

GRADA

sportovní tanec



PETR ODSTRČIL

standardní tance
latinskoamerické tance

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Poděkování

Touto knížkou bych chtěl poděkovat všem, které jsem potkal na tanečních parketech, se kterými jsem měl možnost tancovat, či si o tancování alespoň popovídat. Zejména dvěma tanečnickům, kteří mne nejvíce ovlivnili – mému prvnímu trenérovi, panu Dušanu Maděrovi, a mému dlouholetému tanečnímu guru, panu Ing. Zdeňku Landsfeldovi.

Největší poděkování však patří mé manželce Marcele, našim dětem a jejich životním partnerům. Bez jejich pomoci a nekonečné tolerance bych ani nenašel odvahu pustit se do psaní této knížky.

Petr Odstrčil

Sportovní tanec

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
obchod@gradapublishing.cz, www.grada.cz
tel. +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
jako svou 1845. publikaci

© Grada Publishing, a.s., 2004

Odpovědná redaktorka Magdaléna Jimelová
Grafická úprava Jiří Pros
Fotografie autor
Ilustrace Mária Nalevanková
Sazba Miroslav Vospěl
Návrh obálky Trilabit s.r.o.
Grafická úprava obálky FPS REPRO
Počet stran 116
První vydání, Praha 2004
Vytiskly tiskárny PBTisk Příbram
Prokopská 8, Příbram IV

ISBN 80-247-0632-6 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6445-0 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011



▶ Tancovat? A závodně?	7
Charakteristika tanečního sportu	7
▶ Tanec včera, dnes a zítra	9
Historie a současnost tanečních soutěží	10
▶ Tance se představují	12
Standardní tance	12
Latinskoamerické tance	14
▶ Tanec pro všechny	17
▶ Výkonnostní a vrcholový tanec	19
Soutěžní systém	19
Struktura soutěží	19
Věkové a výkonnostní kategorie	21
Postupy mezi třídami a kategoriemi	22
Druhy soutěží	23
Pravidla soutěží	24
Pravidla hodnocení tanečního výkonu	27
Kritéria hodnocení	27
Skating systém	30
Soutěže formací	32
▶ Začínáme	35
Abychom si rozuměli	35
Nejprve každý sám	38
Vytvoření páru a vedení partnerky	41
Základní postavení ve standardních tancích	43
Liniová postavení ve standardních tancích	46
Základní pohybové principy standardních tanců	48
Základní postavení v latinskoamerických tancích	53
Základní pohybové principy latinskoamerických tanců	59
Pohybové prvky latinskoamerických tanců	61



▶ Tancujeme	63
Waltz	63
Tango	66
Valčík	69
Slowfoxtrot	71
Quickstep	74
Samba	76
Chacha	80
Rumba	83
Paso doble	85
Jive	88
▶ A teď o něco lépe	91
Waltz a slowfoxtrot	93
Tango	94
Samba	95
Rumba	96
▶ Co na sebe?	99
Historie a současnost odívání	99
Tréninkové oblečení	106
Předsoutěžní oblečení	107
▶ Plánujeme kariéru	108
▶ Doslov	113
▶ Literatura	114
▶ Zajímavé internetové stránky	115

Tancovat? A závodně?



Pro skalního zastánce branek, bodů a sekund je pojetí závodního tancování jako sportu něčím naprosto nepřijatelným. Vždyť jít si zatancovat je většinou činnost odpočinková a zábavná, často spojená s konzumací něčeho ne zcela zdravého, při níž se setkáváme s někým blízkým. Toto je společenský tanec v podobě, v jaké ho zná každý, a je těžké si jej představit jinak. Ale každý sport má základ v nějaké reálné lidské činnosti, tak proč by to nemohlo být právě tancování?

Co tedy představuje sportovní tanec, disciplína oficiálně nazývaná taneční sport? Pro diváky je to především nádherná podívaná. Krásní mladí lidé v nádherných kostýmech se snaží předvést nejen správnou techniku pohybu, ale i náladu a charakter jednotlivých tanců. Divák má možnost sledovat na parketě vždy několik párů a může si tedy vybrat ten, který se mu nejvíc líbí. Může sledovat jeho osud v dalších kolech soutěže a ve finále může vidět, jak uspěl v očích odborné poroty. V nižších výkonnostních třídách bývá k vidění sice méně kvalitního pohybu, ale o to více nadšení, zapálení a vzájemného povzbuzování párů.

Pro znalce představuje taneční sport sportovní disciplínu, která se ve vrcholovém provedení blíží umění. Odborník si vyhledává ty nejjednodušší taneční prvky, aby vychutnal kvalitu a krásu pohybu, u těch obtížných zase oceňuje jistotu provedení a rád se nechává tanečnický přesvědčit o tom, jak je to všechno jednoduché a lehounké. Nemá rád, když vidí příliš mnoho dřiny, námahy a snahy, to vše by mělo zůstat skryté. Nehodnotí ani maximální rychlost nebo výdrž, to jsou sice potřebné složky celkového výkonu, ale cílem provedení je kvalita a krása pohybu, charakterizace tanců a doprovodné hudby a atmosféra, kterou páry svým výkonem vytvářejí.

