Firuletes und Adornos

Verzierungen im Tango Argentino

Lustrada (der Schuhputzer)

c/o Rolf Neiß, Tanzsporttrainer (DTV) und Tangolehrer
www.tango-tanzenundmehr.de

Nauort, im Oktober 2022

Firuletes bzw. Adornos:

Oberbegriffe für jede Art von **Verzierungen bzw. Verschönerungen**, die mit dem Spielbein auch autonom, d. h. ohne aktive Führung des Führenden ausgeführt werden können.

1. El **Boleo bzw.** El **Voleo**

Voleos sind drehende Bewegungen des Spielbeins, die oft durch einen kleinen Impuls des Mannes bzw. Führenden ausgelöst werden. Der Begriff „Boleos" wird oft dann genutzt, wenn das Spielbein die Verzierung auf dem Boden zeichnet, der Begriff „Voleos" für Spielbeinbewegungen, bei denen das Spielbein angehoben wird. (Letztere bitte nur mit besonderer Vorsicht in der Milonga einsetzen!)

2. El **Lapiz (Bleistift)**

Hierbei zeichnet die Fußspitze des Spielbeins eine Verzierung auf die Tanzfläche.

3. El **Arrastre oder** La **Barrida**

Der Führende „schiebt" mit seinem Fuß den Fuß des Folgenden. (Basiskombination z. B. aus Ocho atras (Drehpunkt 1 links) und Parada))

4. La **Lustrada (Schuhputzer)**

Eine Verzierung, bei der oder die Folgende mit dem Innenspann des Spielbeins am Hosenbein des Partners auf und abfährt.

5. La **Calesita (Karussell)**

Drehung am Ort (Fixpunkt). Das Standbein des Folgenden wird zur Achse. Mit dem Spielbein kann der oder die Folgende einen Lapiz (Nr. 2) oder einen Boleo (Nr. 1) dabei vollziehen.

6. El **Gancho (Haken)**

Das Spielbein des Folgenden umhakt z. B. hierbei das Bein des Partners oder „brusht" rw über über den Boden und hakt gerade rw mit dem Unterschenkel zwischen die Beine des Partners.

7. La **Sacada (Heber)**

Hierbei geht es darum, mit dem eigenen Bein das Bein des Folgenden zu verdrängen bzw. wegzuhebeln. Dies kann mit wenig oder sogar starker Berührung geschehen, so dass das Bein bzw. der Unterschenkel des Folgenden u. U. „fliegt" , wobei z. B. ein Gancho entsteht.

8. 9. 10. Volcadas, Colgadas und Soltadas (die **„Königsdisziplin"** im Tango)

8. La **Volcada**

Hierbei kippt der Führende die oder den Folgende/n kurz aus der Achse, um sie bzw. ihn in einer Kreisbewegung wieder in die Senkrechte zu stellen, nachdem der oder die Folgende mit dem LF vor dem RF (haarnadelartig) eingekreuzt hat.

9. La **Colgada**

Durch Schräglage (Oberkörper voneinander entfernt) verursachte Bewegung bzw. Pose, bei der die Füße verbunden sind, und z. B. eine Art Achse z. B. in einer Rechtsdrehung teilen.

10. La **Soltada**

Hierunter versteht man das kurzfristige Lösen bzw.- Auflösen der Tanzhaltung. Die TH wird geöffnet, wobei sich der Herr entgegengesetzt dreht oder die Dame um den Herrn tanzt.

Firuletes bzw. Adornos (Verzierungen);

Zielsetzung: Mit Verschönerungen den Tango individuell und einzigartig machen

Zu 1 Boleos oder Voleos

Zu 2 El Lapiz (Bleistift)

Zu 3 El Arrastre bzw. El Barrida

Zu 4 La Lustrada (Schuhputzer)

Zu 5 La Calesita (Karusell)

Zu 6 El Gancho (Haken)

Zu 7 La Sacada (Heber)

Zu 8 La Volcada (anlehnen)

Zu 9 La Colgada (von colgar = hängen)

Zu 10 La Soltada (lösen der Tanzhaltung)

Kursprogramm

Kurs 1 Einstiegsstufe; Level 1: Basic

Nr.	Bezeichnung	Übersetzung / Bedeutung	Kursdauer
01	**El Boleo / Voleo**	der Flieger	
02	**El Lapiz**	der Bleistift	
03	**El Arrastre / La Barrida**	das Fegen	
04	**La Lustrada**	der Schuhputzer	
			6 Stunden

Kurs 2 Mittelstufe; Level 2: Fortgeschrittene

Nr.	Bezeichnung	Übersetzung / Bedeutung	Kursdauer
05	**La Calesita**	das Karussell	
06	**El Gancho**	der Haken	
07	**La Sacada**	der Heber	
			6 Stunden

Kurs 3 Königsklasse; Level 3: Specials

Nr.	Bezeichnung	Bedeutung / Übersetzung	Kursdauer
08	**La Volcada**	aneinander anlehnen	
09	**La Colgada**	anhängen, nach außen lehnen	
10	**La Soltada**	öffnen der Tanzfigur	
			6 Stunden

c/o Rolf Neiß, Tanzsporttrainer (DTV) und Tangolehrer
www.tango-tanzenundmehr.de

Nauort, im Oktober 2022

1. Boleos oder Voleos

aus der RückwärtsAcht oder VorwärtsAcht

Voleos sind drehende Bewegungen des Spielbeines, die oft durch einen kleinen Impuls
„ Drehn-Bam-Bam“ des Mannes bzw. Führenden ausgelöst werden.
Der Impuls geht von einer Bewegung und Gegenbewegung der Schulter des/der Führenden aus.

Der Begriff „Boleos“ wird oft dann genutzt, wenn das Spielbein die Verzierung auf dem Boden zeichnet.
Der Begriff „Voleos“ für Spielbeinbewegungen, bei denen das Spielbein angehoben wird. (Letztere bitte nur mit besonderer Vorsicht in der Milonga einsetzen!)

Die Drehpunkte der Ochos (Achten) bieten sich besonders für die Auslösung der Impulse
für die Boleos an.

