Hallo, liebe kleine und große Saitenakrobaten,

kennt ihr das: Wir hören unsere Lieblingslieder und wippen mit dem Fuß im Takt, trommeln mit den Fingern oder fangen spontan an zu tanzen – das Bedürfnis nach Bewegung zur Musik scheint uns Menschen in die Wiege gelegt.
Ob zum Ball an den Königs- und Fürstenhöfen, auf Hochzeiten, Volksfesten oder in geselliger Runde – Musik und Tanz gehören immer dazu. Begleitet von Gitarre und Kontrabass, Dudelsack und Tamburin, einer Band oder einem Ball-Orchester, es macht Spaß und bringt Freude, das Tanzbein zu schwingen.

Ihr könnt die Tanzlieder allein oder mehrstimmig spielen. Im Anhang findet ihr Akkorde und Beispiele für die Begleitung auf der Gitarre und auf dem Klavier. So könnt ihr gemeinsam im Familien- und Freundeskreis musizieren. Die Begleitung kann variiert werden, indem ihr z. B. für die verschiedenen Strophen unterschiedliche Akkordbrechungen einsetzt.
Im Anhang findet ihr auch die Schrittfolgen zu den Tänzen, probiert sie doch mal aus!

Viel Spaß beim Musizieren und Tanzen wünscht euch

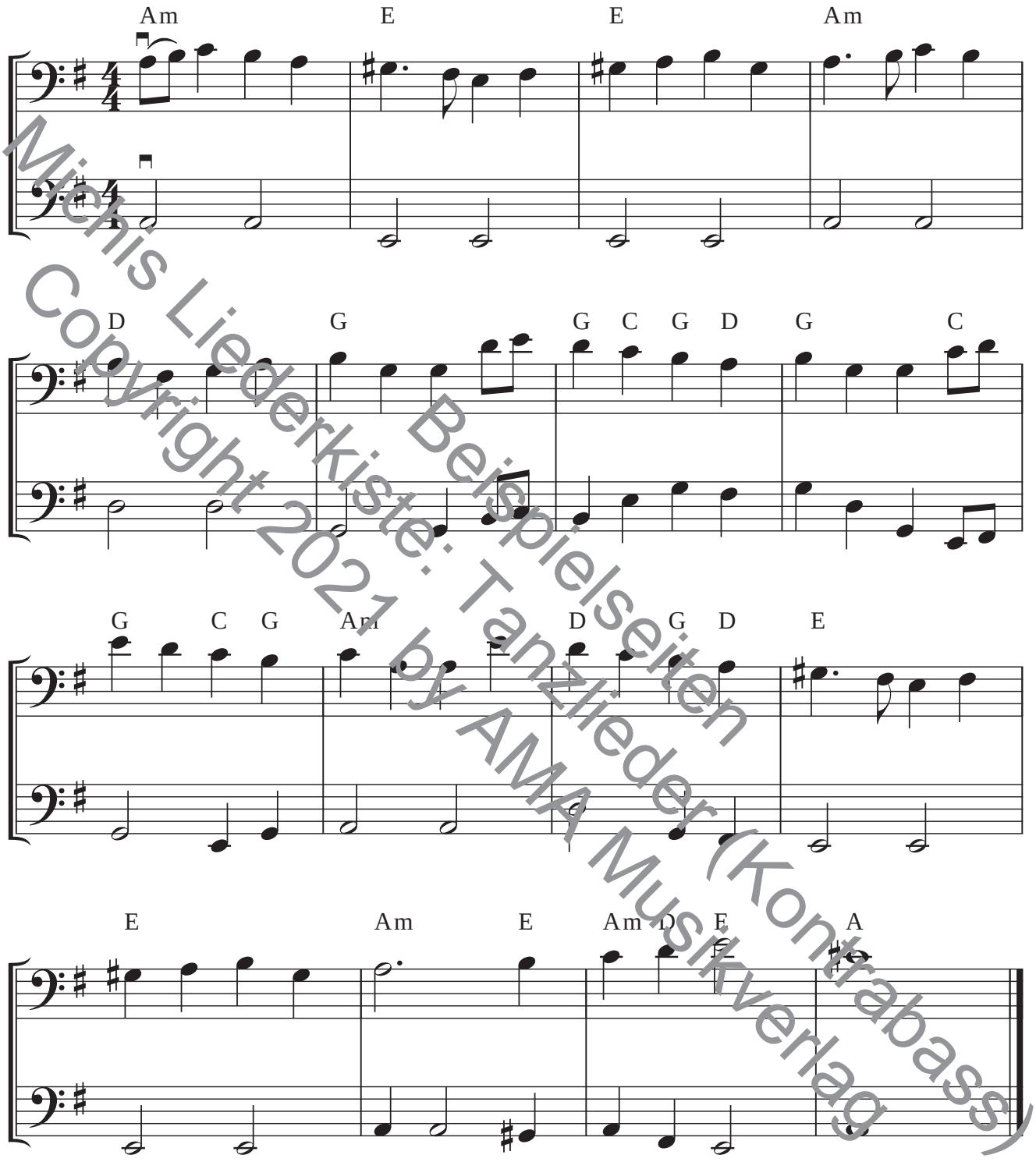
euer Michi

Michis Liederkiste: Tanzlieder (Kontrabass) Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

