

Februari 2018  
Nummer **186**

# Het Dansblad

Het blad voor stijldansers



# Het Dansblad

Het Dansblad is een gratis tijdschrift over stijldansen, maar ook vele andere dansvormen komen aan bod. Het Dansblad is niet in gedrukte vorm verkrijgbaar. Berichten en advertenties kunnen via e-mail worden doorgegeven.

## Website

<http://www.dansblad.nl>

## Redactie

Fred Bolder

[fgb.bolder@gmail.com](mailto:fgb.bolder@gmail.com)

## 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. Alle artikelen zijn geschreven door Fred Bolder tenzij anders aangegeven.

Het Dansblad aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor de juistheid van de in dit blad geboden informatie en eventuele schade veroorzaakt door deze informatie.

# Het Dansblad

## Inhoud

Tubuan, Valeta, Veleta, Wajang, Walzer, Wireng, Zambra, Agarrao, Anthema en Aparima.	4
Technieklessen – Samba (Samba Walks).....	6
Grease – de musical.....	7
Zeibekiko dansles.....	8
Dansmuziektitels .....	10
Leuke links .....	10

# Het Dansblad

## Tubuan, Valeta, Veleta, Wajang, Walzer, Wireng, Zambra, Agarrao, Anthema en Aparima

Mijn moeder heeft een superdik puzzelwoordenboek. Daarin staan ook namen van dansen. Veel van die dansen ken ik, maar er staan ook dansen in waarvan ik nog nooit heb gehoord. Ook ken ik dansen die er niet in staan. Het leek me leuk om over elke dans die in het puzzelwoordenboek staat wat te schrijven. In dansblad 162 ben ik daarmee begonnen.

### 6 letters (vervolg)

#### Tubuan

Duk-Duk is een geheime genootschap van het eiland Nieuw-Brittannië die rituele dansen doen. Ze gebruiken daarbij mannelijke maskers (Duk-Duk) en vrouwelijke maskers (Tubuan, Tumbuan of Tubuwan). Toch worden de dansen alleen door mannen uitgevoerd. Het lichaam is bedekt met bladeren. Alleen de benen zijn zichtbaar. Voor vrouwen en kinderen was het verboden om naar deze dansen te kijken.

<a href="http://en.wikipedia.org/wiki/Duk-Duk">http://en.wikipedia.org/wiki/Duk-Duk</a> <a href="http://www.britannica.com/art/tumbuan">http://www.britannica.com/art/tumbuan</a>
--

<a href="http://www.youtube.com/watch?v=DN0zmGMwHQc">http://www.youtube.com/watch?v=DN0zmGMwHQc</a>
---

#### Valeta, Veleta

De Veleta of Valeta is een oude Engelse volgordedans voor paren die wordt gedanst op muziek met een driekwartsmaat. In dansblad 134 staat de pasbeschrijving van de Veleta.

<a href="http://www.libraryofdance.org/dances/early-sequence/">http://www.libraryofdance.org/dances/early-sequence/</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=XUx2XUZIjY">http://www.youtube.com/watch?v=XUx2XUZIjY</a>
--

<a href="http://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/valeta">http://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/valeta</a>
---

#### Wajang

Het Javaanse woord wajang betekent schaduw of schim. Meestal wordt met wajang een schimmenspel bedoeld. Er kan ook een toneelstuk met acteurs-dansers (Wajang wong) mee worden bedoeld.

<a href="http://nl.wikipedia.org/wiki/Wajang">http://nl.wikipedia.org/wiki/Wajang</a>
---

#### Walzer

Zie wals.

# Het Dansblad

## Wireng

Wireng of Beksan is een algemene term voor een Javaanse krijgstdans die wordt uitgevoerd door een even aantal mannen. Kenmerkend bij deze dans is de symmetrie.

<a href="http://www.encyclo.nl/begrip/WIRENG">http://www.encyclo.nl/begrip/WIRENG</a> <a href="http://www.persee.fr/doc/arch_0044-8613_1976_num_11_1_1272">http://www.persee.fr/doc/arch_0044-8613_1976_num_11_1_1272</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=dxBbZUBO38I">http://www.youtube.com/watch?v=dxBbZUBO38I</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=41wL5fAXYQk">http://www.youtube.com/watch?v=41wL5fAXYQk</a>
--

## Zambra

De Zambra uit Andalusië (Spanje) is een soort Flamenco. Er wordt op blote voeten gedanst.

<a href="http://en.wikipedia.org/wiki/Zambra">http://en.wikipedia.org/wiki/Zambra</a>	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=-huPRRSg75o">http://www.youtube.com/watch?v=-huPRRSg75o</a>
---	---

## 7 letters

## Agarrao

De Agarrao is een langzame dans uit Galicië (Spanje).