Charakteristika tanečního sportu



Pro sportovce-tanečnický je tento sport většinou životní drogou, životním stylem. Dává jim to, co mohou nabídnout i ostatní sporty – fyzickou a psychickou námahu, kondici, poznávání různých lidí, zemí, kultur, pocity vítězství i prohry, týmového ducha, ale i individuální výjimečnost. A také něco, co taneční sport od ostatních sportů naprosto odlišuje:

1. **Základní jednotkou**, která tento sport provádí, je **pár**. Tedy muž a žena, kluk a holka. Tento „minitým“ se sice objevuje i v řadě jiných sportů, smíšené čtyřhry jsou ale většinou jen doplňkovými soutěžemi individuálních sportů. Tak úzká spolupráce dvou lidí se blíží až k podstatě partnerské existence a je psychicky velmi náročná.



2. Druhou odlišností je, že tanec je velmi **úzce spojen s hudbou**. V řadě sportů se používá hudba jako doprovod, řada sportů používá hudbu jako prostředek, který spojuje skupinu sportovců a umocňuje jejich výkon. Většinou jde spíše o synchronizaci nebo vytvoření společného rytmu. Žádný jiný sport však nevyžaduje reagovat na neznámou hudbu, na její rytmus, melodii, strukturu a charakteristické prvky. V tanečním sportu je hudba především inspirací, nikoliv doprovodem tanečního výkonu.
3. Třetí zásadní odlišností je **způsob soutěžení**. Taneční sport vyšel ze společenského tance, jehož principem je společné tančení. I v tanečním sportu tedy soutěží na parketě současně více párů. A tak, přestože se jedná o ryze individuální sport, není zbaven aspektů kolektivního soupeření. To má ale i jeden nepříjemný důsledek – rozhodčí nemohou sledovat každý pár po celou dobu jeho tance a jejich rozhodnutí se proto mohou lišit. (V praxi se ovšem většina porotců shoduje, v dalších kapitolách vysvětlíme, proč tomu tak je.)

Taneční sport má i řadu dalších aspektů, které mu dávají zcela ojedinělé postavení v rodině sportů – např. důraz na správné držení těla a na celkový vzhled, na estetickou, hudební a citovou výchovu, na vztah k opačnému pohlaví, na schopnost vlastní prezentace. Lze jej provozovat v každém věku a pro každý věk má své kouzlo. Od mateřských škol, kde se jen tak hopsá, přes výkonnostně špičkové kategorie juniorů a dospělých, kde je možné stát se i mistrem světa, až po kategorie seniorů, kde je soutěžení spíše příležitostí ke společnému setkávání a trávení volného času.

Tanec včera, dnes a zítra



Tanec je skutečně tak starý jako lidstvo samo. V afrických jeskyních, v džungli pohříbených chrámech starých říší jihovýchodní Asie i Střední Ameriky, ve vykopávkách keltských sídlišť, na nádobách starých Řeků, v prvních středověkých literárních dílech, tam všude najdeme kresby tančících figurek. Tanec byl vždy součástí lidské kultury. A jak se lidstvo vyvíjelo, ubývalo tanci „služebních“ povinností, jako např. přivolávání deště, zahánění zlých duchů, a tanec začínal víc a víc sloužit zábavě.

19. století je považováno za období, ve kterém vznikl společenský tanec v našem dnešním pojetí. Taneční zábavy začaly být nepostradatelnou součástí společenských setkání jakéhokoliv druhu. Otevíraly se taneční sály, vznikaly taneční orchestry a i ti nejvýznamnější hudební skladatelé neopomněli připravit skladbičky pro tancechtivé publikum. K radosti z pohybu a hudby se přidalo i dlouho zakazované kouzlo párového tancování. Tance se zmocnily široké vrstvy obyvatel a polka s valčíkem se staly představiteli této epochy.

Začátkem 20. století však společenský tanec v Evropě začal pociťovat potřebu nových impulzů. V Evropě se začaly objevovat první tance ze Severní a Jižní Ameriky, které pochopitelně vycházely z jiných společenských poměrů a odrážely střetávání bělošské, černošské i původní americké kultury. Objevují se pochodové a foxtrotové tance, zárodky waltzu a tango. Z varietních pódii se dostávají postupně mezi fanoušky a do tanečních škol.