Quelle: Youtube / How to Do a Boleo / Diego Blanco & Ana Padro`n

2. Lapiz en un giro a la izquierda

Lapiz bedeutet übersetzt Bleistift. Die Fussspitze des Spielbeines zeichnet beim Lapiz eine kreisrunde Verzierung auf die Tanzfläche. Der Ablauf erfolgt i.d.R in Form einer MediaLuna (Halbmond)

Bild 1 bis 3 Lapiz des Herrn

Folgenbeispiel: Sidestep (He LF nL) ,- Vorstep,- Lapiz

Wichtig: Eine stabile Achse auf dem Standbein!

Bild 4 bis 6 Lapiz der Dame

Quelle: Youtube / How to Do the Pencil aka Lapiz / Diego Blanco & Ana Padro`n

3. Arrastre y Barrida

Der Führende „schiebt“ mit seinem Fuss den Fuss des Folgenden.
(Basiskombination z.B. aus Ocho atras (Drehpunkt 1 links) und Parada)

Weiteres Beispiel s. nachfolgende Bildfolge im Wechsel Führender- Folgender

Der Herr dreht die Dame nL auf DP LF schiebt danach mit RF to RF von R nach L

He: hinterkreuzt
RF hinter LF

Dame schiebt RF to LF

Quelle: Youtube / How to Triple Drag aka Triple Arrastre / Diego Blanco & Ana Padro`n

4. Lustrada (Schuhputzer) de parada (Fussstop)

Lustrada ist eine Verzierung, bei der oder die Folgende mit dem Innenspann des Spielbeines am Hosenbein des Partners hin-und herwischt.

Hier im Bild:
Eine Lustrada am rechten Herrenbein, eingeleitet aus einer Parada (Fussstop) aus einem Ocho

Bild 1 Parada

Bild 2 Lustrada

Bild 3 Lustrada

Quelle: Youtube / 1. How to Do Follower Embellisments / Diego Blanco & Ana Padro`n

/2. Lazione di Tango per Pat

5. Calesita (das Karusell)

Die Calesita ist eine Drehung am Platz. Das Standbein des Folgenden wird zur Achse. Mit dem Spielbein kann der oder die Folgende einen Lapiz oder einen Boleo dabei tanzen.
Die Calesita kann rechtsdrehend und linksdrehend getanzt werden, es empfiehlt sich i.d.R. das rechte Damenbein als Standbein zu wählen.
Sie kann von den verschiedensten Schritten aus (Sideschritt,-Vorschritt und Rückschritt) aus eingeleitet werden.

Hier im Bild: Calesita in Rechtsdrehung

Bild 1

Bild 2

Bild 3

Sehr wichtig ist es, dass der Führende in der Drehung sehr gleichmässige Schritte in stets gleichem Abstand zur Dame tanzt. Ferner auch so, das die Dame keinen Gewichtswechsel vollzieht.

Bild 4

Bild 5

Die Bilder 4 &5 zeigen die Ausrichtung des Paares zueinander in Dreiecksform, R to L Seite geschlossen.
Sie legt ihre linke Hand (s.Bild1) auf sein rechtes Schulterblatt, richtet sich zu seinem Zentrum aus und unterstützt so die sichere Führung um ihre Achse.
Hier: Ihr rechtes Standbein.

Quelle: Youtube / How to the Carousel aka Calesita / Diego Blanco &Ana Padro`n

6. Gancho (Haken)

Der Gancho ist eine hakenförmige Bewegung in verschiedenen Tänzen. Der Gancho im Tango Argentino ist eine Bewegung, bei der der Tanzfluss unterbrochen wird und einer der Tanzenden mit einem Bein um eine Oberschenkel oder den Rumpf des/der anderen hakt. (Wikipedia)
Das Spielbein der/des Folgenden umhakt z.B. hierbei das Bein des Partners ; -„brusht“ dazu rückwärts über den Boden und hakt gerade mit dem Unterschenkel zwischen die Beine des Partners.
Das „brushen“ erfoglt dabei aus der Hüfte, der Haken aus dem Kniegelenk.
Liebe Damen - liebe Folgende: Bitte das Knie nicht nach vorn beugen und auch nicht hochziehen! Ihr erspart dem Führenden einige Schmerzen in sehr emfindlicher Gegend ..:-)

Bild 1

Bild 2

Den Gancho setzt man
hauptsächlich in den Ablauf der Vorwärts- und RückwärtsAcht ein.

Die Bilder 1 und 2
zeigen den Gancho von verschiedenen Seiten aus.

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Bild 6

Bild 3 und 4 zeigen den Gancho in der RW-Acht
in die RückAchtGancho führen wir die Dame rückwärts ,-
in den geknickt- geöffneten Kniebereich

Bild 5 und 6 den Gancho in der VW-Acht
beim VWAcht-Gancho ebenso durch
eine analoge Rückbewegung.

Quelle: Youtube / The Hook aka the Gancho / Diego Blanco & Ana Padro`n

7. Sacada - (hier) adelante

Hierbei geht es darum mit dem eigenen Bein bzw. Fuss das Bein bzw. den Fuss des Folgenden zu verdrängen bzw. wegzuhebeln. Dies kann mit wenig oder sogar starker Berührung geschehen, so dass u.U. sogar das Bein bzw. der Unterschenkel des Folgenden „wegfliegt“ und ein Gancho entsteht.

Bild 1

Bild 2

Bild 3
Schritt der Dame etwas größer !

Bild 4

Bild 5

Bild 6

Bild 7

nach Bild 7 Sacada am Linken Damenbein kann im Rhythmus 123 eine Wechselsacada L-R geführt werden

Quelle: Youtube / How to Sacada / Diego Blanco & Ana Padro`n

8. **Volcadas**

Hierbei kippt der Führende die Folgende schräg zu Ihm hin aus der Achse um Sie nach einem Seitschritt für den Herrn diag. rw nL in einer flüssigen Kreisbewegung wieder in die Senkrechte zu stellen, nachdem der oder die Folgende mit dem LF vor dem RF (haarnadelartig) eingekreuzt hat.

Bild1 : Körper-Haltung

Wichtige Details:

Die Achse der Dame ist leicht zum Herrn hin geneigt. Ihre linke Seite und seine rechte Seite sind in Brusthöhe geschlossen.

