

Квикстеп – это увлекательный танец, который многие любители называют «танцем радости». Движения в нём весьма простые, поэтому новички освоят его без особых усилий. Темп музыки, словно говорит: «Потанцуй со мной». Опытные танцоры включают в танец множество шагов, тем самым делая его более разнообразным. Многие виды спорта требуют огромных усилий и углубленных знаний, прежде чем вы сможете получить удовольствие от своей работы. В данном же случае всё наоборот, прилив эмоций и энергии наполнят Вас ещё с первой минуты незамысловатых движений. Данный танец широко известен во всём мире и многие считают его самым привлекательным из всех остальных. Что касается темпа, то музыка должна включать пятьдесят тактов в минуту. Главное в квикстепе освоить шассе и основной шаг. Отличительной его чертой является то, что последняя фигура обычно включается в основные фигуры. В данном случае она выступает составной частью. В наступающем году выпустят [календарь квартальный](#) с элементами этого танца.

С самого начала в данном танце следует изучить четвертные повороты. Во вторую очередь обычно рекомендуют изучить замковый шаг вперёд и прогрессивное шассе. Особенно полезным является шассе-поворот. Он отличается компактностью и лёгкой выполнимостью.