Toto období tanečního kvasu ale paradoxně nevedlo k rozšíření nových tanců. Každá taneční škola prosazovala svoji vlastní interpretaci a tanečníci se na parketech nemohli shodnout. Obrat nastal teprve ve dvacátých letech minulého století, kdy angličtí učitelé tance sjednotili taneční styly a vytvořili tzv. internacionální styl. Vybrali nejcharakterističtější tance, popsali nejpobulárnější variace a stanovili požadavky na hudební doprovod. Touto standardizací se jim podařilo vrátit tanci jeho komunikativní schopnosti a zpřístupnit jej podstatně většímu množství zájemců. Byl to podobný krok jako např. zavedení hromadné výroby aut, v některých zemích se dokonce začalo hovořit o tanečním průmyslu.

Období mezi dvěma světovými válkami je poznamenáno nástupem jazzu a objevováním latinskoamerických rytmů. Po rumbě se do Evropy postupně dostává samba a swingové tance. Na čas je sice tento vývoj přerušen válečnými událostmi, ale o to větší zájem nastává právě o tuto taneční oblast ve druhé polovině 20. století. Z karibské oblasti se přidává chacha a k latinskoamerické skupině tanců se přerazuje paso doble. Celý svět na čas ovládne rokenrol a stává se jedním z inspiračních zdrojů posledního ze soutěžních tanců – jive. Tím se okruh soutěžních tanců uzavřel.



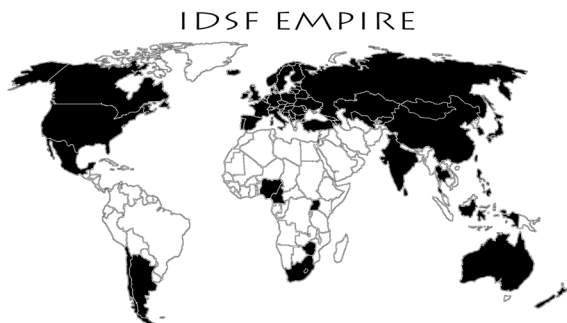
Historie a současnost tanečních soutěží

První taneční soutěže sice vznikly již počátkem minulého století, ale k plnému rozmachu došlo až ve 30. letech s definicí internacionálního tanečního stylu. Vzniká řada národních i mezinárodních organizací soutěžních tanečnicků. V roce 1935 je v Praze založena International Amateur Dancers Federation (FIDA). Následují první mistrovství Evropy a mistrovství světa. Podobně jako i v jiných sportech, začíná se odehrávat mocenský boj o vedoucí postavení v organizaci tohoto mladého sportovního odvětví. Na rozdíl od ostatních sportů řídily taneční sport od začátku profesionální organizace. Tanec byl především byznys a amatéři byli dobrou ekonomickou základnou pro podnikání. Tento model přetrvává v klasických tanečních zemích dodnes. Velký zlom ale nastal po pádu železné opony – tanečně hladové země neměly dostatek prostředků a začaly si je zajišťovat tancováním, bez ohledu na to, kdo je profesionál a kdo amatér. Nejednalo se přitom pouze o země východní Evropy, ale např. i o Itálii.

A tak s rozbitím tradičních hodnot profesionál-amatér dochází i k novému přerozdělení sil v tanečním světě. Anglii samozřejmě všichni uznávají jako kolébkou tanečního sportu (přestože první soutěže pořádali Francouzi). Organizačně a ekonomicky výjimečně silné Německo již také ztratilo své postavení a do popředí se dostávají Italové, kteří ovládli standardní tance, a Rusové, kteří se prosazují v latinskoamerických tancích. Tanečnickům obou současných mocností začínají být jejich země malé, a tak se můžeme setkat s ruskými i italskými jmény v reprezentacích USA, Německa, Anglie i mnoha malých zemí. A dokonce již dochází ke spojování mocenských zájmů těchto dvou tanečních gigantů.

Úspěšnou stálicí na tanečním nebi zůstávají Dánové, ostatní severané trochu ustoupili ze svých pozic. Na jejich místo se derou Španělé, kteří byli dříve zahleděni do svých národních tanců, ale současné dynamické a expresivní pojetí soutěžních tanců vyhovuje jejich temperamentu. Velmi silní, ale zatím bez dostatečné ekonomické síly, jsou Poláci a Ukrajinci. Skoro až zázračně znějí potom výsledky ekonomických trapaslíků – Slovinska a pobaltských republik. Tituly mistrů světa jsou zde postaveny na cílevědomé spolupráci a státní podpoře.

Samostatnou kapitolou je obrovský růst popularity tanečního sportu na Dálném východě. Taneční velmoc Japonsko doplňovaly nedávno jen čínské satelity Tchajwan, Hongkong a internacionální Singapore. Ale v současné době dochází k nebývalému rozmachu v Číně, v Jižní Koreji a v dalších východoasijských zemích. Tanečním soutěžím přišla na chuť také celá Severní Amerika, a tak se zdá, že jen náboženské důvody a velmi silné folklorní citění zatím brání rozšíření tanečního sportu i do dalších zemí.