Die Führung in der Vulcada können wir uns bildhaft wie das Rühren in der Suppe im Rhythmus: Herr: „ side-rück-vor“ vorstellen.

Bild 2

Bild 3

Bild 4

Ablauf der Volcada:

1. Seitschritt Herr LF leicht diagonal nach Links rückwärts. Dame rechter Fuss nR. (s. Bild2)
2. Herr setzt den LF auf und lenkt die Achse der Dame auf Ihren RF.(RF des Herrn und LF der Dame ist unbel.) (s. Bild 3)
3. Herr beendet mit Schulter leicht nR -Körper nL und RF nach vorn die Volcada (s. Bild 4)in der er den linken Fuss der Dame haarnadelförmig über Ihren rechten Fuss zur linken Seite führt.

Nr. 1 bis 3 werden dabei in flüssiger Bewegung im Rhythmus: Herr: „ side-rück-vor“ wie „beim Rühren in der Suppe“ ausgeführt.

Quelle: Youtube / How to Do Volcada / Diego Blanco & Ana Padro`n

9. Colgadas

Durch Schräglage (Oberkörper voneinander entfernt) verursachte Bewegung bzw.Pose, bei der die Füsse verbunden sind, und z.B. eine Art Achse z.B. in einer Rechtsdrehung teilen.
Dabei erinnern wir uns an die Kinderzeit, in der wir uns spielerisch (wie in Bild 1) im Kreis drehten. Wir gehen dabei leicht in die Knie, so als wenn wir uns auf einen Stuhl setzen wollten und achten darauf das der Rücken nicht nach hinten gebogen wird und der Kopf gerade in Verlängerung der Wirbelsäule bleibt.
Das Erreichen dieser Haltung erfordert zugegebenermassen einiges an Übung!

Bild 1: Colgada

Bild 2

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Bild 6: Fusstechnik in der Drehung
Herr kreuzt LF hinter RF

Zum Ablauf der Colgada (s. Bilder 2 bis 6):

1. Seitschritt Herr LFnL - Da RF nR
2. die „hängende“ Haltung der Colgada einnehmen (s. Bild 3)
3. Parada : RF Herr markiert den RF der Dame (s.Bild 2,3 +4))
4. Drehung nL einleiten , Dame bleibt auf dem RF als Drehpunkt,- Herr hinterkreuzt LF hinter RF und dreht auf seinem RF , also DP beide auf RF! (s. Bild 6)
5. Resolution: nach Drehung ca. 180 ° nL : Herr entkreuzt die Füsse,-Dame setzt LF über RF in der GüSt auf.

Quelle: Youtube / How to Do a Tango-Colgada / Diego Blanco & Ana Padro´n

10. Soltada

Unter einer Soltada versteht man das kurzfristige Lösen bzw.- Auflösen der Tanzhaltung.
Die Tanzhaltung wird geöffnet, wobei sich der Herr entgegengesetzt dreht während die Dame im Rücken des Herrn im System „rück – seit – vor“ bzw. „rück – seit – vor – seit“ um Ihn tanzt.

Vorübungen:
1. Ocho atras, (RückwärtsAcht)
2. Molinete im Rhythmussystem: „ rück - seit – vor – seit „

Das nachfolgende Beispiel zeigt exemplarisch die Basisvariante einer Soltada aus einer RückwärtsAcht mit der salida amerikana als Ausgang.

Bild 1
Eingang wie RückAcht
Da zum DP LF in DrR

Bild 2
Zählhilfe: „rück“
He: DrL auf LFvder Da
Da: RF „rück“

Bild 3
Zählhilfe: „seit“
He: RF nR vdDa-Da LF“seit“

Bild 4
Zählhilfe: „vor“
He: LFzuRF- Gew.LF
Da DrR auf RF

Bild 5
Zählhilfe: „drehn“
He: DrL auf LF-
Da: DrR auf RF

Bild 6
Zählhilfe: „salida“
Beide innere Füsse
He: RF vor-Da:LF vor

Quelle: Youtube / Soltadas from Back Cross / Clint Rauscher & Shelly Brooks

10.1 Erweiterung des vor gezeigten Basisvariante mit einer Sacada in den Schritt der Dame zwischen Bild 4 und 5. Die Dame tanzt dazu: „rück – seit – vor – seit“

Bild 7

Sacada mit ReHeBein
In den Schritt der Dame

Bild 8

Dame dreht in DrR rück auf LF
Herr Fusswechsel RF-LF
in der Rechtsdrehung.

Bild 9

Ausrichten in die
Resolution

Lizenzerhaltschulung Tr C Bsp / Instructor Tango Argentino
Thema: „Firuletes (Verzierungen) im Tango“

Landestanzsportverband:	Hessen
Termin:	Samstag, 19. November 2022
Lehrgangsdauer:	10:00-17:00 Uhr
Vorgesehene LE:	8 fachlich Tr C Bsp / Instruktor Tango Argentino
Lehrgangsort:	Bürgerhaus Reiskirchen, Schulstraße 19, 35447 Reiskirchen, direkt an der A5, Ausfahrt Reiskirchen Anreise auch mit der Bahn möglich, die Bahnsteige befinden sich direkt am Bürgerhaus
Lehrgangsleiter:	Kai Jungbluth (Lehrwart HTV), Michael Fischer (Beauftragter HTV)
Dozent:	Rolf Neiß, Nauort/RP (Fachexperte Tango Argentino)
Teilnehmerzahl:	maximal 30
Zulassungsbereich:	DTV
Lehrgangsgebühr:	40,00 Euro bei Vorabüberweisung, 50,00 Euro bei Zahlung am Lehrgangstag Überweisung mit der Anmeldung auf das HTV-Lehrgangskonto bei der Sparkasse Darmstadt: IBAN: DE83 5085 0150 0023 0114 17 BIC: HELADEF1DAS Verwendungszweck: „LZE-TGA-2022“ und Teilnehmername
Schulungsinhalte:	Firuletes (Verzierungen) im Tango Anmerkung: Firuletes können grundsätzlich auch im europäischen Tango eingesetzt werden
Meldung:	bis spätestens 14 Tage vor Lehrgangsbeginn per Email, Fax oder Brief an die HTV-Geschäftsstelle, Wächtersbacher Str. 80, 60386 Frankfurt/Main Telefon: 069 / 424 029 Telefax: 069 / 422 380 E-Mail: mail@htv.de Teilnehmer aus außerhessischen Tanzsportverbänden bitte vorab die/den zuständige/n Lehrwart/in informieren. Von jedem gemeldeten Teilnehmer werden folgende Angaben benötigt: - Name - Email-Adresse (für Übermittlung von Informationen / Kontakt) - Mobilnummer (für eilige Übermittlung von Informationen / Kontakt) - meldender Verein - zuständiger Landesverband
Information gemäß DSGVO:	Die Meldedaten werden ausschließlich für die ordnungsgemäße Durchführung der Fortbildung verwendet und nur verbandsintern weiter gegeben (Lehrwarte/innen). Mit der Anmeldung erklärt sich die angemeldete Person ausdrücklich damit einverstanden, dass seine Daten entsprechend verwendet werden dürfen.

