Swing

Taktschläge

Variabel, mindestens 4

Ausgangsformation

Facing Dancers (Mann und Frau)

Tanzaktion

Die Tänzer gehen leicht nach links aufeinander zu und nehmen die klassische Tanzhaltung ein und wenden sich so, dass sie rechte Hüfte an rechte Hüfte stehen. Als Einheit drehen sie sich im Uhrzeigersinn zur Musik für 4 oder mehr Beats. Die Bewegung ist wie die beim Rollerfahren; die linken Füße stoßen ab, die rechten Füße bleiben auf der Stelle oder die Tanzpartner gehen in normalen Schritten umeinander herum.
Am Ende der Figur dreht sich die Frau weiter nach rechts (entlang des rechten Arms des Mannes abrollend), bis sie in dieselbe Richtung wie der Mann blickt.

Mit Rollstuhlfahrern wird in den seltensten Fällen ein Swing getanzt. Üblicherweise drehen sich die Rollstuhlfahrer ein und wenden sich in Promenade-Richtung.

Schlussformation

Normal Couple, üblicherweise in Richtung Squared Set blickend oder in Promenade-Richtung

Styling

Das Styling hängt davon ab, welche Art von Schritt verwendet wird. Man unterscheidet zwischen Walking oder Buzz Step Swing. Für beide ist das Styling des Mannes das gleiche: Linker Arm im Ellenbogen leicht gebeugt, Handfläche leicht nach oben, rechte Hand flach auf ihrem linken Schulterblatt.
Die Frau, die einen Walking Step verwendet, legt die linke Hand auf die Außenseite des rechten Oberarms des Mannes, wobei auf eine flache Handhaltung geachtet wird, um sich nicht an den Arm zu klammern. Sie sollte ihren linken Ellenbogen ein wenig anheben, damit sie nicht den Ellenbogen des Mannes nach unten drückt. Dies ist ebenfalls eine gute Position, wenn der Mann erheblich grösser ist als die Frau.
Beim schnelleren Buzz Step Swing ist ihre Hand flach auf dem rechten Schulterblatt des Mannes und hält dabei ihren linken Ellenbogen leicht erhoben. Bei beiden Swing-Arten ist die rechte Hand der Frau mit den Handflächen nach unten in der linken Hand des Manns.

Birgit Rudolf Stand 2026 10 02

Jeder Tänzer ist selbst für seine Stabilität verantwortlich. Je schneller der Swing ist, desto mehr werden sich die Tänzer in die Arme des Partners leicht zurücklehnen. Dieses Zurücklehnen sollte nicht übertrieben werden. Oft passiert dies selbstverständlich durch eine korrekte Ausführung der Figur.
Die Kraft, die die Tänzer auseinanderziehen will, wird aufgefangen durch die gegenseitige Unterstützung der rechten Hand und des rechten Arms des Mannes, sowie der linken Hand und des linken Arms der Frau.
Die anderen Arme halten nur locker und dienen dem Gleichgewicht.
Unterschiede in der Größe können Abwandlungen von dem genannten Styling verlangen. Wenn zum Beispiel der Mann erheblich größer ist als die Frau, kann sie ihre linke Handfläche auf die Außenseite eines rechten Bizepses legen.
Fußarbeit beim Walking Swing: Kleine Schritte im Uhrzeigersinn um den Mittelpunkt zwischen den beiden Tänzern.
Fußarbeit beim Buzz Step Swing: Der rechte Fuß bewegt sich vorwärts in einem kleinen Kreis im Uhrzeigersinn um den Mittelpunkt zwischen den Tänzern, während der linke Fuß wie bei einem Tretroller anschiebt. Der rechte Fuß ist immer vor dem linken.
Beenden des Swing: Der Mann leitet das Ende eines Swing zur richtigen Zeit ein, so dass beide Tänzer in die richtige Richtung für die nächste Figur schauen.
Beenden des Swing ohne Twirl: Der Mann signalisiert das Ende des Swing, sobald er in die richtige Richtung schaut, damit, dass er die linke Handverbindung zur Dame löst und in seiner Drehbewegung stoppt. Die Dame vollführt ihrerseits die Drehbewegung zu Ende und dreht am rechten Arm des Mannes entlang. Beide enden als Paar und blicken in die gleiche Richtung. Sobald die Dame sicher steht, positioniert der Herr seine rechte Hand zur nächsten korrekten Handhaltung: Couple oder Promenade Handhaltung.
Einigen Tänzern wird schwindelig beim Swing. Seid euch den Bedürfnissen eueres Partners bewusst.
Wenn zwei Tänzer mit unterschiedlichem Gewicht swingen (zum Beispiel ein erwachsener Mann und ein Kind) ist es grob und gefährlich den leichteren Tänzer vom Boden abheben zu lassen.
Es sollte wenig bis keine senkrechte Tanzbewegung stattfinden wie zum Beispiel beim Springen oder Hüpfen.
Während des Swing sind die Tänzer weder rechte Hüfte an rechte Hüfte nebeneinander, noch stehen sie voreinander. Anstatt dessen sind sie leicht versetzt, einen Schritt links vom Gegenüber und im leichten Winkel. Die Nase der Frau zeigt auf die rechte Schulter des Manns.
Der Swing sollte synchron zum Beat der Musik getanzt werden. Ein Schritt pro Beat bei der Ausführung des Walking Swing. Ein Schritt mit dem rechten Fuß pro Beat bei der Ausführung des Buzz Step Swing“.
Wenn ein Paar aus dem Square herausschaut und der Call Swing angesagt wird, sollten sich die Tänzer zueinander drehen und dann den Swing ausführen.
Von einem Static Square bedeutet der Call Heads oder Sides Swing, dass die angesprochenen Tänzer den Partner neben sich swingen und nicht den weiter entfernten gegenüberstehenden Tänzer.