Obr. 1 Kde se soutěží (členské země IDSF)

A kam patříme my? Zatím jsme ještě nedosáhli na titul mistrů světa, ale světová finále se konají již i za naší přítomnosti. Zatím ještě ne v té nejvýznamnější kategorii dospělých, ale např. v kategorii do 16 let, do 19 let i v kategoriích nad 35 let. Celý svět obdivuje i naši organizační práci a vzdělávací proces. Tak to by v tom byl čert, aby nějaký ten mistrovský titul neskončil také u nás!

A jak to bylo s uznáním tanečního sportu jako sportovního odvětví? V řadě zemí byl soutěžní společenský tanec podporován státními sportovními orgány již v minulosti. Hlavní signál ale vyslala mezinárodní federace v roce 1990 přejmenováním se na International Dance Sport Federation (IDSF). Zcela jasný a důsledný přechod na sportovní principy přineslo v roce 1992 přijetí za řádného člena General Association of International Sports Federation (GAISF) a konečně v roce 1995 přijetí do Mezinárodního olympijského výboru (IOC).

V roce 1997 se taneční sport, jako čekatel na zařazení do programu Olympijských her, oficiálně představil na Světových hrách ve finském Lahti a v roce 2001 v japonské Akitě (i naše páry byly při tom). Tanec byl již také zařazen do programu Asijských her. Po příštích Světových hrách v roce 2005 v německém Duisburgu budeme netrpělivě očekávat rozhodnutí Mezinárodního olympijského výboru o zařazení tanečního sportu do oficiálního programu OH.



Tance se představují

Všechny tance mezinárodního soutěžního programu jsou rozděleny do dvou disciplín. Waltz, tango, valčík, slowfoxtrot a quickstep jsou **standardní** tance a samba, rumba, chacha, paso doble a jive jsou tance **latinskoamerické**. Toto rozdělení z větší části odpovídá původu a charakteru těchto tanců. Název „standardní“ je skoro stejně nic neříkající jako „moderní“, který pro tuto disciplínu používají dodnes Angličané. Moderními byly tyto tance v době svého vzniku a jako první byly standardizovány anglickými učiteli tance. Přesnější název by snad byl „evropské“, který používají například Rusové, ale ani to není zcela přesné.

Tango pochází z Argentiny a naopak paso doble, jako součást latinskoamerických tanců, je španělské. Pravdou ale je, že v minulosti se tango skutečně řadilo mezi latinskoamerické tance a na historických snímcích dokonce můžeme vidět tanečníky paso doble ve fraku!



Obr. 2 Odkud jsme?



Standardní tance

Standardní tance jsou v dnešním pojetí charakterizovány spíše vnější formou, kterou tvoří především uzavřené párové držení, švihový pohyb po celém parketu, frak, dlouhá dámská toaleta a hudba 30. let. Vývoj těchto tanců podle některých tanečníků ustrnul právě koncem meziválečných let. Skutečně tehdy vznikly první popisy figur a základních technik, které ani dnes neztrácejí svou platnost. Stejně jako v ostatních sportech, byly i tyto počátky poznamenány bouřlivým rozvojem, ale po nalezení vyhovující formy se přešlo spíše na doladování celého systému a vývoj

se nyní odehrává skrytě. Postupně se upravují a doplňují techniky, mění se a posunuje obsah a výraz tanců, mění se móda v oblékání a v hudebním doprovodu. Z původního anglického stylu, který se vyznačoval hlavně nedbalou elegancí a obdivem k technice tance, se tak současný standardní styl posunul k dravosti, obdivu ke kráse, k romantičnosti a citovému prožití pohybu a hudby. Nechme teď jednotlivé standardní tance se představit.

Waltz



„Říká se mi také pomalý valčík, což ukazuje na příbuznost s rychlejším vídeňským valčíkem. Oba jsme sice na tři doby, ale pohybově s valčíkem moc společného nemám. Mně je vlastní kyvadlový švihový pohyb, který připomíná dětskou houpačku nebo jízdu na kole z jednoho kopce na druhý. To mi umožňuje měkký postupový pohyb a přidáním rotací i pohyb krouživý. Mým speciálním vynálezem jsou otáčky ne o celý obrat, ale pouze o $\frac{3}{4}$, což mi dává možnost používat diagonální směry a měnit směr točení. Charakteristickým krokem je pro mne přísun, který mi umožňuje dostat se až do těch nejvyšších sfér, ze kterých se pak mohu lehounce a pomalinku snášet. Mám rád romantickou hudbu, která se měkce rozplývá a dává mi pocit pohybu ve vlnách.“

Tango (dřívějším příjmením Argentino)