La Barrida o El Arrastre

Wortbedeutung: das Fegen

Demo einer Barrida aus dem Seitschritt

Quelle:

Youtube Video ,-Diego Blanco & Ana Padro`n (Profilehrer aus Manhatten)

Den Fuß des Partners mit dem eigenen Fuß wegschieben oder ziehen.

Normalerweise nur eine Illusion - der Fuss des Mannes begleitet den Fuss der Frau.

Nauort im Oktober 2022

Anlagen:

1. **Variante 1: Barrida aus dem Seitschritt**
2. **Variante 2: Barrida aus der Kreuzbase**

Barrida o Arrastre; Variante 1

Der Führende „schiebt“ mit seinem Fuss den Fuss des Folgenden.
(Basiskombination z.B. aus Ocho atras (Drehpunkt 1 links) und Parada)

Beispiel Variante 1: s. nachfolgende Bildfolge im Wechsel Führender- Folgender

Herr dreht die Dame nL auf DP LF schiebt danach mit RF to RF von R nach L

He: hinterkreuzt RF hinter LF

Dame schiebt RF to LF

Quelle: Youtube / How to Triple Drag aka Triple Arrastre / Diego Blanco & Ana Padro`

Barrida o Arrastre; Variante 2

Barrida simple aus der Kreuzbase; (Bsp.: aus DVD Vals, Ricardo& Rotraut)

Bild 1

Bild 2

Bild 3

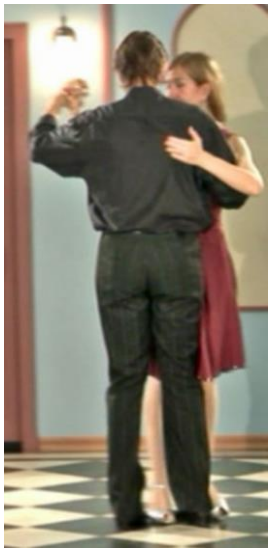

Bild 4

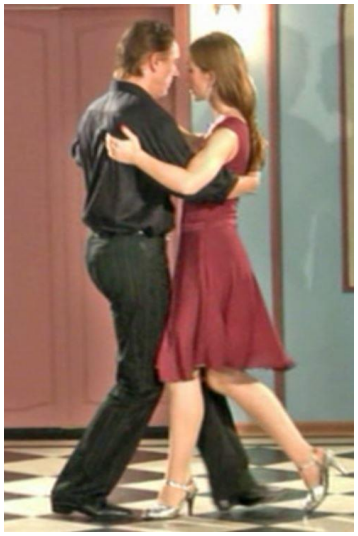

Bild 5

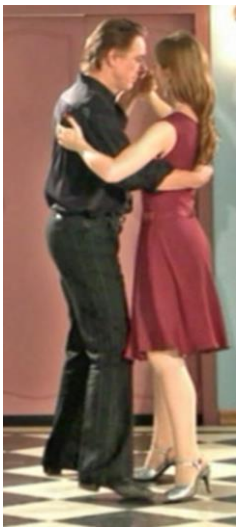

Bild 6

Fortsetzung nach Bild 6:

(Pos: Gegen Tanzrichtung!)

Wahlweise Cunita in Rechtsdrehung oder Linksdrehung

oder

kleine Rechts- oder Linksdrehung am Platz

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 6):

1. **Start in GüSt**
2. **Seitschritt Herr nL- mit Gewichtswechsel RF auf LF in die Kreuzbase, - Dame nR (s.Bild 1)**
3. **Vorwärtsschritt in der Kreuzbase, He: LF – Da: LF**
4. **Fusschieber: He: mit RF – Da: RF**
5. **Parada am rechten DaFuß mit Sandwich in Paar-Rechtsdrehung (Bel. He: LF- Da:RF)**
6. **Rückschritt He: RF – Da LF (s.Bild 5)**
7. **Seit-Schluss He: LF nL – Da RF nR (s.Bild 6)**

Quelle: DVD Vals Curso de Tango, Ricardo & Rotraut

La Sacada - Varianten 1 bis 8

Wortbedeutung: Heber

Demo einer tiefen Sacada

Quelle:
Youtube Videos ,-Diego Blanco & Ana Padro`n, (weltweit tätige Profilehrer aus Manhatten)

Sacada ist ein Eintreten in den Raum des Partners;
wir hebeln bzw. verdrängen das Bein des oder der Folgenden.

Wir führen eine Sacada wahlweise als tiefe Sacada mit dem Fuß
oder hohe Sacada mit der Wade oder dem Oberschenkel aus.

In der geschlossenen Umarmung wählen wir vorzugsweise
die Form einer hohen eine hohen Sacada.

Anlagen:

1. **Allgemeine Grundlagen.**
2. **Link-Liste zu den Youtube-Videos**
3. **8 verschiedene Varianten**

Anlage 1: allgemeine Grundlagen

1. **Tanzhaltung:**

   Zum üben empfiehlt sich die offenere Tanzhaltung, Sacadas können selbstverständlich auch in geschlossener Tanzhaltung getanzt werden.

2. **Fusstechnik des oder der Führenden:**

   Eine Empfehlung (kein muss!) : Abrollen von Ferse zu Ballen zum heben des zu verdrängenden Beines.

