

tanec pro vás

GRADA

Salsa



Šárka Kociánová

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

Šárka Kociánová

Salsa

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
obchod@grada.cz, www.grada.cz
tel. +420 234 264 401, fax +420 234 264 400
jako svou XXXX. publikaci

Odborná konzultace a krokové diagramy Honza Dvořák
Fotografie Miroslav Šneberger
Odpovědná redaktorka Ivana Kočí
Sazba Vladimír Velička
Návrh a grafická úprava obálky Grafické studio Hozák

Počet stran 104
První vydání, Praha 2010
Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

© Grada Publishing, a.s., 2010

Všechna práva, především právo na rozmnožování a šíření díla, stejně jako právo na překlad, jsou vyhrazena. Žádná část tohoto díla nesmí být v jakékoliv formě – fotokopie, mikrofilm nebo jiným způsobem – reprodukována bez písemného povolení vydavatelství, též nesmí být použitím elektronických systémů zpracovávána, zálohována, rozmnožována nebo šířena.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků.

ISBN 978-80-247-3479-8 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6612-6 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011

Obsah

» Úvodní slovo	7
» Historie salsy	9
Kubánský původ	10
Vlivy Portorika	12
Salsa na výsluní	13
» Úvod do základů salsy	15
» Základní taneční dovednosti	17
Postavení těla	18
Přenášení váhy	19
Stojná noha a rotace trupu	20
Přenášení váhy a nášlap	20
Krok vs. přerušení	21
» Základní kroky	23
Úkrok stranou	24
Přerušení vzad	26
Otevření vzad	28
Zakřížení	30
Mambo	32
» Taneční držení a pohyb v páru	35
Uzavřené držení	36
Volné držení v háčkovém uchopení	37
Další typy držení	38
Vedení a následování	39
Základní kroky v tanečním držení	40
» Křížové převedení	43
Křížové převedení (cross body lead)	44
Převedení do otevření (dile que no)	47
Kubánské otevření a ruka k ruce (guaperia)	48



» Otočky na místě	51
Otočka vpravo vpřed	52
Otočka vlevo vzad	54
Otočka dámy vpřed v páru	56
Otočka dámy vzad v páru	58
Otočka pána vzad v páru	60
Otočka pána vpřed v páru (pizza)	62
Ocho (osmička)	64
» Postupové otočky	65
Postupová otočka dovnitř (inside pivot turn)	66
Postupová otočka ven (double outside turn)	68
» Výměny rukou	71
Převedení pod rukou	72
Oblečení ruky	74
» Vybrané taneční variace	77
Enchufla (nabalení na paži)	78
Pumpa	80
Abrazo (objet)	82
Uzavřené pikaboo	84
Překlon	86
Abanico a oblečení paží	88
Titanic	90
» Sólové kroky (salsa shines)	93
Dvojitě předkřížení (double front cross)	94
Milonga	96
Puntos	98
Synkopa	100
» Hlavní protagonisté knihy	102
» O autorce	104

Úvodní slovo

Tanec jsem milovala už jako malá holka, což je nepochybně dáno i tím, že moji rodiče jsou učitelé společenského chování a tance a dosud vedou kurzy pro mládež i dospělé tanečnický. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že tanec je tou nejúžasnější relaxací i dobíječem energie, nese v sobě zklidnění i náboj, pohodu i vzrušení a je spolehlivým lékem pro tělo i duši. Se salsou jsem se poprvé setkala v roce 2002 na kurzech Michala a Daniely Sejkorových, s nimiž jsem o tři roky později připravovala první příručku o salse. Tehdy byla u nás salsa ještě „v plenkách“, a na českém trhu šlo tudíž o „pionýrské“ dílo. Od té doby se mnohé změnilo – latinskoamerická kultura se svou rytmickou a chytlavou hudbou, zajímavou kinematografií, literárními díly prochnutými magickým realismem, úžasnou kuchyní vonící sluncem a nepřebornou škálou koření, rafinovanými koktejly, a zejména tancem, v němž se mísí hravost, radost z pohybu i erotické jiskření, si našla své místo i u nás. A jelikož kurzy latiny jsou stále populárnější a žádanější, a to i díky televizním tanečním soutěžím probíhajícím za účasti řady mediálních osobností, zdá se, že nastal čas pro novou publikaci – ve vylepšeném hávu, v jiném nakladatelství, s novými protagonisty a pozměněnou náplní. Jedno však zůstává stejné – láska k tanci a radost, kterou tento ladný pohyb přináší.

Stejný zůstává i závěrečný citát mého oblíbeného spisovatele Antoina de Saint Exupéryho, protože je nejen stále platný, ale zejména proto, že lepší ani výstižnější jsem zatím neobjevila:

„Krásný tanec se rodí z vášně k tanci. A vášně k tanci si žádá, aby tančili všichni – i ti, kdo tančí špatně –, protože jinak se vášně ztrácí a zbývá akademická ustrnulost a podívaná beze smyslu...“

Šárka Kociánová

» Autorka i protagonisté knihy děkují za spolupráci při přípravě fotografií do knihy firmám:

BOHEMIAN SALSA – DANCE FACTORY

taneční škola, obchod, studio
Jindřišská 7, Praha 1
tel: +420 724 253 889
e-mail: info@bohemiansalsa.cz
www.bohemiansalsa.cz



...vaše taneční škola
BOHEMIAN SALSA

Pražská taneční škola BOHEMIAN SALSA se věnuje výuce salsy a dalších párových tanců. Kurzy a individuální lekce probíhají po celý týden v novém tanečním studiu DANCE FACTORY v Jindřišské 7 a pravidelné tančírny se konají v Jamcafé. Výuku lze objednat telefonicky nebo on-line. Nabízíme rovněž taneční vystoupení a zábavnou výuku na vaši party kdekoli v ČR.