„Cítím se latinskoamericky a na protest proti zařazení mezi standardní tance dělám vše obráceně. Nesnáším švihový pohyb. Rytmus určuji zastavením pohybu nezátíženě nohy. Víc než o prostor okolo mne se zajímám o prostor uvnitř páru. Nechci působit uhlazeně. Jsem plný rozporů, jednou jsou moje pohyby tvrdé, trhavé a mužné, jindy měkké, skoro plíživé a ženské. Prudké pohyby kontrastující s výdržemi, to mám rád! A vše prováděné pěkně tělem, ne jen nohama. Je ve mně dynamika i mírnost zároveň, přesně jako ve správné tangové hudbě. Neustálou změnou mezi tvrdostí a útočností na jedné straně a měkkostí a zadržováním energie na druhé straně vytvářím skutečné drama.“

Valčík (někdy též vídeňský)



„Přestože jsem kmetem mezi ostatními tanci, mezi standardní tance jsem se dostal až jako poslední. Dokonce jsou ještě na světě soutěže, kde si myslí, že se beze mne obejdou. Jejich škoda! Asi to pramení z toho, že nemám moc figur. Ale zkuste při mé rychlosti rotace udělat něco jiného! Zvládnout rotační švih a přitom se ještě pohybovat plynule po obvodu sálu, to není žádná maličkost. Ale mým nejparádnějším číslem je točení na místě. V Čechách tomu říkají „flekáč“, jinde flekeri. Poslední dobou už to ale skutečně byla trochu nuda, a tak jsem povýšil změny na postupové figury a přidal do svého repertoáru i pivoty a spiny a dokonce několika paráďkami vylepšil „flekáč“. A hned si mohu jinak pohrát s hudbou! Nejhezčí hudba je samozřejmě od rodiny Straussů a nejlépe se vznáší v Opeře ve Vídni. Pozor ale, aby se vám nezatočila hlava a abyste vydrželi do konce!“























►►► Slowfoxtrot

„Já jsem tím nejklassičtějším anglickým tancem a dodnes je mým motto nikdy nebyť nápadný. Všimněte si, že na soutěžích mě, jako jediný tanec, začínají skoro všichni nejjednoduššími figurami a prokazují tak věrnost a oddanost mým základním myšlenkám. Nedbale elegantní, přitom velkoprostorový pohyb vychází z kyvadlového švihů, ale rozprostírá se do dálky a vytváří iluzi dlouhé ploché vlny. Představu kyvadla zavěšeného někde nad hlavami tanečniců jsem vyměnil za kývajících nohy, které tanečnický nesou do švihového pohybu. A jaká je moje hudba? Neustále tekoucí, plynoucí, valící se a určitě nejlepší, když ji hraje pořádný bigband.“

►►► Quickstep

„Hoplááá, teď přicházím já! Poznáváte určitě moji výbušnost, bujnost a skvělou náladu. It's a showtime ... Ta tam je nenápadnost mého pomalého bratra slowfoxtrotu. Blíží se mi můj strýc charleston. Není čas na pauzy! Na moji rychlost je třeba být již pořádně obratný. Plynule s veselými, perlivými a poskočnými kroky! Pozor ale na poskakování a běhání. Nejsme přeci vrabčáci, tak všeho s mírou. I v rychlých krocích můžete být trochu váhaví a nedbalí. Trochu jako teenageři, kteří zastírají svoji snahu, ale přitom je všechno v akci. Žádné vracení, žádné úskoky, vše se neustále valí vpřed. Tak jako muzika, která vám nedá vydechnout a neustále vás žene do obrátek. Je to opojení rychlostí, obratností a vděkem publika.“

Charakteristiky standardních tanců

	waltz	tango	valčík	slowfoxtrot	quickstep
takt	$\frac{3}{4}$	$\frac{4}{8}$ ($\frac{2}{4}$)	$\frac{3}{4}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{4}{4}$
tempo [takt/min]	28–30	31–33	58–60	28–30	50–52
metronom [bps]	84–90	124–132	174–180	112–120	200–208
důraz v taktu	1	1, 3	1	1, 3	1, 3
rytmické uspořádání (základní rytmus)					
					
					
					



Latinskoamerické tance

Latinskoamerické tance jsou podstatně mladší a ono období kvasu teprve končí. Vždyť program této disciplíny se ustálil až v 60. letech minulého století. První standardizační kroky prováděli stejní učitelé tanců jako u tanců „moderních“. Použili

stejně přístupy a stejná zpracování příruček. A dodnes platí názor, že ty nejzkladnější postupy a techniky jsou v obou disciplínách, když už ne stejné, tak alespoň velmi podobné. Tance Latinské Ameriky, stejně jako doprovodná hudba, vždy překypovaly rytmickou pestrostí, nezkrotností, temperamentem, smyslností, živočišností a obrovským citovým nábojem. I přes snahu o standardizaci není charakteristická pouze forma, ale spíše obsah těchto tanců. Tance jsou uvolněnější nejen v držení párů, ale i v oblečení, pohyb je možný nejen na místě, ale i do prostoru a hudba je velmi rozmanitá. A opět se jednotlivé tance samy představí.

