38. Ples – standardni tekmovalni ples

Stadndardni plesi so tekmovalna disciplina, kjer plesalca kot špornika plešeta v izmenjevanju 5 vrst plesov. To so: anglečki valček, dunajski valček, tango, slowfox in quickstep. Kateri ples bosta odplesala, kako si sledijo drug za drugim in s katerimi koraki izvedeta plesno figuro, plesalca odločita sama. Plesni koraki so hitri in težki, izgledati pa mora, kot da jih odplešeta z lahkoto, brez napora. Ples zahtevajo posebno plesno držo, posebno tehniko gibanja ter »zlitost plesalke in plesalca v eno«. Gre za lahkotnost gibanja, ki večkrat ustvarja podobo lebdenja. Standardni plesi se plešejo večinoma v zaprti drži, to pomeni, da sta plesalca ves čas čim bližje drug drugemu. Telo držita pokončno in zravnano.

Pa si poglejmo posamezne plese iz skupine standardnih plesov.

Angleški valček: <https://www.youtube.com/watch?v=u1Q5dH1bnAg>

Dunajski valček: <https://www.youtube.com/watch?v=JrwmbcI9yPE>

Tango: <https://www.youtube.com/watch?v=WmXBrNLpd8s>

Slowfox: <https://www.youtube.com/watch?v=HVh8hCAAEYc>

Quickstep: <https://www.youtube.com/watch?v=no3BbjUp4Dg>