Хастл (hustle) танец

Автор: Administrator
14.05.2011 10:59 -

Несомненно, танцы обогащают нашу жизнь: наши мышцы получают живительную нагрузку, преображается наше тело, наполняется энергией музыки, мы знакомимся с интересными людьми, раскрывается наш творческий потенциал и многое другое.

Если вы в первую очередь ищете новые знакомства, то самый походящий вариант – это Хастл. Хастл – один из самых популярных парных танцев на вечеринках и дискотеках. Это довольно универсальный стиль: для его исполнения подойдет любая по размеру площадка и абсолютно любая музыка. Хастл универсальный стиль, его могут танцевать абсолютно все, независимо от возраста или социального положения. Со стороны Хастл немного напоминает бальные танцы, но он более динамичен и импровизационен. Благодаря таким особенностям, как простота и свобода исполнения, Хастл очень легко освоить, уже через пару месяцев Вы сможете вполне прилично танцевать.

Хастл – это общее название для танцев под музыку в стиле диско 80-х годов: диско-фокс, диско-свинг и, собственно, хастл. Хастл как самостоятельное направление обладает специфической хореографией. В западных странах его относят к свободному стилю Disco Rowe.

Хастл – это танец для влюбленных и для тех, кто хочет найти свою любовь. Удивительно, но факт: Хастл - это танец, сближающий людей и укрепляющий их романтические отношения. Большинство пришедших на занятия, так или иначе улучшили свою личную жизнь: свободные нашли себе пару, а те, кто привел постоянных партнеров, укрепили свой союз. Одна из причин такой романтической направленности кроется в психологии: в этом танце раскрываются истинные архетипы Мужчины и Женщины. Мужчина в Хастле занимает доминирующую позицию: он ведет партнершу, принимает решения, создает основную линию танца. Женщина же «идет» за партнером, но при этом вносит индивидуальные детали в их совместный танец, как бы декорируя его. Таким образом, от занятия к занятию уравновешиваются инь и янь стороны нашей личности. Те состояния, которых нам не хватает в повседневной жизни, укореняются в поведении за счет постоянного повторения, проигрывания. А то, что излишне превалирует в нас, достигает гармонии. Хастл раскрывает особенности нашей природы: мужчины становятся мужественнее, женщины – женственнее. А противоположности, как известно, притягиваются, поэтому мужчины и женщины становятся более привлекательными друг для друга. Ведь к истинным гендерным эталонам мы тянемся бессознательно и независимо от моды на унисексуальность.

Следующий фактор относится к физическому уровню: это наше тело. Оно является посредником между окружающим миром и внутренним. Известно, что у каждого человека существует личная зона, занимающая пространство от 50 см до 1 м вокруг

тела. В эту область допускаются только те люди, кто вызывает доверие. На занятиях Хастла партнерам необходимо обучиться впускать друг друга в этот круг, снимая телесные зажимы, раскрепощая свои движения, добиваясь совместной синхронности. Если оба в паре начинают обучение танцу с нуля, тогда они срабатываются и совершенствуют свои навыки одновременно, их объединяет единая цель, именно это дает массу тем для общения. А общение, основанное на общих интересах и похожих переживаниях, способствует сближению пары.

Хастл – это не только прекрасный способ приятно и с пользой провести вечер, но и возможность познакомиться с интересными людьми. Может быть, посещение хастл-дискотеки навсегда изменит вашу жизнь…