Grant & Jaki Graham	Rumba	27
14	Thinking of you	Freddie Jackson	Cha Cha Cha	33

1986

4	Set me free	Jaki Graham	Samba	52
10	Sun street	Katrina & The Waves	Slowfox	30
12	Human	Human League	Rumba	25
13	Stuck with you	Huey Lewis & The News	Jive	30
14	You to me are everything	Real Thing	Samba	51

1987

1	Shattered dreams	Johnny Hates Jazz	Cha Cha Cha	30
12	Roadblock	Stock, Aitken & Waterman	Quickstep	50
14	Respectable	Mel & Kim	Cha Cha Cha	31

1988

4	The harder I try	Brother Beyond	Cha Cha Cha	33
5	Happy ever after	Julia Fordham	Rumba	25 ☺
10	Tomorrow people	Ziggy Marley	Quickstep	47
11	I'm gonna be 500 Miles	The Proclaimers	Tango	33 ☺
12	Don't worry be happy	Bobby McFerrin	Jive	34

1989

1	Too many broken hearts	Jason Donovan	Cha Cha Cha	31
3	In private	Dusty Springfield	Cha Cha Cha	33 ☺
7	Something's gotten hold of my heart	Marc Almond & Gene Pitney	Rumba	25

Het Dansblad

Interview Sacred Dance/Meditatieve Dans

Door: Miranda

In de bibliotheek in Groningen zag ik informatie liggen over Sacred Dance/Meditatieve Dans. Het leek mij heel interessant om over dit soort dansen eens meer te weten, daarom heb ik de website bezocht die bij deze informatie vermeld was (<http://www.xs4all.nl/~gestaltm/sacreddance.html>). Ik heb de maker van de website een mailtje gestuurd met het verzoek of ze mee wilden werken aan een interview voor het dansblad. Hierop werd positief gereageerd en de gegevens hieronder zijn het resultaat van een interview met Maria Andres.

Algemeen

Als u Sacred Dance/Meditatieve Dans in enkele woorden weer zou moeten geven, welke woorden zou u dan gebruiken?

Sacred dance is een creatieve manier om vorm en taal te geven aan je innerlijke belevingswereld. De universele taal van je ziel. De dans is een uitingsvorm die je de weg kan wijzen naar inwijding.

Zijn er diverse stijlen Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Er zijn verschillende stijlen van lesgeven in Sacred Dance. Dat is afhankelijk van welk temperament de docent heeft en wat zijn/haar voorkeuren zijn. Sommigen zijn meer gericht op folklore. Ik zelf leg meer de nadruk op het meditatieve en hoe je contact maakt met je zelf en de ander.

Wat is de diepere betekenis achter de Sacred Dance/Meditatieve Dans?

De betekenis van Sacred Dance is dat je probeert tot de kern van je zelf te komen. Dat alles en iedereen met elkaar verbonden zijn zonder de realiteit van alledag uit het oog te verliezen.

Wat is het belangrijkste bij Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Het belangrijkste vind ik dat je plezier en voldoening ervaart bij wat je aan het doen bent en niet zozeer de prestatie.

Dansles

Beoefent u deze dansvorm in een groep? En hoe groot zijn deze groepen?

Deze dansvorm beoefen je in een groep. Kan klein zijn maar ook met een hele grote groep.

Hoe vaak per week beoefent u deze dans?

Ik zelf oefen iedere dag.

Heeft u een opleiding gevolgd om les te mogen geven?

Mijn dansopleiding heb ik genoten bij het Instituut Sacred Dance/Meditatieves Tanzen bij Friedel Kloke-Eibl in Duitsland. Mijn opleiding heb ik afgesloten met een scriptie: "Dans, een gestalte van je bestaan".

Hoe vaak per week geeft u les?

Ik geef les in blokken van 6 à 10 keer. Dus 6 à 10 weken achtereen in 2 uren per week.

Het Dansblad

Hoe duur zijn de lessen Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Mijn prijs is € 12,50 met een normale prijsstijging van 4 % per jaar vanwege de inflatie.

Hoe lang duurt een cursus?

Een cursus duurt 6 à 10 weken van 2 uur per keer met 15 minuten pauze.