3. **Besonderer Hinweis für die tiefe Sacada:**

   Vor allen bei der tiefen Sacada ist viel Übung erforderlich um eine Fussverletzung des/der Folgenden zu vermeiden!

4. **Grundsätzlich gilt: „Üben-üben“ und „viel Geduld!“!**

2. Link- Liste zu Sacada - Yuotube Videos

Link 1: How to sacada

(Quelle: Diego Blanco & Ana Padro`n, Profilehrer aus London)

https://www.youtube.com/watch?v=zsiG6syustM

Link 2: 3 Sacadas Option for social dancing – For More Tango Fun

(Quelle: Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London)

https://www.youtube.com/watch?v=d6JyGKam-nE

Link 3: 3 Ways to Add A sacada in your Tango Walking

(Quelle: Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London)

https://www.youtube.com/watch?v=ycKq9YiEUd8

Link 4: Doble Sacada en el caminada

(Quelle: Youtube,-Mundo virtual Tango)

https://www.youtube.com/watch?v=PhfbJu4xDcE

Technik Details:

Link 5: Sacada Technik

(Quelle: Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London)

https://www-tango--space-com.translate.goog/tango-argentino-sacada-technique-leaders-followers/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=de&_x_tr_hl=de&_x_tr_pto=sc

Link 6: 4 Technical details to make your sacada work

(Quelle: Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London)

https://www.youtube.com/watch?v=L7uK-6rmVNM&t=54s

Sacada – Variante 1 (Video s.Link 1)

Option: 3 Sacadas aus dem Kreuz der Frau in der Rechtsdrehung

Bild 1
Im Kreuz

Bild 2
Ausgang Kreuz

Bild 3
1ste Sacada

Bild 4
weiter in DrR

Bild 5
2te Sacada

Bild 6
weiter in DrR
vor Eingang 3te Sacada

Bild 7
Ende 3te Sacada
li DaB vorgekreutzt

nach Bild 7 Sacada am Linken Damenbein kann im Rhythmus 123 eine Wechselsacada L-R geführt werden

Quelle: Youtube / How to Sacada / Diego Blanco & Ana Padro`n

Sacada- Varianten 2, 3 + 4

Quelle: 3 tango sacada options for social dancing

(Video s. Link 2, Sacada # 1 ,-VLC-Zeit: 01:37-04:15)

Sacada - Variante 2 : Simple Sacada 1 in DrR

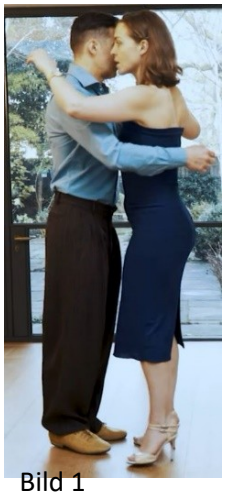

Bild 1

Start in GüSt

Bild 2

Sidestep der Dame dia nR und 1ste Sacada

Bild 3

1ste Sacada

Wichtige Details: Sidestep der Dame nicht zu groß/ das li Dabein nicht zu weit nach aussen!
Den Herrenfuß präzise an IK reDaF setzen!

Bild 4

weiter in DrR

DP: Dame:LF + RFzuLF
- Herr LFzuRF in der Dr

Bild 5

Ende der Drehung

Da rw zum Herrn
mit RF rück+ LFzuRF

Bild 6

Dame in Ballendrehung

LFzuRF in die GüSt führen

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London

Sacada - Variante 3: Sacada in der Kreuzbase im VW-Schritt mit anschliessender ¼ Rechtsdrehung

(Video s. Link 2, Sacada # 2 ,- VLC-Zeit: 04:10 – 07:45)

Bild 1
Start in GüSt

Bild 2
Sidestep mit GW in die Kreuzbase

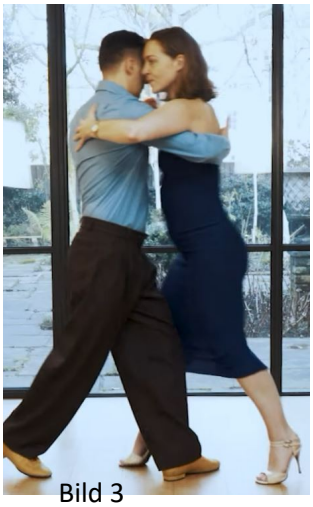

Bild 3
hohe Sacada inside
Herr LBein-Da RBein

Bild 4
Da: hinterkreuzt RF neben LF
He: in kreisf. Centerbewegung

Bild 5
Auskreuzen

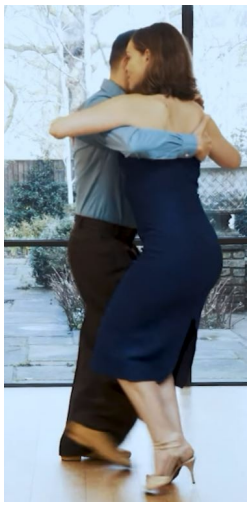

Bild 6
Vorwärtsschritt

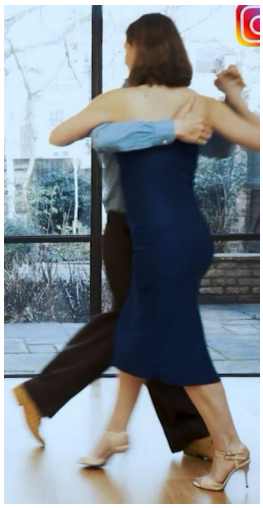

Bild 7
Eingang Rechtsdrehung

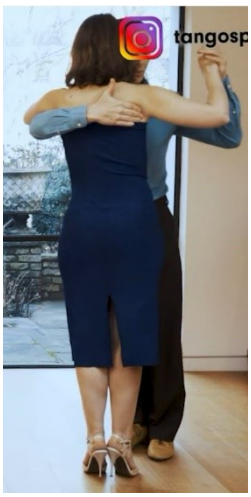

Bild 8
Ende in ¼ Rechtsdr.

