

Bounce in der Swing Musik



Die Schritte, die Vokabeln sind in vielen Tänzen gleich oder ähnlich. Aber was macht den Unterschied aus? Es ist der Groove, der Bounce oder der Pulse, der mit dem Bass in der Musik zur Wirkung kommt.

Der Bounce hat eine Tendenz nach unten. Der ganze Körper ist locker im Zentrum, in den Knien und in den Hüften. Die Schultern gehen im Takt zur Musik mit. Diese weiche Bewegung gibt Dir das Timing. Das ist die Musik in Deinem Körper.

Du hast sozusagen einen Motor an. Im besten Fall einer coolen V8 😊

Die Bewegungen nach unten sind immer auf den geraden Beats 2, 4, 6, 8, ...

Man kann auch gut dazu klatschen auf den „richtigen“ Beats 2, 4, 6, 8, ...

Bouncen hat keine schaukelnde Bewegung. Die Flow geht runter und wieder hoch.

Der Feind des Bounce ist das Springen. Es sieht ähnlich aus, ist aber komplett was anderes. Springen geht mit der Tendenz nach oben.

Um das zu tun, also zu springen, muß der Körper komplett nach oben bewegt werden, was sehr anstrengend ist, nicht notwendig und falsch dazu.

Bounce hat das Konzept von Loslassen, Ausatmen und eine permanente Verbindung zur Anziehungskraft des Bodens.

Wenn man das jetzt schon verstanden hat, kann es passieren, dass man beim Bouncen in sich zusammenfällt.

Anstatt durch das Falten des Oberkörpers als ob man Nahrung mit dem Bauch verspeisen möchte, ist das Konzept eher wie das Nutzen eines Barhockers. Hüften nach hinten, Brust nach vorne, Belastung auf den Fußballen...

Durch diesen afrikanischen Ursprung, entsteht dieser besondere Groove oder Bounce. Der ganze Körper ist in Bewegung, man ist kein Monument welches sich nur auf und ab bewegt.

Der Bounce belohnt Euch. Er gibt Euch das richtige Timing und dazu auch den Schwung. Alles geht leichter mit Bounce.

Der Bounce ist immer da. Bei jedem Schritt, bei jeder Pause. Du machst ja an einer Ampel auch nicht den Motor aus.

Groovt also zur Musik und zum Bass in der Musik.