Na hoeveel tijd beheerst iemand de Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Sacred dance beheers je niet. Als het goed is ben je Sacred Dance en ervaar je plezier er in. Het is wat anders als je daar docent in wil worden. Dan vraagt het een andere capaciteit van je. Door veel te herhalen is het als een tweede natuur.

Persoonlijke ervaring

Hoe kwam u in contact met de Sacred Dance/Meditatieve Dans?

In de jaren tachtig leerde ik mijn maestro kennen. Zij nodigde mij uit om de dansopleiding bij haar te volgen omdat ze mij een goede en natuurlijke danser vond en merkte dat ik met heel veel plezier en overgave danste.

Waarom wilde u deze dansvorm leren?

Ik wilde het leren vanwege het spirituele karakter er van en dat het me de vrijheid gaf mijn eigen interpretatie er in te leggen (mijn eigen gevoelswaarde).

Wat is het leukste aan Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Het leukste er aan vind ik dat je in contact met andere danser zo ontzettend veel vreugde en plezier aan mezelf en de ander kan beleven.

Is het een moeilijke dansvorm?

Neen, iedereen kan het leren. De choreografieën zijn eenvoudig en worden langzaam uitgebreid naar meer ingewikkelde choreografieën. Is het te ingewikkeld dan kun je terug naar een aangepaste eenvoudigere vorm.

Moet je je geestelijk helemaal blootgeven?

Wat dat aangaat is er helemaal geen moeten bij. Als persoon bepaal je zelf wat je wel en niet wil laten zien. Niemand die jou dat kan voorschrijven.

Word je geestelijk of lichamelijk moe van Sacred Dance/Meditatieve Dans?

Van een dansdag of dansweek wordt je wel moe, maar wel op een voldane manier. Je kunt moe en voldaan worden van iets waar je met plezier voor wil inzetten. Tegen je zin in moeten dansen lijkt mij niet de juiste inzet.

Extra

Wordt er voldoende aandacht aan diverse soorten dansen, waaronder Sacred Dance/Meditatieve Dans, besteed in de media? (tv, krant)

Naar mijn smaak wat te weinig, mag gerust een heleboel meer worden.

Is er veel belangstelling voor Sacred Dance/Meditatieve Dans lessen?

Veel mensen zijn op zoek naar iets creatiefs/spiritueel. En daar kan Sacred Dance toe bijdragen.

Het Dansblad

Is Sacred Dance/Meditatieve Dans voor alle leeftijden of voor een bepaalde leeftijdsgroep?
Zolang je je zelf vitaal voelt en geboeid bent door de dans zijn er geen leeftijdsgrenzen.

Kan iedereen het leren?

Bijna iedereen die gevoel voor ritme en maat heeft en van mooie muziek houdt.

Draagt u speciale kleding tijdens het uitoefenen van deze dansvorm?

Ik zelf vind het belangrijk om me mooi te kleden omdat ik respect heb voor mijn eigen lichaam die ik zeker niet wil verwaarlozen. Ik beschouw mijn lijf als de tempel van mijn ziel waar ik goed en liefdevol voor wil zorgen. Doe ik dat naar mij zelf dan weet ik dat ik het zelfde respect en eerbied heb voor ieder ander levend wezen.

Beoefent u de Sacred Dance/Meditatieve Dans alleen tijdens de lessen of ook thuis?

Thuis en in mijn uppie blijf ik in beweging.

Kunnen we Sacred Dance/Meditatieve Dans vergelijken met yoga?

In zoverre vergelijkbaar met yoga dat je bezig bent met de spirituele beleving.

Wilt u verder nog iets toevoegen?

Ja, ik heb een eigen website: <http://sacred-dance.net>. Daarop staat meer informatie over wat ik in Groningen doe. Momenteel is die website wel in revisie maar wel de moeite waard om te bekijken.

Het Dansblad

Wist u dat?...

