

**Training • Technik • Taktik**

INGE MISSMAHL

# **JAZZTANZ**

**ro**

**Rowohlt**

# Inhalt

Einleitung	7
<b>Zur Entwicklung des Tanzes</b>	9
Urformen	10
Erscheinungsformen heute	11
Gesellschafts- und Diskothekentanz 11 / Künstlerischer Tanz 12 / Pädagogischer Tanz 13 / Rekreativer Tanz 14	
<b>Jazztanz</b>	17
Wichtigste Merkmale	19
Was man beim Jazztanz erfahren und erleben kann	21
Bewegungsvoraussetzungen	28
<b>Wie findet Lernen im Tanz statt?</b>	31
Erkunden und Erproben	31
Aufgaben zur Erkundungs- und Erprobungsphase	32
Aufrechte Haltung 32 / Bewegungsmöglichkeiten 34 / Gleichgewicht 34 / Krafteinsatz 35 / Raum 36 / Zeit 37 / Falsche Bewegungsansätze 38	
<b>Technikschulung</b>	41
Dehnung und Kräftigung	44
Fußpositionen	58
Kniebeugen	59

Isolation  
Koordination  
Armbewegungen ~  
Gleichgewicht  
Drehungen  
Sprünge  
Wechsel vom Stand zum Knien, Sitzen und Liegen  
Fortbewegungsarten  
Primitive Walk 136 / Strut 137 / Ball Twist 137 /  
Kick-Step 138 / Varsity Drag 139 / Galopp 141 /  
Hop 141 / Leap 142

## **Anhang**

Wie unterrichte ich Jazztanz?

Stundenbilder

Wo lerne ich Jazztanz?

Literaturhinweise

Über die Verfasserin

Sachregister

Abkürzungen

hintere Umschlaginnenseite