<a href="http://www.encyclo.nl/begrip/AGARRAO">http://www.encyclo.nl/begrip/AGARRAO</a>	
---	--

## Anthema

De Anthema (Grieks: Ἀνθεμα) is een oude Griekse dans die werd gedanst om de komst van de lente en de bloeiende bloemen te vieren.

<a href="http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%86%CE%BD%CE%B8%CE%B5%CE%BC%CE%B1">http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%86%CE%BD%CE%B8%CE%B5%CE%BC%CE%B1</a>
---

## Aparima

De Aparima of Kaparima is een Tahitiaanse dans. Aparima betekent beweging van de hand. Met de handen wordt een verhaal uitgebeeld. Bij de Aparima himene ('aparima hīmene) wordt gezongen en bij de Aparima vava ('aparima vāvā) niet.

<a href="http://en.wikipedia.org/wiki/%27Aparima">http://en.wikipedia.org/wiki/%27Aparima</a> <a href="http://tahitidanceonline.com/aparima/">http://tahitidanceonline.com/aparima/</a>	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=exRA5fDqRww">http://www.youtube.com/watch?v=exRA5fDqRww</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=6dPDVpGnmQ8">http://www.youtube.com/watch?v=6dPDVpGnmQ8</a>
--	--

# Het Dansblad

## Technieklessen – Samba (Samba Walks)

Bij de technieklessen hebben we de Samba Walks geleerd. Hier in Athene leren we de American style, maar volgens mij is er geen verschil met de International style bij deze passen zoals we het nu geleerd hebben.

Tel	Omschrijving
1	Stap met je linkervoet naar voren, waarbij je uitkomt met een gebogen linker knie en een gestrekt rechterbeen. Hierbij komt eerst de bal van de linkervoet aan de vloer en daarna de hele voet. Van de rechtervoet is alleen de bal aan de vloer. Buig direct daarna je rechter knie terwijl je deze naar voren tegen je linkerbeen brengt.
a	Strek beide benen en stap met je rechtervoet op de bal naar achteren. Je komt dan iets verder naar achteren uit dan waar je bent begonnen en van beide voeten is alleen de bal aan de vloer.
2	Laat je linkervoet iets naar achteren bewegen en breng dan de hele linkervoet aan de vloer, waarbij je uitkomt met een gebogen linker knie en een gestrekt rechterbeen.
1	Stap met je rechtervoet naar voren, waarbij je uitkomt met een gebogen rechter knie en een gestrekt linkerbeen. Hierbij komt eerst de bal van de rechtervoet aan de vloer en daarna de hele voet. Van de linkervoet is alleen de bal aan de vloer. Buig direct daarna je linker knie terwijl je deze naar voren tegen je rechterbeen brengt.
a	Strek beide benen en stap met je linkervoet op de bal naar achteren. Je komt dan iets verder naar achteren uit dan waar je bent begonnen en van beide voeten is alleen de bal aan de vloer.
2	Laat je rechtervoet iets naar achteren bewegen en breng dan de hele rechtervoet aan de vloer, waarbij je uitkomt met een gebogen rechter knie en een gestrekt linkerbeen.

### Links

[http://www.youtube.com/watch?v=ptp\\_1EDqHOc](http://www.youtube.com/watch?v=ptp_1EDqHOc)

<http://www.youtube.com/watch?v=z7kNgQe9A-8>

<http://www.youtube.com/watch?v=8VoXzs102vY>

# Het Dansblad

## Grease – de musical

Vrijdag 19 januari zijn Ioanna en ik naar de musical Grease in het Passport Music Theatre in Athene geweest. Ik had tegen een collega in het Engels verteld dat we daar naartoe zouden gaan en later hadden we het over het leven hier in Griekenland. Aan het eind van ons gesprek zei ze “Enjoy Greece!”. Dat dacht ik tenminste, maar later realiseerde ik me dat ze natuurlijk “Enjoy Grease!” zei. Tja, daar hoor ik geen verschil tussen.

We hadden kaartjes gekocht voor 30 euro per persoon. De musical begon om 21:00 uur en duurde ongeveer 3 uur. Eerlijk gezegd was het theater niet zo super. Er waren kleine harde stoelen die veel te dicht bij elkaar stonden. Je kon je nauwelijks bewegen. Ook stonden alle stoelen op dezelfde hoogte waardoor het zicht op het podium niet zo goed was. Gelukkig ben ik best lang en zijn de meeste Grieken wat korter. Doordat de musical in het Grieks was, kon ik niet echt alles volgen,

maar ik begrijp al aardig wat van de taal. Voor mij ging het vooral om de dans en de muziek en dat was zeer goed. Vooral omdat ik zelf dans en muziek maak, besef ik wat er allemaal voor komt kijken. Er was live muziek. Ik vond het leuk om die bekende liedjes in het Grieks te horen. Zo werd “You’re the one that I want” in het Grieks “Μόνο εσένα ζητώ”. Vooral tijdens de tweede helft vond ik het dansen goed. Op een gegeven moment kwam ook de Greased Lightning auto op het podium. Het was maar een halve auto, maar dat wisten ze aardig verborgen te houden. In de pauze heb ik als souvenir nog voor 10 euro het programmaboekje gekocht waarin mooie foto’s staan. Het was weer een leuk avondje uit!!