Door: Miranda

- Omgangsvormen bij dansen heel belangrijk zijn?
- Een Schrikkeldans een dans is waarbij de dame de heer ten dans vraagt?
- Bij een Sneeuwbal 1 paar begint te dansen en daarna zowel de dame als de heer een nieuwe partner kiest en daar een paar rondes mee dans, en er dan weer gewisseld wordt?
- Wedstrijddansers vaak van kapsel wisselen. Zowel dames als heren wisselen vaak van kleur (blond, zwart of rood) en dames wisselen ook vaak van model.
- Veel jongeren op dansles gaan omdat dat van hun ouders moet?
- Het wisselen van danspartner (ook wel doorschuifstelsel genoemd) een ideaal systeem is om met verschillende mensen te leren dansen?
- Het doorschuifstelsel tevens een goede manier is om meerdere mensen te leren kennen?
- Dames vaak met elkaar dansen, omdat er heren tekort zijn?
- De gekke gezichten die veel paren trekken vanzelf gaan als uiting van emotie?
- Je als wedstrijddanser een blikvanger moet zijn voor de jury en daar je looks en kleding heel belangrijk bij is?
- Dansschoenen er in vele verschillende soorten en merken zijn. Het verschil in de heer zit vaak in de stof (suede/leer of beide) en het verschil bij de dame meestal in het model zit?
- Het Spaanse duo Low Del Rio in één klap beroemd is geworden door de Macarena)? Deze Macarena-gekke sloeg in 1996 toe, de Macarena werd gedanst in discotheken, op huwelijksfeesten en waar men maar kon dansen.
- La Macarena de heilige maagd betekend?
- Een overhemd van het wedstrijdpak van de heer niet altijd wit hoeft te zijn?
Tegenwoordig zijn er hele leuke overhemden, waarbij de mouwen volgeschreven zijn met de diverse ballroomdansen erop geschreven.
- Wedstrijddansers van hoog niveau al veel van de wereld hebben gezien?
- Er al redelijk veel boeken over dansen zijn geschreven? (zie dansblad 33)
- Klassieke dans gebaseerd is op de basisprincipes van de Franse Koninklijke Academie voor dans, in 1661 opgericht door Lodewijk XIV.
- Er veel mensen zijn die vlak voor hun bruiloft dansles nemen, omdat ze de openingsdans zelf uit willen voeren.
- De 'vijf ritmes' dansen bestaat? (Bron: Flair nr 5, 23 jan 01). Dit is de manier om tot je vrouw-zijn/man-zijn te komen. Op de 'vijf ritmes' dansen betekent dat je beweegt op vijf verschillende muziekritmes: vloeiend, staccato, chaotisch, lyrisch en stil. Je beweegt min of meer vrij, naargelang het ritme dat zich aandient. Het is goed voor het contact met jezelf. Je komt dieper in contact met je emoties. Er is plaats voor elk gevoel: vreugde en verdriet, pijn en extase. Als er buiten wordt gedanst, versterk je ook je band met de natuur. Het is goed voor iedereen die zijn/haar relatie met zichzelf wil verdiepen en voor iedereen die van dansen houdt. Het is wel raadzaam om loszittende kleding te dragen.
- De Argentijnse Maxima Zorreguieta door haar relatie met Willem Alexander de Argentijnse tango in Nederland een stuk populairder heeft gemaakt dan hij was?

Het Dansblad

Rolstoeldansers in de prijzen

Wel finaleplaatsen, maar geen goud. Zes paren van rolstoeldansvereniging Aquo Quod Ago behaalden bij de jaarlijkse rolstoeldanswedstrijd 'Bodegraven swingt op wielen' de eindstrijd, maar grepen net naast de eerste plaats.

Bij de amateurs junioren duo dansen eindigden Femke Opsteegh uit Dordrecht en Ennie Jongbloed op de derde plek. Het danspaar was gebrand op de eerste plaats, omdat ze onlangs tweede op het Nederlands kampioenschap en zesde op het open wereld kampioenschap werden. "We gaan voor die eerste plaats", liet Ennie na het succes op het NK en WK drie weken geleden nog aan deze krant weten. Het mocht in Bodegraven niet zo zijn. De paren Simone Meijer en Peter van Goethem (debutanten senioren combi dansen) en Anneke van Helden en Riet Koorring (amateurs senioren standaard) behaalden eveneens een derde plaats. Het zilver was weggelegd voor Hans en Femke Jongbloed (debutanten junioren combi dansen), Klazina Kooiman en Anne van der Feest (amateurs junioren combi dansen latin) en nogmaals Simone Meijer en Peter van Goethem (amateurs senioren duo dansen). Dansers en trainers waren niettemin tevreden over de resultaten. "Dit is prachtig", zegt trainster Anne van der Feest trots. "De nieuwe wedstrijdtrainingen werpen direct vruchten af. Dat is een heerlijk gevoel."

