

Это свободный танец (так же имеет название ритмичный и пластический танец), который олицетворяет собой движение, от освобождения традиций балетного танца и совмещение жизни и танца, возникшее в конце 20 века, как и современные [МОТОЦИКЛЫ Honda](#). Это движение за свободу, находилось в начале танцевальных искусств в 20 веке, и имело принципы, в основание которых частично входил модерн и джаз модерн.

Любители этого танца имели желание возвысить его до высокого искусства, которое было бы наравне совместно с изобразительным и музыкальным искусством. Множество поклонников этого танца, приняли в какой-то степени идею Ницше о том, что танец олицетворяет свободу, а танцор представляет собой раскрепощенное и творческое состояние души. Для тех, кто впервые открыл этот танец, он стал являться некой философией, от которой они ожидали метаморфозу жизни.

Физическое самосовершенствование и раскрепощение тела, стало некой идеей пластического танца. Сторонники танца искали истоки в природе, призывая всех быть естественными, освободится от общественных требований.

В промежутке между 19 и 20 веке, появилось очень много физических упражнений, которые имели огромное разнообразие. Также появилось новое увлечение античностью, в которой особое внимание уделялось совершенствованию тела.