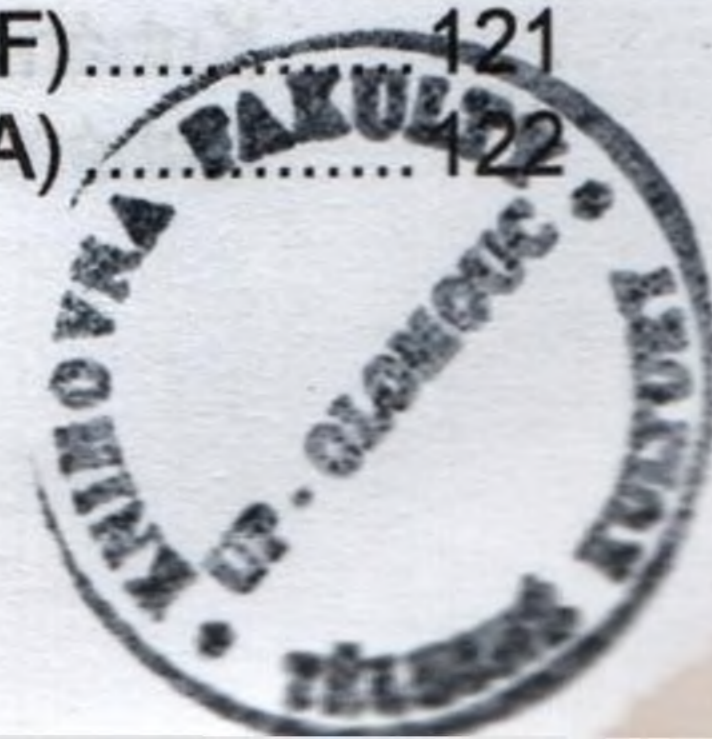


OBSAH

ÚVOD	1
ZKRATKY POUŽITÉ V TABULKÁCH, VYSVĚTLIVKY:	2
POSTUP PŘI VÝKLADU ČI PŘI ZKOUŠKÁCH	3
HUDEBNÍ ÚDAJE, DOPORUČENÉ RYCHLOSTI TANCŮ	3
DEFINICE ZÁKLADNÍCH POJMŮ - ZÁKLADNÍ PRINCIPY	4
Postoj	4
Směrování	5
Velikost točení	5
Zaražený krok vpřed (Checked Forward Walk)	5
Zadržovaná chůze (Delayed Walks)	5
Točený krok vpřed (Forward Walk Turning)	6
Latinské křížení (Latin Cross)	6
Polohy paží	6
Vedení	7
Držení rukou	7
ZÁKLADNÍ POSTAVENÍ	7
Uzavřené držení (Close Hold) (A) /obr. 1/	8
Otevřené postavení (Open Position) (A)	8
Vějířové postavení (Fan Position)(A) /Obr. 7/	8
Spádné postavení (Falaway Position)(A) /Obr. 8/	8
Otevřené Spádné postavení (Open Fallaway Position) (A) /Obr. 9/	8
Promenádní postavení (Promenade Position) (A) /Obr.11/	9
Obrácené promenádní postavení (Counter Promenade Position)(A) /Obr. 12/	9
Otevřené promenádní postavení (Open Promenade Position) (A) /Obr. 13/	9
Otevřené obrácené promenádní postavení (Open Counter Promenade Position) (A) /Obr. 14/	9
Španělská linie (Spanish Line) (M) /Obr. 15/	9
Stínové postavení (Shadow Position) (M)	9
Protipromenádní postavení (Contra Promenade Position) (F) /Obr. 18/	10
Obrácené protipromenádní postavení (Contra Counter Promenade Position) (F) /Obr. 19/	10
Otevřené protipromenádní postavení (Open Counter Promenade Position) (F) /Obr. 20/	10
Otevřené obrácené protipromenádní postavení (Open Contra Counter Promenade Position) (F) /Obr. 21/	10
Pokročilý pohyb otevření vpravo (Advanced Opening Out Movement) (F) /Obr. 22/	10
Krok 3 Alemany (Step 3 of Alemana) (A) /Obr. 23/	10
Krok 3 Hokejky (Step 3 of Hockey Stick) (A) /Obr. 24/	10
RUMBA	11
Kukarača (Cucarachas) (A)	11
Alternativní základní pohyb (Alternative Basic Movement) (M)	11
Postupová chůze (Progressive Walks) (A)	11
Chůze vpřed (pán i dáma) (Forward Walks) (A)	12
Chůze vzad (pán i dáma) (Backward Walks) (A)	12
Seskupení pro Chůzi vpřed (Amalgamation of Forward Walks) (A)	12
Seskupení pro Chůzi vzad (Amalgamation of Backward Walks) (A)	12
Chůze vpřed ve Stínovém postavení (Forward Walks in Shadow Position) (M)	13
Základní pohyb (Basic Movement) (A)	14
Vějíř (Fan) (A)	15
Hokejka (Hockey Stick) (A)	16
Hokejka točená do Otevřeného OPP (Hockey Stick Turned to Open CPP) (F)	16
Otáčka na místě v L (Spot Turn to Left) (A)	17
Podtočení pod paží v P (Under Arm Turn to Right) (A)	17
Otáčka na místě v P (Spot Turn to Right) (A)	18
Podtočení pod paží v L (Under Arm to Left) (A)	18
Zarážka z Otevřeného OPP (Check from Open CPP) (A)	19
New York (New York)	19
Zarážka z Otevřeného PP (Check from Open PP) (A)	20
New York (New York)	20
Ruka k ruce (Hand to Hand) (A)	21
Kroky stranou (Kroky stranou a Kukarača) (Side Steps and Cucarachas) (A)	22
Rameno k rameni – otevřeně (Schoulder to Schoulder - Open) (A)	23

Káča v P (Natural Top) (A)	24
Uzavřený twist kyčlí (Close Hip Twist) (A).....	25
Uzavřený twist kyčlí točený do Otevřeného OPP (Close Hip Twist Turned to Open CPP) (M) ...	25