Bron: De Dordtenaar – Dinsdag 30 April 2002

Het Dansblad

Berichten

Op deze pagina kun je gratis berichten en/of advertenties plaatsen. Stuur hiervoor een mailtje naar fghb@xs4all.nl.

Danspartner gezocht

Ik zoek iemand van ongeveer mijn leeftijd (54) die met mij verder wil met dansles. Ik zit nu 3 of 4 jaar op dansles, maar mijn danspartner wil niet meer doorgaan. Het liefst iemand ook op dit niveau. Ik ben een verzorgd en jeugdig uitziende vrouw en woon in de omgeving van Rotterdam. tel.010-5116617 of 06-23333557. vriendelijke groeten, Hanny Kummer

Ballroomjurk te koop

zwart/zilveren ballroomjurk maat 46/48 met zeer wijde rok voorzien van boa
p.n.o.t.k. voor foto mail naar a.gebben@chello.nl

Danspartner gezocht

Hoi! Ik ben een spontaan en gezellig meisje van 18 jaar en woon in Beuningen (ligt bij Nijmegen). Ik ben nu bezig met de goud cursus en zoek hiervoor nog een danspartner. Eventueel kan ik hoger instappen. Dat is geen enkel probleem en doe ik zelfs nog liever. Ik zoek iemand die veel tijd in het dansen wil steken en wil proberen om met wedstrijden hogerop te komen. Heb je interesse? Bel of mail me dan zo snel mogelijk.

Groetjes Elleke van de Ven

e-mail: elleke_van_de_ven@hotmail.com Tel: 06-18122400

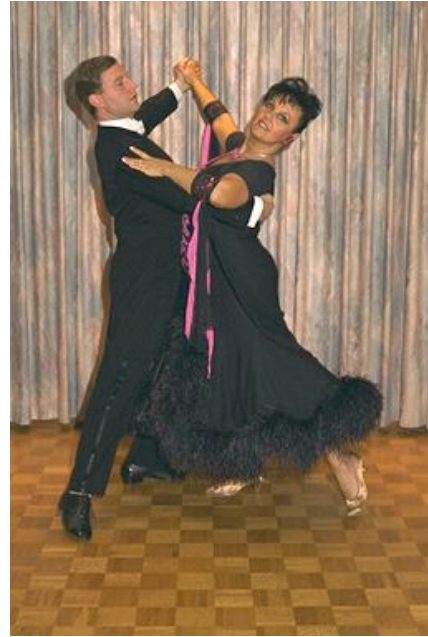
Het Dansblad

Ballroomjurk te koop

Zwarte jurk in stretchachtige stof, volledig versiert met zwarte en rose strassen, de zoomlijn en split is afgezet met boa. De jurk is licht en aangenaam om dragen en is slechtst 3 maal gedragen in België = zo goed als nieuw !!

Prijs overeen te komen; interesse ? Telefoon om een afspraak :

Simonne Liekens : 0485 25 77 86 ofwel een mailtje naar : joannes_1@hotmail.com



Let's Swing!

De enige echte Rock & Roll dansschool van het Noorden nodigt u graag uit voor het volgende:

Kom eens kijken op een van de lesavonden. Op de dinsdag en woensdagavond bent u vanaf 19.30 uur van harte welkom om geheel vrijblijvend te kijken.

Dus kom gezellig langs bij Let's Swing aan de Nieuwe St Janstraat (buurthuis) of bezoek onze website, waarop u ook alle laatste nieuwtjes kunt vinden: <http://www.letsswing.nl>



Op 25 mei zal de slotavond plaatsvinden, waar iedereen uiteraard van harte welkom is.

Tot ziens of tot swing bij Let's Swing.

Het Dansblad

Ballroomjurken te koop

Ballroomjurk I

Prachtige sjeike zwart/rood ballroomjurk.