Samba



„Proslavila jsem svou vlast ještě víc než káva. Brazil – Rio de Janeiro – Copacabana, to je moje adresa. I když kořeny mám v Africe. Z původních rituálních tanců jsem si ponechala vášeň a živočišnost, ale i melancholii. Postupové kroky, poskoky, valení a kolébky, které mi dovolují pohyb po celém parketu, zpracovává každá taneční škola v mé vlasti po svém, ale *bouncing* – zhoupnutí v kolenou doprovázené pohybem kyčlí vpřed a vzad – je všude mým poznávacím znakem a pěkně si s ním pohrávám. Stejně jako s rytmem. Používám nejvíce rytmických obměn a mou specialitou jsou tříkrokové variace. Dokážu v nich zdůraznit kterýkoliv krok a kteroukoliv dobu. A po svých předcích mám ještě jednu zálibu – *batucadas*. V drobných, rychlých, triolových krocích umím rozkmitat kyčle a nohy až k úplné extázi.“

Chacha



„Škoda, že nemáte trpělivost a zkracujete mi jméno o třetí -cha. Slova cha-cha-cha (čačača) svým zvukem doprovázejí můj základní přeměnový krok a určitě je v mé hudbě dobře rozeznáte. Stačí v ní najít nástroj, kterému Kubánci říkají *giro* (ano, to je to zvláštní vrčení). Můj rytmus není komplikovaný. Přeměny se zkombinují v jednom taktu se dvěma volnými kroky nebo s další přeměnou. Rytmická jednoduchost i moje mládí (jsem ze všech soutěžních tanců skutečně nejmladší) mi dovolují být bezstarostná, svěží, lehkomyšlná, mít radost nejen z pohybu, ale i z flirtování a koketování. Nohy, paže, ruce a prsty, celé tělo, dokonce i oči hrají v ustavičném pohybu. A pohyby kyčlí podtrhují můj kubánský původ.“

Rumba



„Můj vznik je trochu nejasný a moje jméno dříve patřilo někom jinému. Dokonce i stylů jsem měla více. Současný „kubánský“ styl mi paradoxně dali až po mém zabydlení se v Evropě francouzští učitelé tance žijící v Londýně. Charakteristickým se pro mě stal pomalý krok, který se tančí přes hranici taktu (na doby 4-1). K rozmanitosti latinskoamerických rytmů přispívám typickým dvoutaktovým rytmem (1., 4. a 7. osminka v prvním taktu a 3. a 5. osminka ve druhém taktu), který hrají *claves* – dřeva. Horká atmosféra kubánských tančíren dala vzniknout mému základnímu pohybu kyčlemi, který je výrazem erotického lákání i dobývání, ale i hrlosti a vznešenosti. Nevím, jestli ke škodě, nebo k užitku, bylo vše postupně přetaveno evropskou stylizací na show pro diváky.“



+

▶▶▶ Paso doble

„Jako jediný nevycházím z černošské kultury, ale mám kořeny ve Španělsku. Býčí zápasy a flamengo vytvořily moje odlišné postavení, základní kroky a celou atmosféru tance. Výjimečnost podtrhuje i doprovodná hudba, která má svou ustálenou strukturu s typickými „korunami“, vytvářejícími iluzi určitého příběhu. O mé specifčnosti svědčí i to, že tanečníci mě nejraději tančí na stále stejnou hudbu – „España Cani“. Základní prvky jsou inspirovány pohyby toreadorů a jejich pomocníků v aréně. I názvy figur jasně ukazují, co který pohyb a figura představují. Figury *Banderillas*, *Cape*, *Ecart* není určitě třeba vysvětlovat, snad se jen sluší upozornit, že partnerka nepředvádí pohyby býka, ale šátek nebo pláštěnku toreadora. Druhý můj kořen – flamengo – dává partnerce rovnoprávnější roli a umožňuje jí využívat typické pohyby rukou vycházející z používání kastanět.“

▶▶▶ Jive

„Je neuvěřitelné, co dokázalo v monotónních rytmech severoamerických černochohů pouhé přesunutí důrazu z lichých na sudé doby. Omanné rytmy boogie-woogie, swingu a jitterbugu se s americkými vojáky v druhé světové válce z rodného Harlemu rozletěly do světa a staly se pro mě základem i inspirací. Pak přišel ještě rock-and-roll, ale jeho divokost byla na mě již příliš. Akrobatické kousky jsem ponechal specialistům a využil jsem nové krokové techniky pro obohacení svého repertoáru. Porotci rádi vidí, když mne tanečníci dokážou předvést ve více stylech a umějí mé jednotlivé kořeny použít podle typu doprovodné hudby. Být tvrdý a důrazný v rock-and-rolu, měkký a kočkovitý ve swingu, hravý a odvázaný v boogie. A protože bývám posledním tancem v soutěži a jsem fyzicky velmi náročný, trvám na tom, aby měly páry výbornou fyzickou!“