Káča v L (Reverse Top) (A)	26
Otevření z Káči vlevo (Opening Out From Reverse Top) (A).....	27
Alemana (Alemana) (A)	28
Alemana z Otevřeného postavení s držením Lr za Pr (Alemana from Open Pos with L to R Hand Hold) (A).....	29
Alemana zaražená do Otevřeného OPP (Alemana Checked to Open CPP) (M)	29
Alemana z Otevřeného postavení s držením Pr za Pr (Alemana from Open Pos with R to R Hand Hold) (F).....	29
Otevřený twist kyčlí (Open Hip Twist) (A).....	30
Otevřený twist kyčlí točený do Otevřeného OPP (Open Hip Twist turned to Open CPP) (M).....	30
Šermování – zakončené Otáčkou na místě nebo Spinou (Fencing – Spot Turn or Spin Ending) (M).....	31
Otevření v P a v L (Opening Out to Right and Left) (M).....	32
Aida (Aida) (M)	33
Spirála (Spiral) (M)	34
Spirála točená do Vějířového postavení (Spiral Turned to Fan Pos) (M)	35
Spirála točená do Otevřeného OPP (Spiral Turned to Open CPP) (M).....	35
Lokna (Curl) (M)	36
Lokna točená do Otevřeného OPP (Curl Turned to Open CPP) (M)	36
Spádná (Fallaway) (F)	37
Kubánské kolébky (Cuban Rocks) (F)	38
Laso (Rope Spining) (F)	39
Posuvné dveře (Sliding Doors) (F).....	40
Tři Alemany (Three Alemanas) (F).....	41
Tři trojky (Three Threes) (F).....	42
Tři trojky zakončené ve Vějířovém postavení (Three Threes finished in Fan Position) (F).....	43
Pokročilý pohyb otevření (Advanced Opening Out Movement) (F).....	44
Pokračující twist kyčlí (Continuos Hip Twist) (F)	45
Pokračující kruhový twist kyčlí (Continuous Circular Hip Twist) (F)	46
SAMBA	47
Sambový houpavý pohyb (Samba Bounce Action)	47
Základní pohyb v P (Natural Basic Movement) (A).....	48
Základní pohyb do L (Reverse Basic Movement) (A)	49
Postupový základní pohyb v P (Progressive Basic Movement) (A)	50
Základní pohyb stranou (Side Basic Movement) (A)	50
Základ mimo (Outside Basic) (A)	51
Sambové zášvihy do P a do L (Samba Whisks to L and R) (A).....	52
Promenádní sambová chůze (Promenade Samba Walks) (A)	53
Sambový krok stranou (Side Samba Walk) (A)	54
Sambová chůze na místě (Stationery Samba Walks) (A).....	55
Uzavřené kolébky na Pn a Ln (Closed Rocks on RF and LF) (A).....	56
Otáčka vlevo (Reverse Turn) (A)	57
Korta Jaca (Corta Jaca) (A)	58
Postupová botafoga (Travelling Botafogos) (A).....	59
Valení v P (Natural Roll) (A)	60
Otevřené kolébky do P a do L (Open Rocks to R and L) (M).....	61
Promenádní botafoga (Promenade Botafogos) (M).....	62
Kolébky vzad na Pn a Ln (Backround Rocks on RF and LF) (M).....	63
Pletenec (Plait) (M).....	64
Stínová botafoga (Shadow Botafogos) (M)	65
Voltový pohyb.....	66
Voltová otáčka na místě v P pro dámu (Volta Spot Turn to R for Lady) (A)	66
Otáčka dámy na místě voltou v P	66
Voltová otáčka na místě v L pro dámu (Volta Spot Turn to L for Lady) (A).....	67
Otáčka dámy na místě voltou v L.....	67
Postupové volty do P (Travelling Voltas to R) (A).....	68
Postupové volty do L (Travelling Voltas to L) (M).....	69