Deze jurk is van zwarte rekbare stof. Aan de voorkant zit een brede (naar smaller lopende) lijn van rode stof. Deze stof zit ook bij de manchetten. De rode stof is helemaal dichtgeplakt(!) met rode multicolour strass-steentjes (ca. 5500 st.) Als je stilstaat, valt de jurk helemaal dicht (= zwart), als je draait komt het rood onder het zwart tevoorschijn. De jurk is gemaakt door Magique en is slechts enkele keren gedragen.

Prijs n.o.t.k.

Telefoon: 010-466 0239 of 06-1500 7699



Ballroomjurk II

Licht blauwe ballroomjurk.

Deze jurk is gemaakt van een licht vallende soepele stof. De rok bestaat uit drie onderrokken. De jurk heeft aan elke zijde 2 dunne spagettibandjes. Het lijfje is opgewerkt met kant en vele multi-colour strass-steentjes. Er zijn diverse accessoires bij deze jurk: polsbandjes met steentjes, polsbandjes met kant en steentjes, een halsbandje met steentjes, oorbellen, flappen voor aan de bovenarm, een sjaaltje voor om de nek en een flap achterlangs. De jurk is gemaakt door Magique en is op het NK ballroom NDO (mei 2002) voor het eerst gedragen.

Prijs n.o.t.k.

Telefoon: 010-466 0239 of 06-1500 7699



Het Dansblad

Ballroomjurk III

Oranje ballroomjurk.

Deze jurk is gemaakt van een soepel vallende rekbare stof. De jurk is opgewerkt d.m.v. mango-keurige uitsnijdingen in de stof. De uitsnijdingen zijn opgewerkt met vele oranje en multicolour strass-steentjes. Vanuit de hals lopen er zowel aan de voorkant als aan de achterkant drie bandjes naar beide zijden van het lijfje. Er zijn mango-keurige handschoenen bij te verkrijgen. De jurk doet het erg goed op de vloer! De jurk is gemaakt door Magique en is in Valkenburg (mei 2002) voor het eerst gedragen.

Prijs n.o.t.k.

Telefoon: 010-466 0239 of 06-1500 7699



Kijk op Fred Bolder's Ballroom Site voor meer foto's van deze drie ballroomjurken.