Charakteristiky latinskoamerických tanců

	samba	chacha	rumba	paso doble	jive
takt	$\frac{2}{4}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{2}{4}$	$\frac{4}{4}$
tempo [takt/min]	50–52	30–32	25–27	60–62	42–44
metronom [bps]	100–104	120–132	100–108	120–124	168–176
důraz v taktu	2	1	4	1	2, 4
rytmické uspořádání (základní rytmus)					

Tanec pro všechny



Sport pro všechny je to, čemu jsme dříve říkali rekreační sport a tanec pro všechny je to, co jsme dělali v kroužcích společenského tance. Sport pro všechny ale není něco jen tak nezávazného. Do tělocvičny nebo na hřiště se chodí pravidelně, turnaje nebo soutěže mají svou strukturu, používáme správné náčiní a vybavení. Rekreačně se tanečnímu sportu věnujeme sice ne moc, ale pravidelně, používáme správnou obuv, trénujeme světový taneční program a dokonce se nám líbí, že si můžeme vzít i něco zajímavého na sebe. Když se utkáme se svými kamarády, nechce být nikdo poražen, prohra ale zase tolik nemrzí.

Trochu to připomíná naše taneční. To však byly jednorázové kurzy, které nám jednou za život daly ochutnat trochu více tance a my na to celý život vzpomínáme. Když nás pak ale jednou za rok vytáhnou naši přátelé na ples nebo na taneční zábavu, jsme většinou v koncích a marně vzpomínáme na kroky, kterými jsme dříve udivovali partnery.

Zkusme se podívat k našim jižním sousedům. Malé městečko nedaleko Vídně, v úterý odpoledne. Je něco před sedmou a u tělocvičny místní školy se scházejí ti, které jsme ještě před chvílí viděli v obchodech, v úřadech, v dílnách nebo na polích. Jako žáci si nesou v ruce pytlík s tanečními botami a v tašce ne svačinku, ale láhev s iontovým nápojem. Jsou už netrpěliví, protože dětské složce jejich klubu zase něco nešlo a trénink se jako obvykle protahuje na jejich úkor. Konečně je potěr pryč a oni okamžitě zaujímají místa na parketu. Trenérka už se pouští do opakování minulé lekce. Nebylo to jednoduché, quickstep je přece jenom dost rychlý tanec a rychlá otevřená otáčka vlevo a čtyři rychlé běžené kroky byly minule nad jejich síly. Doma si to ale opakovali a už to začínají stíhat. Tak ještě jednou. Je to zároveň i rozcvička, při které se všichni zapotí. A už se jde na dnešní hlavní téma – sambu. Divokost lze ještě předstírat, ale charakteristický hou-pavý pohyb zatím spíše připomíná kulhající námořníky. Každý ho musel ostatním předvést a legrace při tom bylo dost a dost. Stejně ale některé mrzelo, že paní lékárníková s přítelem to zase umí nejlépe. Trénink se zdá neskutečně krátký, a tak rychle dohodnout, co v sobotu a v neděli a čí narozeniny se vlastně budou oslavovat. Trenérka ještě rozdá úkoly na soutěž, kterou pořádají pro juniorské páry a ukáže střihy šatů, které si připraví pro vystupování v příští sezóně. A už přicházejí soutěžní páry z hlavní skupiny. V sobotu mají mistrovství a nechtějí přijít ani o minutu tréninku. Tak si zajdeme ještě na kávu do protější restaurace a přišť týden zase na tréninku!

Takhle podobně si mnozí chodí zahrát třeba volejbal nebo tenis. Tanec lze zkusit také tímto způsobem. Jde to v každém věku, za každého počasí a ani to moc nestojí! U nás se tomuto polozávodnímu a polovážnému tancování říká **hobby-dance**. Dokonce se pořádají i soutěže pro hobbypáry, a to ve všech věkových



kategoriích, od dětí až po seniory přes 50 let. Soutěže mají zjednodušená pravidla, nemusí se např. soutěžit ve všech tancích. Oblečení může být libovolné (je ale vizitkou vkusu), repertoár figur je pouze doporučený. Všechno ostatní probíhá jako na normálních soutěžích. Startovní čísla, rozdělení do skupin, postupy do dalších kol a případně až do finále, sbor porotců, sčítatelé a nakonec i stupně vítězů, medaile a poháry.

Samozřejmě u hobbypárů nejde tolik o výsledky, jako spíše o přístup k sobě samému. O příjemné trávení volného času, získání přátel a společenské vyžití. O pohyb, který alespoň trochu rozhýbe naše tělesné schránky a dá nám pocit, že děláme něco pro své zdraví. Děti mohou tancem rozvíjet rytmické a pohybové nadání, alespoň trochu si zvýšit obratnost, rychlost, koordinaci a vytrvalost, získat základní návyky pohybu v kolektivu a ve společnosti. A pokud se někomu tento sport zalíbí, je samozřejmě možné začít jej dělat na vyšší úrovni, stanovit si vyšší cíle a více se mu obětovat. Ale to už je jiná kapitola.