Pokračující voltová otáčka na místě v P (Contunuuous Volta Spot Turn to P) (M).....	70
Pokračující voltová otáčka na místě v L (Continuous Volta Spot Turn to L) (M).....	71
Kruhové volty do P (Circular Voltas to R) (M).....	72

Kruhové volty do L (Circular Voltas to L) (M).....	73
Jednoduchá volta v P nebo v L (Simple Volta to R or L) (A).....	74
Křížem krážem (Criss Cross) (F)	74
Májka (Maypole) (F)	74
Kolotoč (Roundabout) (F)	74
Uzavřená volta (Closed Volta)	74
Protibotafoga (Contra Botafogos) (M)	75
Sambová křížení (Samba Locks) (F)	76
Sambové křížení v Otevřeném PP (Samba Locks in Open PP) (F).....	77
Argentinská křížení (Argentine Crosses) (F)	78
Tříkroková otáčka dámy (Three Step Turn) (F)	79
Rytmičké houpání (Rhythm Bounce)	79
Běhy z Promenády do Obrácené promenády (Promenade to Counter Promenade Runs) (F)....	80
Cruzado křížení ve Stínovém postavení (Cruzados Locks in Shadow Position) (F).....	81
Cruzado chůze (Cruzados Walks) (F).....	81
Odvinutí z paže (Rolling off The Arm) (F).....	82
METODY ZMĚNY CHODIDLA V SAMBĚ (F).....	83
První způsob	83
Druhý způsob	83
Třetí způsob	83
Čtvrtý způsob	83
PASO DOBLE	84
Výzva (Appel) (A)	84
Základní pohyb (Basic Movement) (A).....	85
Na místě (Sur Place) (A).....	86
Přeměny v P (Chasses to R) (A).....	87
Přeměny v L (Chasses to L) (A).....	88
Elevace do P (Elevations to Right) (A).....	89
Elevace do L (Elevations to Left) (A).....	89
Osmička (Huit) (A).....	90
Útok (Attack) (A).....	91
Přemístění (Déplacement).....	91
Oddálení (Separation) (A).....	92
Šestnáctka (Sixteen) (A).....	93
Twistová otáčka (Twist Turn) (A)	94
Promenáda (Promenade) (A).....	95
Promenádou do Obrácené promenády (Promenade to Counter Promenade) (A)	96
Promenádní uzavření (Promenade Close) (A)	97
Velký kruh (Grand Circle) (M)	98
Míjení (La Passe) (M)	99
Šipky (Banderillas) (M)	100
Synkopované oddálení (Synkopated Separation) (M)	102
Spádny zášvih (Fallaway Whisk) (M)	104
Oddálení se spádným zakončením (Separation with Fallaway Ending) (M)	105
Oddálení do Spádného zášvihu (Separation to Fallaway Whisk)	105
Oddálení se šátkovou chůzí dámy (Separation with Lady's Caping Walks) (M)	106
Oddálení se šátkovou chůzí dámy do Spádného zášvihu (Separation with Lady's Caping Walks to Fallaway Whisk)	106
Spádná vlevo (Fallaway Reverse) (M)	108
Španělská linie (Spanish Line) (M)	109
Twisty (Twists) (M)	110
Šátková přeměna (Chasse Cape) (F)	112
Postupové spiny z PP (Travelling Spins from PP) (F)	115
Postupové spiny z OPP (Travelling Spins from CPP) (F).....	116
Flamengo poklepy (Flamenco Taps) (F)	117
METODY ZMĚNY CHODIDLA V PASO DOBLE	118
1 Výdrž na jednu dobu (One Beat Hesitation) (M).....	118
2 Synkopovaným Na místě (Syncopated Sur Place) (M).....	118
3 Synkopovaná přeměna (Synkopated Chasse) (M).....	119
4 Variace na Ln (Left Foot Variation) (F).....	120
5 Bodnutí pikou (Coup de Pique) (F)	121
a) Bodnutí pikou se změnou Ln na Pn (Coup De Pique Changing from LF to RF) (F).....	121