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 8):

1. **Start in GüSt (s. Bild 1)**
2. **Seitschritt Herr nL- mit Gewichtswechsel RF auf LF in die Kreuzbase ,- Dame nR (s.Bild 2)**
3. **Sacada1- inside- Herr LF/ Bein- Dame RB zum hinterkreuzen neben dem LBein (s. Bilder 3 + 4)**
   Der Herr führt das hinterkreuzen reboundartig mit einer kreisförmigen Centerbewegung.
4. **Auskreuzen der Dame mit GeWe von LF auf RF - Begleitung des Herrn mit „rück-seit“ (s. Bild 5)**
5. **Vorwärtsschritt -Übergang zur ¼ Rechtsdrehung, Dame LF rück- Herr RF vor (s. Bild 6)**
6. **Rechtsdrehung: Herr DP RF + LF bei – Dame DP LF (s.Bild 7)**
7. **Ende in GüSt in ¼ DrR zum Start (s. Bild 8)**

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London

Sacada- Variante 4: 2 Sacadas (outside + inside) in einer 360° Rechtsdrehung

(Video s. Link 2, Sacada # 3 ,- VLC-Zeit: 07:50 – 10:00)

Bild 1
Start

Bild 2
Seitschritt nL
in die Kreuzbase

Bild 3
1te Sacada
outside dia nR

Bild 4
Da: vorkreuzend
RF vorLF ohne Gew.

Bild 5
Einleitung Rechts-
bewegung

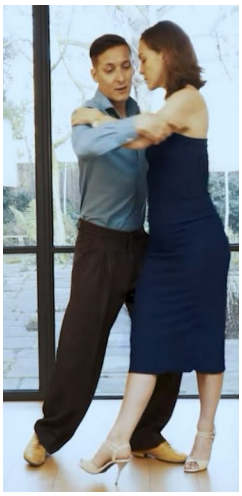

Bild 6
In der Rechtsdr.

Bild 7
Einleitung 2te Sacada

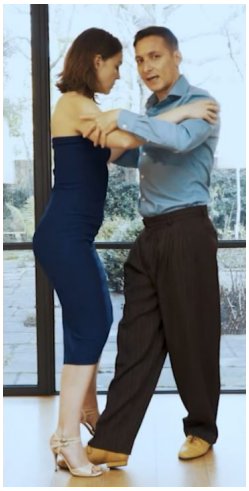

Bild 8
2te Sacada

Bild 9
Rechtsdrehung

Bild 10
Ende in GüSt.

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 10):

1. **Start in GüSt (s. Bild 1)**
2. **Seitschritt Herr nL- Dame nR mit Gewichtswechsel des Herrn RF auf LF (s.Bild 2)**
3. **Sacada1 diagonal-outside Herr LF/ Bein- Dame RB dia nR zum vorkreuzen vor dem LBein (s. Bilder 3 + 4)**
4. **Einleitung der Rechtsdrehung durch eine fliessende Centerbewegung (s. Bild 5)**
5. **In der Rechtsdrehung, Dame auf DP reBein – Herr 2 Fuss DrR mit Gew. auf LF (s. Bild 6)**
6. **Einleitung der 2ten Sacada inside (s. Bild 7)**
7. **Sacada2 inside Herr RF – Dame RF (s. Bild 8)**
8. **Rechtsdrehung: Herr DP RF + LFzu RF – Dame DP LF (nicht zu weit nach aussen setzen!) , endend im opening out, anschl. Da: in DrL ausrichten zum Herrn (s.Bild 9)**
9. **Ende in GüSt (s. Bild 10)**

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London
Musik: Gallo Ciego / Orquesta Osvaldo Pugliese

Sacada – Varianten 5, 6 + 7

Quelle: 3 Ways To Add A Sacada In Your Tango Walking

(Video s. Link 3, Sacada # 1,- VLC-Zeit: 00:00 – 05:32)

Sacada -Variante 5 :

Sacadas im Walking in der Kreuzbase abwechselnd mit dem linken und rechten Herrenbein outside des Damenbeines

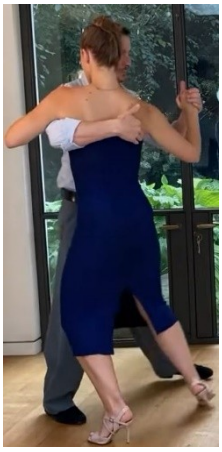

Bild1
Seitschritt

Bild 2
in Kreuzbase

Bild 3
1ste outside Sacada
am reDaB dia nR

Bild 4
reDaBein vor dem liDaB
ohne Gew.!

Bild 5
Auskreuzen zum
Rückschritt mit reDaB

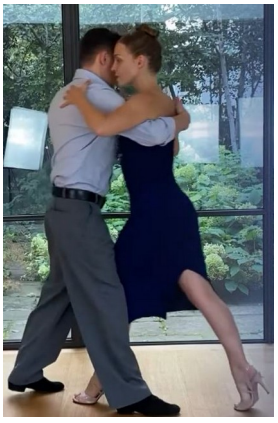

Bild 6
2te outside-Sacada
liDaB vor dem reDaB

+ Bild 7
reHeB am liDab dia nL
vorkreuzen ohne Gew.

Bild 8
weiter **zur 3ten Sacada**
vorher auskreuzen!

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 8):

1. **Seitschritt He: nL- mit Gewichtswechsel RF auf LF in die Kreuzbase ,- Dame nR (s.Bild 1+2)**
2. **1ste Sacada - outside – He: LF/ Bein- Da: reB zum Vorkreuzen vor das liDaBein (s. Bilder 3+4)**
3. **Auskreuzen der Dame nL (re der Dame) zum Rückschritt mit dem reDaBein (s. Bild 5)**
4. **2te Sacada -outside – He:RF/Bein – Da:liB zum Vorkreuzen vor das reDaBein (s. Bilder 6+7)**
5. **Auskreuzen der Dame nR (li der Dame) zum Rückschritt mit dem liDaBein (s. Bild 7+8)**
6. **Weiter optional zur 3ten Sacada (wie Sacada 1) outside am reDaB……**

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London

Sacada- Variante 6 :

(Video s. Link 3, Sacada # 2,- VLC-Zeit: 05:32 – 09:00)

Sacadas im Walking in der Kreuzbase mit dem linken Herrenbein jeweils inside des rechten Damenbeines (Dame hinterkreuzt beim Schliessen des Herrn)