<http://www.xs4all.nl/~fghb/03.htm>

Het Dansblad

Maak je eigen dans cd

Door: Fred Bolder

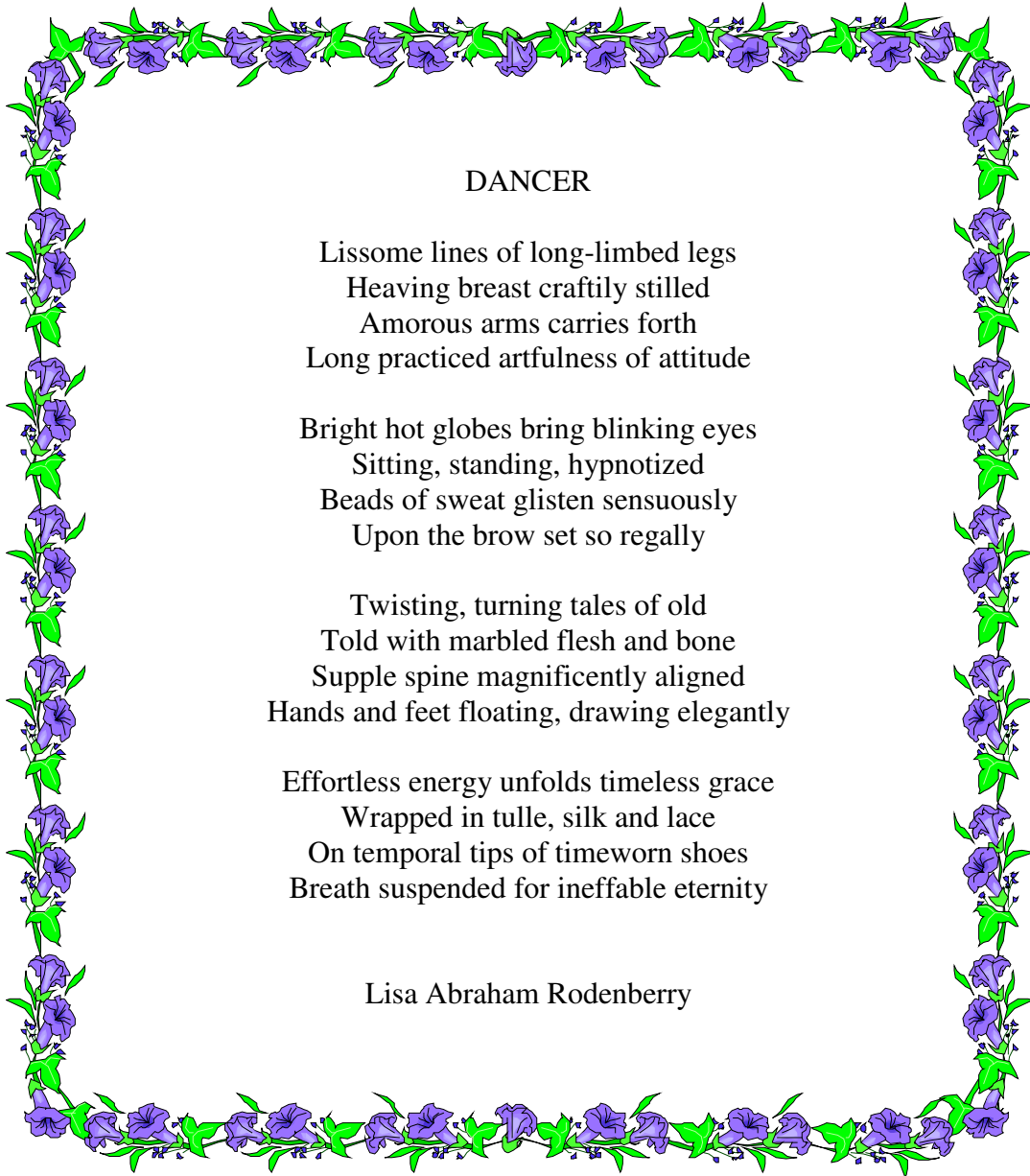


Als je een cd brander hebt dan kun je nu een leuke dans cd maken. Onder elk nummer staat een link waar je het mp3 bestand kunt downloaden. Zoals je ziet zijn al deze mp3's afkomstig van <http://www.vitaminic.nl> dus het is nog legaal ook. De meeste nummers zijn natuurlijk niet bekend, maar ze zijn erg leuk.

1 El Bodeguero..... Creacion.....	Cha Cha Cha.....	31
	http://stage.vitaminic.nl/creacion		
2 Donde Vas Muchacha..... Silvestrini.....	Cha Cha Cha.....	31
	http://stage.vitaminic.nl/silvestrini4		
3 Malanina..... Havana Mambo	Cha Cha Cha.....	32
	http://stage.vitaminic.nl/main/havana_mambo		
4 Son Al Son..... Don Juaniman.....	Cha Cha Cha.....	32
	http://stage.vitaminic.nl/don_juaniman		
5 Perfume De La Habana..... Perfume De La Habana.....	Rumba.....	24
	http://stage.vitaminic.nl/perfume_de_la_habana		
6 No Hallaras Quien Te Quiera Felipe Labrada	Rumba.....	25
	http://stage.vitaminic.nl/felipe_labrada		
7 Odia Me Si Quieres Felipe Labrada	Rumba.....	26
	http://stage.vitaminic.nl/felipe_labrada		
8 Che Comandante..... Septeto Monte Rey	Rumba.....	26
	http://stage.vitaminic.nl/septeto_monterrey		
9 Mucho Corazon Sexteto San Miguel.....	Rumba.....	26
	http://stage.vitaminic.nl/main/sexteto_san_miguel_las_maracas_de_mi_cuba2/all_tracks/		
10	... Mucho Corazon Omara Portuondo.....	Bolero	22
	http://stage.vitaminic.nl/the_stars_of_the_buena_vista		
11	... Una Chica Bonita..... Giorgio M.....	Samba	51
	http://stage.vitaminic.nl/giorgio2		
12	... Everything Barry Bacharach	Samba	54
	http://stage.vitaminic.nl/barry_bacharach		
13	... Como Un Viento..... Fabio Notaro.....	Salsa.....	45
	http://stage.vitaminic.nl/fabio_notaro		
14	... Poco Loco..... Fabio Notaro.....	Salsa.....	47
	http://stage.vitaminic.nl/fabio_notaro		
15	... Ojitos Bellos..... Vicente Rey	Merengue.....	66
	http://stage.vitaminic.nl/vicente_rey		