b) Bodnutí pikou se změnou Pn na Ln (Coup de Pique Changing from RF to LF) (A).....	122



c) Párové bodnutí pikou (Coup de Pique Couplet) (F).....	122
c) Dvojité bodnutí pikou	122
d) Synkopované bodnutí pikou (Syncopated Coup de Pique) (F)	123
ALTERNATIVNÍ VCHODY DO PROMENÁDNÍHO POSTAVENÍ (F)	124
První způsob	124
Druhý způsob	124
Třetí způsob	124
Otevřený telemark (Open Telemark).....	124
Promenádní spojka (Promenade Link).....	124
Zahrnuje Fregolína Sloup nebo Sloup zahrnuje Fregolínu?	125
Sloup (Farol) (F)	126
Sloup zahrnující Fregolínu* (Farol – incorporating Fregolina) (F)	128
Fregolína zahrnující Sloup (Fregolina – incorporating Farol).....	128
CHA CHA CHA.....	130
Cha-Cha-Cha přeměna (Cha cha cha Chasse)	130
Cha-cha-cha přeměna v P /PLP/ (Cha Cha Cha Chasse to R /RLR/) (A).....	131
Cha-cha-cha přeměna v L /LPL/ (Cha Cha Cha Chasse to L /LRL/) (A).....	131
Cha-cha-cha křížení vpřed /PLP/ (Cha Cha Cha Lock Forward /RLR/) (A).....	132
Cha-cha-cha křížení vpřed /LPL/ (Cha Cha Cha Lock Forward /LRL/) (A)	132
Cha-cha-cha křížení vzad /LPL/ (Cha Cha Cha Lock Backward /LRL/) (A)	133
Cha-cha-cha křížení vzad /PLP/ (Cha Cha Cha Lock Backward /RLR/) (A)	133
Změna formy Cha-cha-cha přeměny (M)	134
Ronde přeměna (Ronde Chasse) (M).....	134
Přeměna twistem kyčlí kyčlí (Hip Twist Chasse) (M)	135
Guapacha rytmizace (Guapacha Timing) (F)	135
Rytmický krok (Time Step) (A)	136
Uzavřený základ (Close Basic) (A)	137
Otevřený základ (Open Basic) (A)	138
Vějíř (Fan) (A).....	139
Základ na místě (Basic in Place)	139
Základ stranou (Side Basic).....	139
Otevření ven vpravo (Opening Out to R).....	139
Hokejka (Hockey Stick) (A).....	140
Hokejka točená do Otevřeného OPP (Hockey Stick turned to Open CPP) (M).....	141
Zarážka z Otevřeného OPP /New York/ (Check from Open CPP / New York/) (A).....	142
Zarážka z Otevřeného PP /New York/ (Check from Open PP /New York/) (A).....	143
Otáčka na místě v L (Spot Turn to Left) (A)	144
Podtočení pod paží v P (Underarm Turn to R) (A)	145
Otáčka na místě v P (Spot Turn to R) (A)	146
Podtočení pod paží v L (Underarm Turn to L) (A)	146
Rameno k rameni (Shoulder to Shoulder) (A).....	147
Ruka k ruce (Hand to Hand) (A)	148
Káča v P (Natural Top) (A and M).....	150
Káča vlevo (Reverse Top) (A).....	152
Otevření z Káči v L (Opening Out from Reverse Top) (A)	153
Laso (Rope Spinning).....	153
Spirála (Spiral).....	153
Uzavřený twist kyčlí (Close Hip Twist) (M)	154
Uzavřený twist kyčlí točený do Otevřeného OPP (Close Hip Twist turned to Open CPP) (M)...	155
Alemana (Alemana) (A and M)	156
Alemana z Otevřeného postavení s držením Lr za Pr (Alemana from Open Position with L to P Hand Hold) (A)	157
Alemana z Otevřeného postavení s držením Pr za Pr (Alemana from Open Position with P to P Hand Hold) (M).....	157
Alemana zarážená do Otevřeného OPP (Alemana Checked Open CPP) (M)	157
Otevřený twist kyčlí (Open Hip Twist) (M)	158
Otevřený twist kyčlí točený do ukončení v Otevřeném OPP (Open Hip Twist to finish in Open CPP) (M)	159