Bild 1
Seitschritt nL in die Kreuzbase
Da: nR , Gew. auf RF

Bild 2
1ste Sacada inside
am reDaB -LF gerade rückwärts

Bild 3
He: schliesst RFzuLF
Da: hinterkr.RF/LF
mit Gew. auf RF

Bild 4
Da: kreuzt vord.LF aus
Rückschritt mit LF

Bild 5
2te Sacada inside
Li HeB -an re DaB (wie Bild 2)

Bild 6
(wie Bild 3)

Bild 7
(wie Bild 4)

Bild 8
3te Sacada inside
(wie Bild 2)

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 8):

1. **Seitschritt Herr nL- mit Gewichtswechsel RF auf LF in die Kreuzbase ,- Dame nR (s.Bild 1)**
2. **Sacada 1 - inside- Herr LF/ Bein- Dame RB zum hinterkreuzen neben dem LBein (s. Bilder 3) mit Gewicht auf dem RF**
3. **Auskreuzen des vorderen liDaF zum Rückschritt mit dem liDaFuss (s. Bild 4)**
4. **Sacada 2 – inside – (Beschreibung wie Nr.2!)**
5. **Auskreuzen des vorderen liDaF zum erneuten Rückschritt mit dem liDaFuss (wie Nr.3!)**

Hinweis auf eine Alternative ! Die Sacadafolge kann auch durchlaufend ohne Schliessen und Einkreuzen im Wechsel inside LiHeB/ reDaB und outside ReHeB/ liDaB getanzt werden!

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in Londo

Sacada- Variante 7 :

(Video s. Link 3, Sacada # 3,- VLC-Zeit: 09:00 – 16:05)

Sacadas im Walking in der Kreuzbase mit VW-Ochos abwechselnd mit dem linken und rechten Herrenbein in den rückwärtigen Schritt der Dame

Bild 1
Seitschritt diagonal
In die Kreuzbase

Bild 2
Einleitung Ocho-vw

Bild 3
1ste Sacada

Bild 4
Da: dreht auf LF nL
in Kehre links

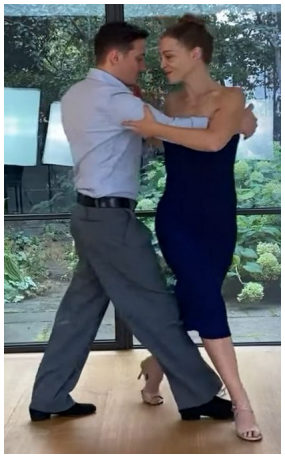

Bild 5
2te Sacada

Bild 6
Dame dreht auf RF nR

Bild 7
3te Sacada

Bild 8
Da: dreht aus LF nL

Zum Ablauf der Kombination (s. Bilder 1 bis 8):

Wichtige Details:
a) Der Herr führt die Kombi geradeaus in einer Linie ‚abwechselnd immer im Rhythmus „Er" und Sie".
b) Die Dame überdreht jeweils im Drehpunkt größer 180°, ca. 225°!

1. **Seitschritt Herr diag. nL- mit Gewichtswechsel RF auf LF in die Kreuzbase ‚- Dame nR (s.Bild 1)**
2. **Dame in die VW- Acht mit dem inneren LF zum DP Ocho-Kehre L führen**
3. **Sacada 1 - inside- Herr LF/ Bein- Dame RB in den rückwärtigen Schritt (s. Bilder 3)**
4. **Linksdrehung der Dame auf dem LF in Kehre R des Ochos (s. Bild 4)**
5. **Sacada 2 - weiter Schritt der Dame mit Ihrem RF – Herr mit reBein in den Schritt der Dame mit RF zur Rechtsdrehung der Dame im DP Ocho Kehre R führen. (s. Bild 5)**
6. **Dame wieder in Schritt mit LF vor führen (s. Bild 6)**
7. **Sacada 3 – weiter Schritt der Dame mit Ihrem LF – Herr mit liBein in den Schritt der Dame zum DP Ocho Kehre L…… (s. Bild 7, gleiche Pos. wie Bild 3)**
8. **Weiter wie Bild 5 ….**

Quelle: Youtube / Sacadas How-To; Pablo & Anne, Tangospace Tanzschule in London

Sacada Variante 8: Doble sacada en la caminada (Video s. Link 4)

Schritt Nr.	Herr	Dame	Bildfolge
1	Seitschritt LF nL	Seitschritt RF nR	Bild 1
2	LF zu RF Gewichtswechsel ins gekreuzte System	Gewicht bleibt auf RF	Bild 1
3	LF VW-Schritt im gekreuzten System li AP	LF rück	Bild 2
4	1.Sacada inside, rechts mit RF/Bein am liDaB	liBein wird durch die 1.Sacada verdrängt/ gehebelt	Bild 3
5	2.Sacada inside, links mit LF/Bein am reDaB	reBein wird durch die 2.Sacada verdrängt/ gehebelt	Bild 4
6	Whlg. 1.Sacada inside,rechts Wie Nr.4!	Wie Nr.4	Bild 5
7	Whlg. (Nr.3) LF VW-Schritt im gekreuzten System li AP - danach Rebotte	Wie Nr.3	Bild 6
8	Ausgang mit Rebotte (Wiege vor-rück), Rechtsdrehung, (Herr hinterkreuzt RF hinter LF) , Parada und Pasada		Bilder 6,7+8

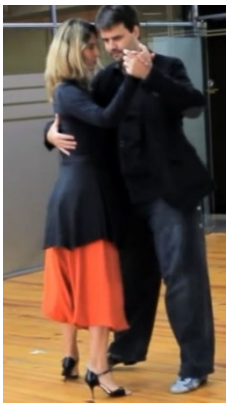

Bild 1

Bild 2

Bild 3 **1te Sacada**

Bild 4 **2te Sacada**

Bild 5

Optional:

Nach der Whlg. der 1. Sacada (Bild 3+5)
Kann auch die 2te Sacada wiederholt werden!

