



ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ «Αθλητικός Τουρισμός, Οργάνωση Δρωμένων, Χορός»

Ο λαϊκός χορός ως μέσω αναψυχής I & II

Γουλιμάρης Δημήτρης
Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ.



Hora

Χώρα προέλευσης:
Ισραήλ

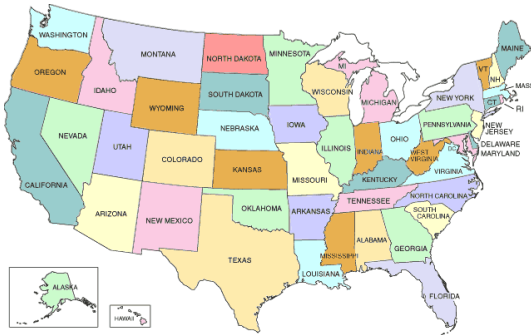


8 βήματα

1-4 άρσεις αριστερά (με δεξί), δεξιά (με αριστερό)

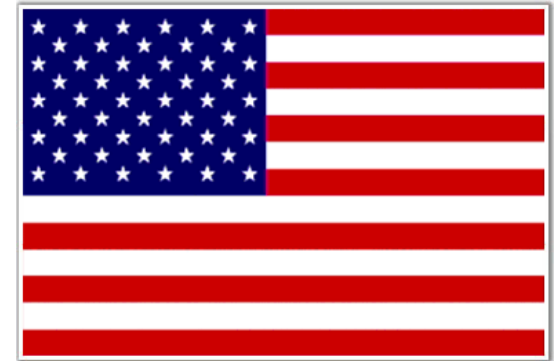
5-6 αριστερό, δεξί πάνω

7-8 αριστερό, δεξί πίσω



Jiffy Mixer

Χώρα προέλευσης:
USA



Χορός σε ζευγάρια που σχηματίζουν ένα κύκλο. Μέσα οι γυναίκες έξω οι άνδρες
Η παρακάτω περιγραφή αφορά τον εξωτερικό κύκλο.

$2 \times \left\{ \begin{array}{l} 8 \text{ Βήματα. Ξεκινώ με το αριστερό πόδι.} \\ 8 \text{ Βήματα. Ξεκινώ με το δεξί πόδι.} \end{array} \right\}$

8 μετρήματα πίσω + παλαμάκια

8 αργά βήματα δεξιά, πρόσωπο με πρόσωπο με το ζευγάρι



Branle de Quercy

Χώρα προέλευσης: Γαλλία



Branle είναι ένας τύπος γαλλικού χορού δημοφιλούς από τις αρχές του 16ου αιώνα μέχρι σήμερα, χορεύεται από ζευγάρια σε γραμμή ή κύκλο.

A μέρος

- 2 δαρια. Πιάσιμο στον κύκλο
- 2 δαρια. Χτύπημα ποδιού
- 2 δαρια. Χόπλα
- 2 δαρια. Πλάγια
- 2 δαρια. Στις μύτες
- 2 δαρια. Κύκλο με τα χέρια

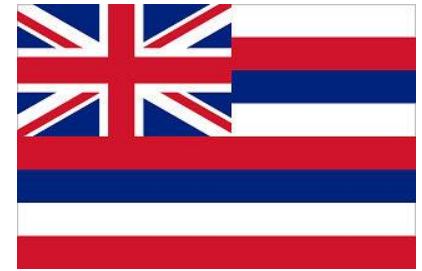
B μέρος

- 2 δαρια. Χτύπημα ποδιού
- 1 δαρι. Άνδρας στον κύκλο
- 1 δαρι. Γυναίκα στον κύκλο
- 2 δαρια. Ζευγάρι πλάγια βήματα
- 2 δαρια. Μπαλαρίνα
- 2 δαρια. Άνδρες παλαμάκια



Hukilau

Χώρα προέλευσης:
Χαβάη

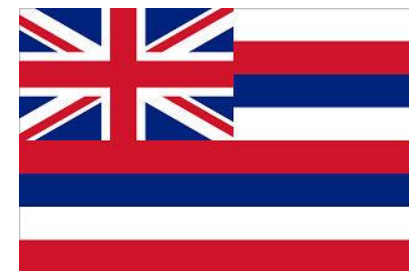


Hukilau είναι τρόπος ψαρέματος που εφευρέθηκε από τους αρχαίους Χαβάους. Η λέξη προέρχεται από το *huki* , που σημαίνει έλξη, και *lau* , που σημαίνει φύλλα. Ένας αριθμός ατόμων, της οικογένειας και φίλοι, δούλευαν μαζί για να ρίξουν το δίχτυ από την ακτή και μετά να το τραβήξουν πίσω. Το δίχτυ ήταν επενδεδυμένο με φύλλα *ti*, που θα βοηθούσαν να τρομάξουν τα ψάρια στο κέντρο του δικτύου. Σύμφωνα με την παράδοση της Χαβάης, όποιος βοήθησε μπορούσε να μοιραστεί τα αλιεύματα.



Hukilau

Χώρα προέλευσης:
Χαβάη



«Πάρτι για ψάρεμα».

Ο χορός αναφέρεται στο ψάρεμα και στην αντίστοιχη γιορτή.