<http://www.pass-port.com.gr/>

<http://www.youtube.com/watch?v=novFBSk7Df8>

<http://www.youtube.com/watch?v=oUR7TJnHXUw>

<http://www.youtube.com/watch?v=nhKNpv8vYvU>

<http://www.youtube.com/watch?v=QEVqGFe0cYE>

# Het Dansblad

## Zeibekiko dansles

Zoals jullie misschien inmiddels wel weten is de Zeibekiko mijn favoriete Griekse dans. De Zeibekiko is een solodans waarbij volop wordt geïmproviseerd. Hierbij worden sterke emoties uitgebeeld. De Zeibekiko wordt gedanst op muziek in 9/4. Er zitten dus 9 tellen in de maat. Hierop zijn er echter wel vele uitzonderingen, bijvoorbeeld 8 tellen per maat voor de refreinen en 9 tellen per maat voor de versen. Je begrijpt wel dat je daar tijdens het dansen erg in moet hebben. Door het bestuderen van enorm veel filmpjes op YouTube en het beluisteren van veel Zeibekiko muziek heb ik deze dans geleerd. Vanuit alle verschillende stijlen die ik heb gezien, heb ik mijn eigen stijl ontwikkeld die bij me past. Ik dans nu voornamelijk mijn zelfverzonnen pasjes. Steeds vaker verzin ik ook de pasjes tijdens het dansen en dat is nu precies de bedoeling. Ik wilde mijn stijl verbeteren, maar het had weinig zin om een Zeibekiko cursus te volgen, aangezien ik al veel zelf had geleerd. Op de dansschool waar ik samen met mijn vrouw Ioanna stijdanslessen volg, worden ook Zeibekiko danslessen gegeven. Voor mij was het mogelijk om een privé Zeibekiko les te krijgen. Vrijdag 2 februari heb ik die gehad. Het leek ons handig dat ik eerst gedurende een heel nummer de Zeibekiko danste. Ik voelde me die dag niet zo goed, omdat ik erg verkouden was, maar het is onvoorstelbaar wat mooie muziek met je kan doen. Het dansen ging gelukkig goed. Het viel mijn lerares wel op dat het leek alsof ze twee verschillende dansers zag. De onderste helft leek op een ervaren danser. Met de voeten ging alles prima en netjes in de maat. Aan de bovenste helft kon ze zien dat ik niet goed wist wat ik met mijn armen en handen moest doen. Mijn armen bewogen te weinig. Ik weet dat van mezelf en daarom had ik al allerlei bewegingen geleerd om tijdens het dansen bijvoorbeeld op de vloer of tegen een voet te slaan. Dat is ook gebruikelijk bij het dansen van de Zeibekiko. Toch bewogen mijn armen nog te weinig en dat moest er dus verbeterd worden. Het is belangrijk om te weten dat de armen over het algemeen in de richting bewegen die tegengesteld is aan de richting waarin je voet beweegt. Als je dus met je rechervoet opzij stapt, dan bewegen je armen naar links. Voor mijn zelfverzonnen figuren gaf ze ook tips om het er beter uit te laten zien. Als je met je hand ergens op slaat, dan moet je hand daar niet op blijven, maar zo snel mogelijk verder bewegen. Als je een ring draagt en op de vloer slaat, dan kun je het beste met alleen de handpalm de vloer raken. Ik was gewend om met mijn rechterhand tegen mijn rechterknie te slaan, maar het ziet er beter uit als ik met mijn linkerhand tegen mijn rechterknie sla. Bij het dansen van de Zeibekiko kijk je naar de grond, maar niet de hele tijd en niet met een te ver voorover gebogen hoofd. Je moet wel zelfverzekerd overkomen.

Gedurende de les was er volop gelegenheid om vragen te stellen. Natuurlijk zal het even duren voor het me lukt om alle theorie in de praktijk te brengen, maar ik weet nu waar ik aan moet werken. Aan het eind van de les heeft ze me ook nog het volgende figuurtje geleerd, waarin volop armbewegingen zitten.