Bild 6

Bild 8

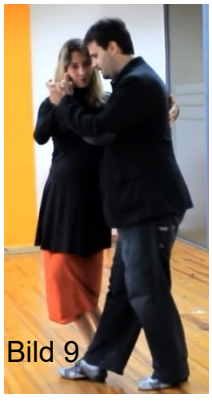

Bild 9

Quelle: Youtube Video Dople Sacada en la caminada

La Colgada – Varianten 1,2 und 3

Wortbedeutung: von colgar = hängen

Demo einer Colgada in einer Linksdrehung

Quelle:

Youtube Video ,-Diego Blanco & Ana Padro`n (Profilehrer aus Manhatten)

Colgada ist eine durch Schräglage (Oberkörper voneinander entfernt) verursachte Bewegung bzw.Pose, bei der die Füsse verbunden sind, und eine Art Achse z.B. in einer Rechtsdrehung teilen.
Dabei erinnern wir uns an die Kinderzeit, in der wir uns spielerisch im Kreis drehten.
(s. Bild 1 der ersten Anlage)
Wir gehen dabei leicht in die Knie, so als wenn wir uns auf einen Stuhl setzen wollten und achten darauf das der Rücken nicht nach hinten gebogen wird und der Kopf von der Hüfte aus gerade in Verlängerung der Wirbelsäule bleibt.

Nauort im Oktober 2022

Anlagen:

1. **Variante 1: Golgada in einer Dreiviertel- Linksdrehung**
2. **Variante 2: Golgada aus dem Wiegeschritt in einer 360° Linksdrehung**
3. **Variante 3: Vals- Golgada in einer Rechtsdrehung mit Vorwärts - Ocho**

Variante 1: Colgada in einer Dreiviertel-Linksdrehung

Colgada, durch Schräglage (Oberkörper voneinander entfernt) verursachte Bewegung bzw.Pose, bei der die Füsse verbunden sind, und z.B. eine Art Achse z.B. in einer Rechtsdrehung teilen.
Dabei erinnern wir uns an die Kinderzeit, in der wir uns spielerisch (wie in Bild 1) im Kreis drehten. Wir gehen dabei leicht in die Knie, so als wenn wir uns auf einen Stuhl setzen wollten und achten darauf das der Rücken nicht nach hinten gebogen wird und der Kopf von der Hüfte aus gerade in Verlängerung der Wirbelsäule bleibt.

Bild 1: Colgada

Bild 2

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Bild 6: Fusstechnik in der Drehung
Herr kreuzt LF hinter RF

Zum Ablauf der Volgada (s. Bilder 2 bis 6):

1. Seitschritt Herr LFnL - Da RF nR
2. die „hängende“ Haltung der Golgada einnehmen (s. Bild 3)
3. Parada : RF Herr markiert den RF der Dame (s.Bild 2,3 +4))
4. Drehung nL einleiten , Dame bleibt auf dem RF als Drehpunkt,- Herr hinterkreuzt LF hinter RF und dreht auf seinem RF , also DP beide auf RF! (s. Bild 6)
5. Resolution: nach Drehung ca. 180 ° nL : Herr entkreuzt die Füsse,-Dame setzt LF über RF in der GüSt auf.

Quelle: Youtube / How to Do a Tango-Golgada / Diego Blanco & Ana Padro´n

Variante 2: Colgada in einer 360 ° Linksdrehung

Ablauf: Eingang aus dem Wiegeschritt „vor-rück“

Nr.	Herr	Dame	Bemerkungen	Bild Nr.
1	LF vor - RF rück	RF rück – LF vor	Wiege vor-rück in Tr	1
2	DrL auf dem RF	DrL auf LF	Linksdrehung bis gegen TR	2
3	DrL LF vorn - RF hinten	RF an LiHeF	Einstieg in die Colgada	3
4	Gewicht auf RF hinten – LF nur Teilgewicht	Überstieg mit LiDaB über das ReHeB, RF bleibt noch an dem LiHeF	Golgada in off-axis Haltung	3+4
5	Restl. DrL auf beiden Füssen bis in die GüSt	Auf dem LF aufsetzen und weiterdrehen bis in TR	Restl. DrL bis in die GüSt wieder in TR	5+6

Bild 1

Bild 2

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Bild 6

Quelle: Youtube /Colgada Basics with Miguel Calo / Song: Al Compas Del Corazon

Variante 3:
Vals - Colgada in einer Rechtsdrehung mit einem Vorwärts-Ocho

Ablauf: Eingang aus dem Kreuz der Frau in die Colgada mit dem Ocho vorwärts

Nr.	Herr	Dame	Bemerkungen
1	S2 LF seit nL	S2 RF seit nR (LF oG)	Eingang in die Kreuzbase
2	S3 RF vor	S3 LF rück	
3	S4 LF vor – RF bleibt hinten	S4 RF rück + LF vor RF einkreuzen	Kreuz der Frau s. Bild 1
4	OK-Führung nR (DP LF) ½ DrR , Ende gegen TR	Parada am RF	s. Bild 2 (vor der Parada)
5	RF vor + RF der Dame suchen	RF aus Kreuz vor zum ½ Ocho	s. Bild 3 (zum Sandwich)
6	Sandwichbildung + Golgada in 360° DrR (Gew. auf RF); in der Golgada GW von RF aus LF	360°DrR mit Gew. auf RF In Sandwichpos.	Sandwich mit Golgada in 360° Rechtsdrehung s. Bild 4
7	RF rück	LF vor	s. Bild 5
8	LF seit	RF seit	
9	RF zu LF schliessend	LF zu RF	

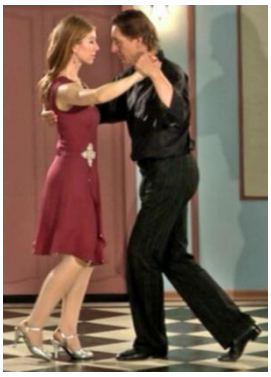

Bild 1

Bild 2

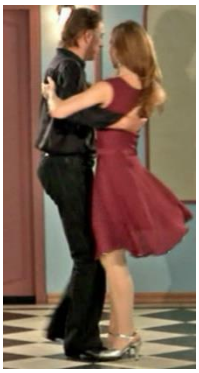

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Quelle: DVD Vals, Ricardo & Rotraut, Sin Rumbo, Kap. 4.2 (VLC – Zeit: 42:23)