Výkonnostní a vrcholový tanec

Soutěžní systém



Soutěže v tanečním sportu tvoří ucelený systém, který dává tanečnickům možnost soutěžit v odpovídajících věkových a výkonnostních skupinách a motivuje je k soustavné a cílevědomé sportovní kariéře. Jasně vymezuje jednotlivé disciplíny a umožňuje jak specializaci, tak i všestranný přístup.

► Struktura soutěží

Soutěže, na jejichž základě se vytvářejí dlouhodobé žebříčky a získávají se (či ztrácejí) výkonnostní třídy. U nás je nazýváme postupové, na mezinárodní úrovni se nazývají World Ranking List Tournaments.

Seriály soutěží, u nichž se vyhodnocuje pořadí za kalendářní rok nebo za sezónu. U nás se pořádá Taneční liga, ve světě Grand Slam.

Mistrovství, která se konají jednou ročně. Páry nejvyšších tříd a reprezentanti na nich bojují o tituly mistrů světa, Evropy, státu, země, někde i kraje a města.

Pohárové soutěže jsou jednorázové a bojuje se na nich spíše o ceny a obdiv či alespoň o sympatie publika. Zajímavé bývají i soutěže bez rozdílu výkonnostních tříd, někdy i bez rozdílu věkových kategorií.

Soutěžními **disciplínami** pro páry jsou:

- standardní tance – ST – (waltz, tango, valčík, slowfoxtrot a quickstep);
- latinskoamerické tance – LA – (samba, chacha, rumba, paso doble a jive);
- kombinace – všech 10 tanců (u dětí 8 resp. 6 tanců) – 10T, 8T, 6T.

Soutěže skupin párů (6–8 párů) s předem připravenými choreografiemi se nazývají **formace**. Soutěží se ve dvou disciplínách, ve standardních a latinskoamerických tancích.

Soutěž týmů je vlastně několik soutěží, které probíhají současně a nastupují v nich proti sobě páry, které jsou na stejných postech týmů. Složení týmů, disciplíny nebo přímo tance se určují v propozicích soutěží.



Struktura soutěží

kategorie		discip- lína	národní úroveň (ČR)				mezinárodní úroveň			
			dlouhodobé	roční	mistrovství	poháry	dlouhodobé	roční	mistrovství	poháry
páry	děti I	6T	postupové			dle org.				
		ST	postupové			dle org.				
	děti II	LA	postupové			dle org.				
		8T				dle org.				
	junioři I	ST	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT			
		LA	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT			
		10T			MČR	dle org.				
	junioři II	ST	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT		WCh	
		LA	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT		WCh	
		10T			MČR	dle org.			WCh	
	mládež	ST	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT		WCh	
		LA	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT		WCh	
		10T			MČR	dle org.			WCh	
	dospělí	ST	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT	GS	WCh,ECh,CECh	WC, EC
		LA	postupové	TL	MČR	dle org.	WRLT	GS	WCh,ECh,CECh	WC, EC
		10T			MČR	dle org.			WCh,ECh,CECh	WC, EC
	senioři	ST		TL	MČR	dle org.	WRLT		WCh	
		LA		TL?	MČR?	dle org.			WCh	
	formace		ST			MČR	dle org.		WCh, ECh	EC
			LA			MČR	dle org.		WCh, ECh	EC
týmy	junioři	ST			MČR	dle org.			dle org.	
		LA			MČR	dle org.			dle org.	
	mládež	ST				MČR	dle org.		dle org.	
		LA				MČR	dle org.		dle org.	
	dospělí	ST				MČR	dle org.		dle org.	
		LA				MČR	dle org.		dle org.	

Vysvětlivky k tabulce: TL – taneční liga, MČR – Mistrovství České republiky, WRLT – World Ranking List Tourna ments (světový žebříček), GS – Grand Slam (světová série), WCh – World Championship (mistrovství světa), ECh – European Championship (mistrovství Evropy), CECh – Central European Championship (mistrovství střední Evropy), WC – World Cup (světový pohár), EC – European Cup (evropský pohár), dle org. – dle organizátorů.



Poznámka

Zcela ojedinělé postavení ve světě tanečního sportu má ještě jedna samostatná soutěž. Je to největší a nejproslulejší taneční festival – slavný **British Open** – otevřené mistrovství Velké Británie, které se koná každoročně v anglickém lázeňském městečku Blackpool. Již od roku 1920 se sem každý rok sjíždějí všechny celebrity, trenéři, porotci, všechny špičkové páry, ale i tisíce těch méně významných. Vítězství a tituly z těchto soutěží jsou odborníky ceněny stejně jako tituly mistrů světa. A doprovodné kongresy, na kterých přednášejí a předvádějí největší světoví experti, předurčují další vývoj světové scény tanečního sportu.