HELLER DANCE & FASHION

Vladislavova 6, Praha 1
Tel.: +420 224 946 414
e-mail: info@hellerdance.cz
www.hellerdance.cz

www.hellerdance.cz



HELLER
DANCE & FASHION

vše pro tanec!

HELLER DANCE & FASHION založil v roce 1996 profesionální tanečník Tomáš Heller na základě svých poznatků ze zahraničí. Firma se původně zaměřovala pouze na prodej zboží pro taneční sport, posléze však přibýly další činnosti a nyní je plně připravena poskytnout veškeré služby související s taneční a společenskou módou.

BODY ACTION PRODEJNA

Palace Broadway
Na Příkopě 31, Praha 1
tel: +420 776 347 179
e-mail: info@bodyaction.cz
www.bodyaction.cz



Již čtvrtým rokem se můžete na českém trhu potkávat s řeckou značkou oblečení pro fitness, tanec i volný čas. Tato značka byla založena v roce 1994 a postupně překonává hranice mezi sportovní a městskou módou. Je tou správnou volbou do posilovny, na aerobic, street, funky, hip hop, salsu, zkrátka kdykoli se chcete cítit pohodlně.

Historie salsy

Salsa je jedním z nejdynamičtějších hudebních stylů vzniklých na západní polokouli. Výraz *salsa* pochází ze španělštiny a znamená *omáčka*, tedy to, co skýtá středomořské kuchyni tradičně ostrou chuť. Z hudebního hlediska ji lze velmi jednoduše srovnat se slovem *swing* (anglicky *houpat se*), jež bylo převzato jazzovými a swingovými kapelami do hudební terminologie ve třicátých a čtyřicátých letech 20. století.





Salsa

Salsa skrývá širokou paletu emocí i hudebních vyjádření a bylo by chybou domnívat se, že se vždy vyznačuje rychlým krokem a pulzujícím tempem. Mnohdy je to přesně naopak – může být pomalá a romantická, případně se nalézat někde mezi oběma protipóly. Mezi základní styly salsy patří: kubánský, portorikánský, L. A. Salsa, New York Style (mambo on 2 – rytmické vyjádření na dvojku), londýnský, kolumbijský a další. Ačkoli se vedlo – a dosud vede – mnoho diskusí o jejím skutečném původu, je nezpochybnitelné, že salsa je (a vždy bude) ovlivňována obrovským množstvím aspektů, které hrály důležitou roli v jejím vývoji.

Třebaže odpověď na otázku, kde leží její kořeny, není nikterak snadná, lze s určitostí hovořit o dvou kulturách, jež ovlivnily její současnou formu největší měrou, a sice o Kubě a Portoriku. Tyto dva ostrovy v Karibském moři jsou strategicky položeny mezi Severní a Jižní Amerikou. Kuba, jejíž jméno pochází z indiánského slova „cubanacan“ neboli „centrální místo“, přišla poprvé do kontaktu se Španělskem v roce 1492, kdy k jejím břehům připlul slavný mořeplavec a objevitel Ameriky Kryštof Kolumbus. Portoriko začalo být nazýváno španělským ostrovem od Kolumbovy druhé plavby do Ameriky v roce 1493. Během následujícího století byl domorodý lid žijící na obou ostrovech téměř vyhlazen. V roce 1511 sem začali španělští kolonisté dovážet africké otroky a jejich počínání bylo zastaveno až v polovině 19. století zrušením otroctví. Historie těchto dvou jinak velmi odlišných kultur vykazuje řadu podobných vývojových prvků především v tom, jak ostrovní obyvatelé bojovali za ukončení otroctví a získání nezávislosti na Španělsku.

✧ Kubánský původ

Kuba založila svou identitu na kombinaci vlivu rozdílných kultur veškeré její populace – bílých, černých i míšenců (afričtí otroci přinesli rytmus sobě vlastní do Karibiku, smísili jej s indiánskými a evropskými melodiemi a španělskými slovy a dali tak vzniknout latinské hudbě). Žánr, který úspěšně sloučil stejné množství charakteristických hudebních prvků bílé i černé části obyvatelstva, byl *son* a začal se utvářet na východě Kuby během prvních desetiletí tohoto století. Od samého počátku vykazoval směs španělských a afrokubánských prvků. Jeho dvě základní formální části zůstávají ve své původní podobě od dvacátých let až do současnosti a převládá většina písní v rytmu salsy (kterou Kubánci též nazývají *son*, *timba* nebo *guaracha*) se drží tohoto vzoru. Přestože je salsa ovlivněna řadou rytmů Latinské Ameriky, jako jsou *bomba* a *plena* (Portoriko), *merengue* (Domi-