Spirálový uzavřený twist kyčlí (Close Hip Twist Spiral) (F)	160
Spirálový otevřený twist kyčlí (Open Hip Twist Spiral) (F)	161
Křížený základ (Cross Basic) (M).....	162
Kubánské přerušení v Otevřeném postavení (Cuban Break in Open Pos) (F).....	164
Kubánské přerušení v Otevřeném OPP (Cuban Break in Open CPP) (F)	165

Rozdvojené kubánské přerušení z Otevřeného OPP (Split Cuban Break in Open CPP) (F).....	166
Rozdvojené kubánské přerušení z Otevřeného OPP a Otevřeného PP (Split Cuban Break from Open CPP and Open PP) (F)	167
Turecký ručník (Turkish Towel) (F)	168
Miláček (Sweetheart) (F)	170
Následuj mého vedení (Follow my Leader) (F)	172
Lokna (Curl) (M)	174
Aida (Aida)	175
METODY ZMĚNY CHODIDLA V CHA-CHA-CHA	176
První způsob (M)	176
Druhý způsob (M)	176
Třetí způsob (F)	178
JIVE	179
Jive přeměny (Jive Chasses).....	179
Promenádní postavení.....	180
Jive přeměna v L /LPL/ (Jive Chasse to L /LRL/) (A).....	180
Jive přeměna v P /PLP/ (Jive Chasse to P /RLR/) (A)	180
Základ na místě (Basic in Place) (A).....	181
Spádný základ (Basic in Fallaway) (A).....	182
Změna míst z P do L (Change of Place R to L) (A)	183
Změna míst z P do L s dvojitou spinou (Change of Place R to L with Double Spin) (M)	183
Změna míst z L do P (Change of Place L to R) (A)	184
Přetočená změna míst z L do P (Overturned Change of Place L to R) (M)	184
Spojka (Link) (A).....	185
Výměna rukou za zády (Change of Hands Behind Back) (A)	186
Převedení za zády, příp. Změna rukou za zády	186
Bič (Whip) (A)	187
Promenádní chůze /„S“/ (Promenade Walks /„S“/) (A).....	188
Promenádní chůze /„Q“/ (Promenade Walks /„Q“/) (A).....	189
Americká Spina (American Spin) (A)	190
Dvojitý křížený bič (Double Cross Whip) (M).....	191
Vlnivý bič (Curly Whip) (M)	192
Odhozený bič (Throwaway Whip) (M).....	193
Bič vlevo (Reverse Whip) (M)	194
Spádné odhození (Fallaway Throwaway) (M)	195
Přetočené spádné odhození (Overturned Fallaway Throwaway) (M)	195
Změna břicha (Ball Change) (M).....	196
Stůj a jdi (Stop & Go) (M).....	197
Větrný mlýn (Windmill) (F)	198
Kuřecí chůze (Chicken Walks) (F)	199
Odvinutí z paže (Rolling off the Arm) (F).....	200
Španělské paže (Spanish Arms) (F)	202
Pokročilá spojka - Přerušení (Advanced Link - Break) (M)	204
Změna břicha – Stříhem nebo Výdrží (Ball Change – with Flick or Hesitation) (M)	204
Jednoduchá Spina (Simple Spin) (M)	205
Výkruty špička pata (Toe Heel Swivels) (F).....	206
Výkruty špička pata slow (Toe Heel Swivels (Slow))	206
Výkruty špička pata (Toe Heel Swivels) (F).....	207
Výkruty špička pata (Quick) (Toe Heel Swivels (Quick))	207
Výkruty špička pata (slow a quick) (Toe Heel Swivels Slow and Quick) (F).....	207
Střihy do přerušení (Flicks into Break) (F).....	208
Náraz levým ramenem (Úder kyčlí) (Left Shoulder Shove (Hip Bump)) (F).....	210
NAVRHOVANÁ SESKUPENÍ:	211
Rumba	211
Samba.....	211
Paso doble	212
Cha-cha-cha.....	212
Jive.....	213
POUŽITÁ LITERATURA:	214
Z NAŠÍ NABÍDKY PUBLIKACÍ:	220