Πόδια

4 βήματα δεξιά & 4 αριστερά (συνεχόμενα)

Χέρια (κάθε σειρά γίνεται σε 8 βήματα)

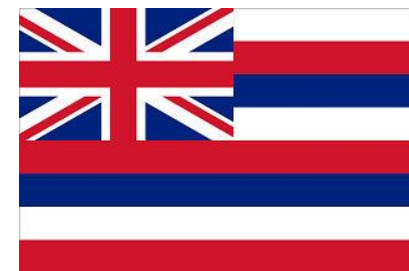
αυτο stop, τράβα τα δίχτυα,
τράβα τα δίχτυα, τράβα τα δίχτυα,
Χέρια πάνω & κάτω στο στήθος,
τρώω, τρώω,





Hukilau

Χώρα προέλευσης:
Χαβάη



πάω στην θάλασσα, κύματα,
ψάρι, έρχεται σε εμένα,
αυτο stop, τράβα τα δίχτυα,
τράβα τα δίχτυα, τράβα τα δίχτυα,
χέρια πάνω από το κεφάλι, δεξί χέρι κάτω,
δεξιά παλάμη στο στήθος, αριστερή παλάμη στο στήθος,
πάω στην θάλασσα, κουνώ τα χέρια δεξιά-αριστερά,
κάνω κύκλο με τα χέρια,
αυτο stop, τράβα τα δίχτυα,
τράβα τα δίχτυα, τράβα τα δίχτυα,
ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΡΧΗ



Savila Se Bela Loza

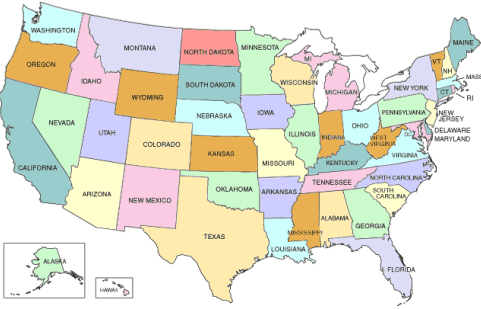
Χώρα προέλευσης:
Σερβία



«Τα σταφύλια που έγιναν μόνα τους κρασί».



- 20 μικρά βήματα δεξιά (20° βήμα, δεξί πόδι με ανέβασμα)
 - 20 μικρά βήματα αριστερά (20° βήμα, αριστερό πόδι με ανέβασμα)
- 3 X { 4 βήματα δεξιά (4° βήμα, αριστερό πόδι με ανέβασμα)
4 βήματα αριστερά (4° βήμα, δεξί πόδι με ανέβασμα) }



Virginia Reel

Χώρα: USA

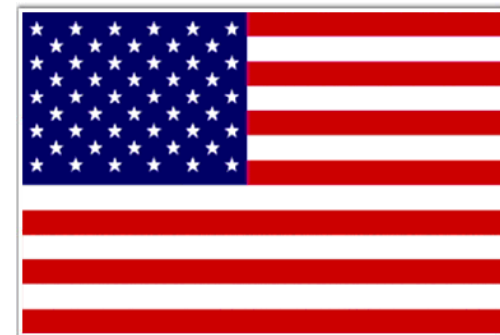


Ο χορός ήταν ο πιο διαδεδομένος στην Αμερική την περίοδο 1830-1890.
Ο Virginia Reel είναι λαϊκός χορός και οι ρίζες του βρίσκονται στον 17^ο αιώνα.
Πιθανότατα προέρχεται από την Σκωτία και τα Highland.



Virginia Reel

Χώρα: USA



■ 4 ή 5 ζευγάρια σε δυο γραμμές.

■ 1,2,3,4 ταπ  } Αριστερός και δεξιός ώμος

■ 1,2,3,4 ταπ 

■ 2 X 8 χρόνοι αγκαζέ δεξιά-αριστερά

■ 2 X 8 χρόνοι χόπλα με τα δυο χέρια

■ 2 X 8 χρόνοι πλάτες αντικριστά

■ 2 X 8 χρόνοι το 1^ο ζευγάρι στο τέλος της γραμμής & πίσω. Ανάμεσα από τα ζευγάρια.

■ 4 χρόνοι το 1^ο ζευγάρι αγκαζέ δεξιά

■ 4 χρόνοι το 1^ο ζευγάρι αγκαζέ αριστερά

■ το 1^ο ζευγάρι εναλλάξ αγκαζέ με τα άλλα ζευγάρια

■ το 1^ο ζευγάρι επιστρέφει πίσω στην αρχική θέση.

■ Η μουσική γίνεται αργή, περπατάμε στον ρυθμό, δημιουργούμε γέφυρα και περνάν όλα τα ζευγάρια.



Jagerneuner

Χώρα προέλευσης:
Γερμανία



- 1 8άρη χόπλα μπροστά
- 1 4άρη προβολή-πλάι-μπροστά-πλάι με δεξί
- 1 4άρη προβολή-πλάι-μπροστά-πλάι με αριστερό
- 1 8άρη χόπλα πίσω
- 1 4άρη προβολή-πλάι-μπροστά-πλάι με δεξί
- 1 4άρη προβολή-πλάι-μπροστά-πλάι με αριστερό
(ΣΕ ΜΕΓΑΛΟ ΚΥΚΛΟ)
- 4 8άρια ψαλιδάκια το κεντρικό άτομο
- 4 8άρια οι τριάδες σε κύκλο με χόπλα (δεξιά-αριστερά)

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