Het Dansblad

Gedicht van Lisa



DANCER

Lissome lines of long-limbed legs
Heaving breast craftily stilled
Amorous arms carries forth
Long practiced artfulness of attitude

Bright hot globes bring blinking eyes
Sitting, standing, hypnotized
Beads of sweat glisten sensuously
Upon the brow set so regally

Twisting, turning tales of old
Told with marbled flesh and bone
Supple spine magnificently aligned
Hands and feet floating, drawing elegantly

Effortless energy unfolds timeless grace
Wrapped in tulle, silk and lace
On temporal tips of timeworn shoes
Breath suspended for ineffable eternity

Lisa Abraham Rodenberry

Het Dansblad

Het Songfestival

Door: Fred Bolder

Zaterdag 25 mei kwam het 47^{ste} Songfestival op tv. Natuurlijk heb ik gekeken, want muziek en dans is alles voor mij. In de krant las ik "Het 47^{ste} Songfestival: zonder Nederland, maar met travestieten, een blinde en veel dansnummers". Dat veel dansnummers sprak me wel aan,



maar achteraf is gebleken dat ze daar dance nummers mee bedoelden. Ik vind dat de meeste nummers erg op elkaar lijken. Ze klinken modern, simpel en leeg. Op vier dreunen in de maat met een tempo van ongeveer 32 maten per minuut kun je natuurlijk een prima Cha Cha Cha dansen, maar de muziek lijkt totaal niet op een Cha Cha Cha. Op bijna alle nummers die ik gehoord heb kun je een Cha Cha Cha dansen. Verder kwamen ook de Rumba, Jive en Samba aan bod. De Samba kwam van Turkije. Van Turkije horen we tegenwoordig wel meer leuke Samba's. Denk maar eens aan Simarik en Sikidim van Tarkan. Als ik

puur op de muziek en zang let en dus niet op dansbaarheid dan vind ik het nummer 'Come back' van Jessica Garlick uit Engeland het mooist. Ze heeft een erg mooie stem en de muziek zit goed in elkaar. Toch is het Songfestival gewonnen door Marie N uit Letland. Zij zong het vrolijke nummer 'I wanna'. Dit nummer is eigenlijk te snel voor een Cha Cha Cha, waardoor het niet zo geschikt is voor stijldansen. Ze lieten echter zien dat je prima kunt dansen op dit nummer, en hoe!! Ze maakten er

echt een show van. Bij een Songfestival dansen ze meestal niet veel meer dan zij-tap-zij-tap, maar dit vond ik erg leuk om te zien. Het dansen zag er een beetje Salsa achtig uit. Tijdens het dansen was er zelfs nog een verkleedpartij. Heel knap gedaan allemaal! Zoals je ziet heb ik een paar foto's gemaakt van de dansjes. Op de bovenste foto zie je een figuur dat ook vaak bij de Rumba wordt gedanst.



Links

<http://www.songfestival.nl/>
<http://songfestival.pagina.nl>
<http://www.eurosong.net/>

Het Dansblad

Leuke links

Shoebox

<http://www.shoe-box.nl/>

Dansschoenen

Tanzmusik Online

<http://www.tanzmusik-online.de/>

Dansmuziek titels

N.V.A.D.

<http://www.nvad.nl/>

Nederlandse Vereniging voor Amateur Danssport

Salsa clips

<http://213.201.141.171/index.html>

Salsa Video Clips

Dansschool Eevenaar

<http://www.eevenaar.tk>

Dansschool in Amere-Haven

Dansschool Wuyster

<http://www.dansschoolwuyster.nl/>

Mooie grote foto's van de NK ballroom in Den Haag

Dimitrie en Samantha

<http://www.latinlovers.datzijnwij.nl/>

Wedstrijdpaar van dansschool Peter de Vries