Tel	Omschrijving
1	Stamp met je linkervoet op de plaats.
&	Steek je rechervoet uit naar rechts en beweeg je armen naar links waarbij je schouders een beetje linksom draaien. Je blijft hierbij in dezelfde richting kijken.
2	-
&	Maak een sprongetje op de plaats waarbij je op je rechervoet landt, steek je linkervoet uit en beweeg je armen naar rechts waarbij je schouders een beetje rechtsom draaien. Je blijft hierbij in dezelfde richting kijken.
3	Maak een sprongetje op de plaats waarbij je op je linkervoet landt, steek je rechervoet uit en beweeg je armen naar links waarbij je schouders een beetje linksom draaien. Je



# Het Dansblad

	blijft hierbij in dezelfde richting kijken.
4	Buig door je linkerknie en sla met je rechterhand op de grond.
5	Ga rechtop staan, maak een sprongetje op de plaats waarbij je op je rechtervoet landt, steek je linkervoet uit en beweeg je armen naar rechts waarbij je schouders een beetje rechtsom draaien. Je blijft hierbij in dezelfde richting kijken.
&	Maak een sprongetje op de plaats waarbij je op je linkervoet landt, steek je rechtervoet uit, beweeg je armen naar links waarbij je schouders een beetje linksom draaien, buig door je linkerknie en sla met je rechterhand op de grond. Je blijft hierbij in dezelfde richting kijken.
6	-
&	Maak een sprongetje op de plaats waarbij je op je rechtervoet landt, breng je linkerhak omhoog en sla ertegen met je linkerhand.
	Tijdens de volgende 3 pasjes maak je in totaal een hele draai rechtsom.
7	Stap met je linkervoet naar voren.
8	Stap met je rechtervoet naar voren.
9	Sluit je linkervoet bij je rechtervoet aan (met of zonder gewicht afhankelijk van het volgende figuur dat je wilt dansen).

Er zit heel veel actie in dit figuur, dus je moet dit alleen dansen als het past bij de muziek. Het is in ieder geval een goede oefening voor de armbewegingen.

Bij een dansles wordt het ritme van de Zeibekiko meestal als volgt in het Grieks geteld.

Ena dyo tria tessera pende eksi epta ochto ennia  
1 & & 3 4 5 & & 7 8 9

Ik heb de Griekse woorden niet in het Grieks geschreven, maar in Greeklisch, zodat iedereen het makkelijk kan lezen. Daaronder zie je op welke tel een bepaalde lettergreep wordt uitgesproken. Zo wordt er dyo (twee) gezegd op de & van tel 2. Op tel 2 wordt namelijk meestal niet gedanst bij het nieuwe Zeibekiko ritme.

Ik vond het een erg leerzame les, vooral omdat we veel aandacht konden besteden aan de punten waar ik zelf nog aan moet werken.

## Links

<http://www.youtube.com/watch?v=b2w2AKp0US0>

<http://www.youtube.com/watch?v=kpqdjTUXImo>

<http://www.youtube.com/watch?v=sjVCZPqPj1U>

# Het Dansblad

## Dansmuziektitels

Hier is een lijstje met nummers waar je op kunt stijdansen. Het getal achter de dans geeft het tempo aan in maten per minuut.

<b>Titel</b>	<b>Artiest</b>	<b>Dans</b>
Νοσταλγός του rock 'n' roll	Γιάννης Γιοκαρίνης	Jive 36
Hung up	Madonna	Cha Cha Cha 31
Secret	Madonna	Rumba 25
Weet je nog wel die avond in de regen	Willeke Alberti	Slowfox 27
Wat jij bent vergeten	Jan Smit	Quickstep 52
Want een kus	Jan Smit	Rumba 24
Ergens in April	Jan Smit	Quickstep 50
Je bent het helemaal	Jan Smit	Quickstep 46
Alles wat je droomt	Jan Smit	Slowfox 33
Weg maar niet kwijt	De Dijk	Quickstep 50
Als jij van me houdt	De Dijk	Cha Cha Cha 32
Later is nu	De Dijk	Rumba 26
Dit kleine hart van mij	De Dijk	Slowfox 32
El tiempo que te quede libre	Betty Missiego	Rumba 25
Naila	Lila Downs	Rumba 25

## Leuke links

### Dansschoenen

<http://danschoenencarlavanhouten.nl/>

<http://www.danschoenen.be/>

### Filmpjes van Dancing with the Stars in Griekenland

<http://bit.ly/2BvT58E>

### Kenichi Ebina - All Performance Acts on America's Got Talent

<http://www.youtube.com/watch?v=gMiSvnZpQ1M>

### Het oppikken en onthouden van danspassen

<https://dansmagazine.nl/reportage/danstip-het-oppikken-en-onthouden-van-danspassen>

### Greek Dance Rhythms for Drums - Basics and Beyond (E-book)

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