

Gertrude Krombholz  
Astrid Leis-Haase

# Richtig Tanzen 2

Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango,  
Foxtrott/Quickstep, Slowfox

*Standardtänze von den Grundformen  
zu den Tanzabzeichen*



**BLV  
SPORTPRAXIS  
TOP**

## Einführung

8

Woher kommen die Standardtänze?	8
Wie tanzt man die Standardtänze?	10
Abkürzungen	16

## Wiener Walzer

43

Woher kommt der Wiener Walzer?	44
Wie tanzt man Wiener Walzer?	45
Natural Turn	48
Reverse Turn	50
Pendulum	52
Change from Right to Left	53
Change from Left to Right	54
Figurenfolgen	56

## Langsamer Walzer

17

Woher kommt der Langsame Walzer?	18
Wie tanzt man den Langsamen Walzer?	19
Natural Turn	22
Reverse Turn	24
Closed Change RF	26
Closed Change LF	27
Outside Change	28
Natural Spin Turn	30
Whisk	32
Chasse from Prom. Pos.	34
Hesitation Change	36
Weave from Prom. Pos.	38
Open Impetus	41
Telemark	41
Figurenfolgen	42

## Tango

57

Woher kommt der Tango?	58
Wie tanzt man Tango?	59
Walks (1-2) with Argentine	
Close (3-5)	62
Rock Turn	64
Progressive Link	66
Promenade Link	68
Closed Promenade/	
Open Promenade	70
Open Reverse Turn	72
Four Step/Five Step	74
Natural Promenade Turn	76
Natural Twist Turn	78
Outside Swivel	80
Figurenfolgen	82

**Foxtrott/Quickstep** 83

Woher kommen Foxtrott, Quickstep und Slowfox? . . . . .	84
Wie tanzt man Foxtrott/Quickstep? . . . . .	85
Basic Movement . . . . .	88
Natural Turn . . . . .	90
Reverse Turn . . . . .	91
Quarter Turn To Right . . . . .	92
Progressive Chasse . . . . .	94
Forward Lock Step . . . . .	96
Natural Spin Turn . . . . .	98
Chasse Reverse Turn 1-3 . . . . .	100
Quick Open Reverse . . . . .	102
The V6 . . . . .	104
Impetus Turns . . . . .	106
Telemark . . . . .	106
Figurenfolgen . . . . .	107

**Slowfox** 108

Woher kommt der Slowfox? s. S. . . . .	84
Wie tanzt man Slowfox? . . . . .	109
Feather Step . . . . .	112
Three Step . . . . .	113
Natural Turn 1-3 . . . . .	114
Reverse Turn . . . . .	116
Closed Impetus . . . . .	118
Open Impetus . . . . .	120
Feather Ending . . . . .	122
Natural Weave . . . . .	124
Closed/Open Telemark . . . . .	128
Whisk . . . . .	130
Weave from Prom. Pos. . . . .	130
Figurenfolgen . . . . .	131

**Anhang** 132

Tanzschulen . . . . .	132
Tanzsportclubs . . . . .	134
Tanzmusik . . . . .	137
Literatur . . . . .	138
Fachausdrücke . . . . .	140
Anschriften . . . . .	143