

LINEDANCE

Linedance gibt es in der Schweiz seit bald 30 Jahren. Diese beliebte Tanzart wurde aus den U.S.A. importiert und erlebt immer noch grossen Zulauf.

Linedance wird in Reihen und Linien getanzt, jede/r Tänzer/In tanzt also für sich allein, aber in der Gruppe, die gleichen Schrittfolgen. Jeder Tanz hat seinen Namen und seine Schrittfolge. Meistens sind es 32 Schritte. Es können jedoch auch 16, 24, 40, 48, 64 oder mehr Schritte sein.

Das tolle am Linedance ist das Tanzen in allen Rhythmen und Musikrichtungen, also von Walzer, Charleston, Rhumba, Tango etc. bis Cha Cha Cha und Polka. Linedance ist ein gutes Training für das Gleichgewicht, Haltung, räumliche Orientierung, Fitness, soziale Aspekte und Freizeitgestaltung.