3. Pavane

Pavane de Spaigne

nach Michael Praetorius (1571–1621)
Bearb.: Michael Schäfer



Michis Liederkiste: Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag (Kontrabass)

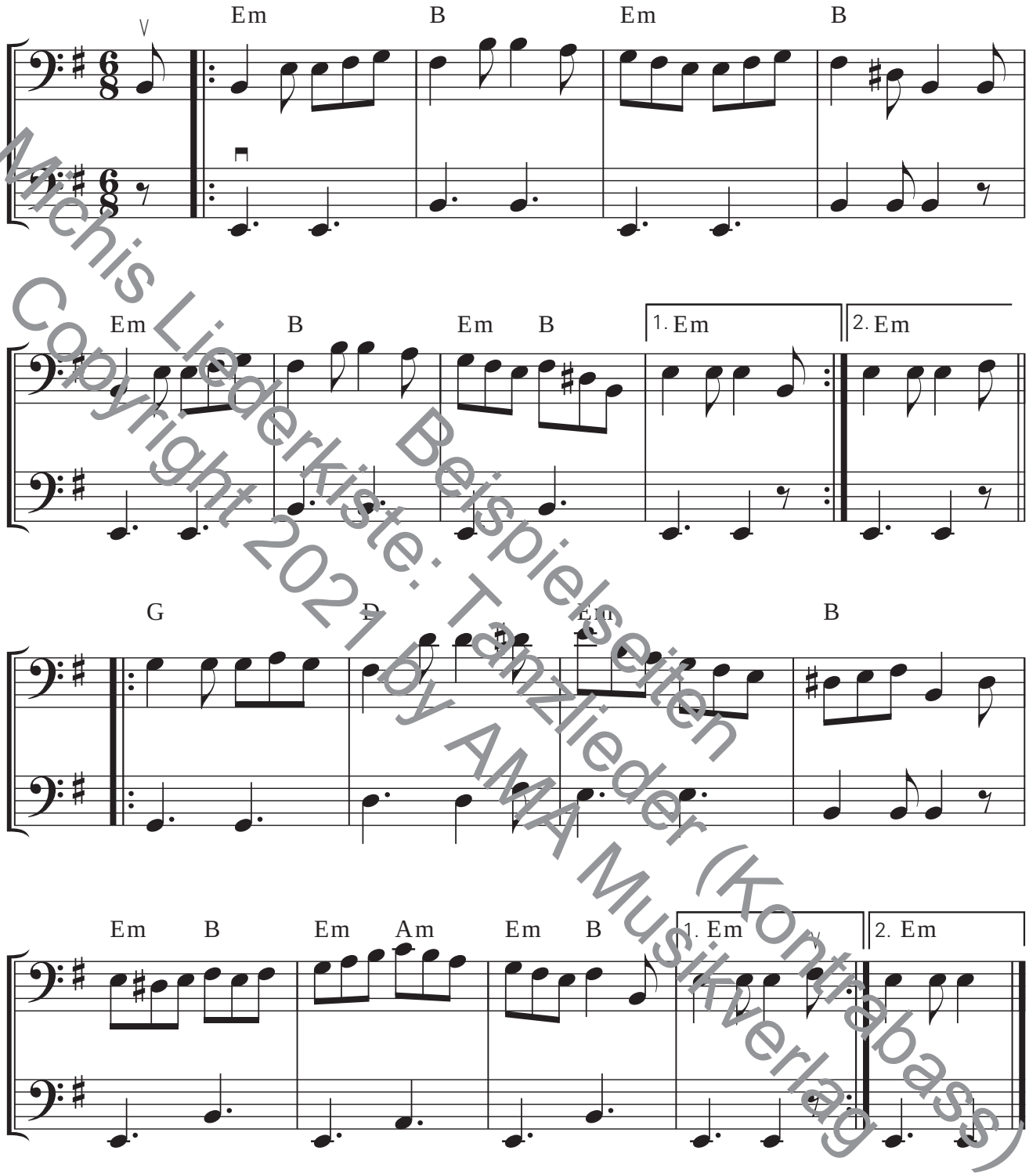
Die Pavane ist ein würdevoller geradtaktiger Schreittanz im langsamen Tempo mit eleganten Bewegungen. Sie kommt ursprünglich aus Spanien und Italien und wurde an den Königs- und Fürstenhöfen in ganz Europa getanzt.

© 2021 by AMA Musikverlag

8. Jig

Coleraine Jig

Volkstanz aus Irland
Bearb.: Michael Schäfer



Michis Liederkiste: Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag (Kontrabass)

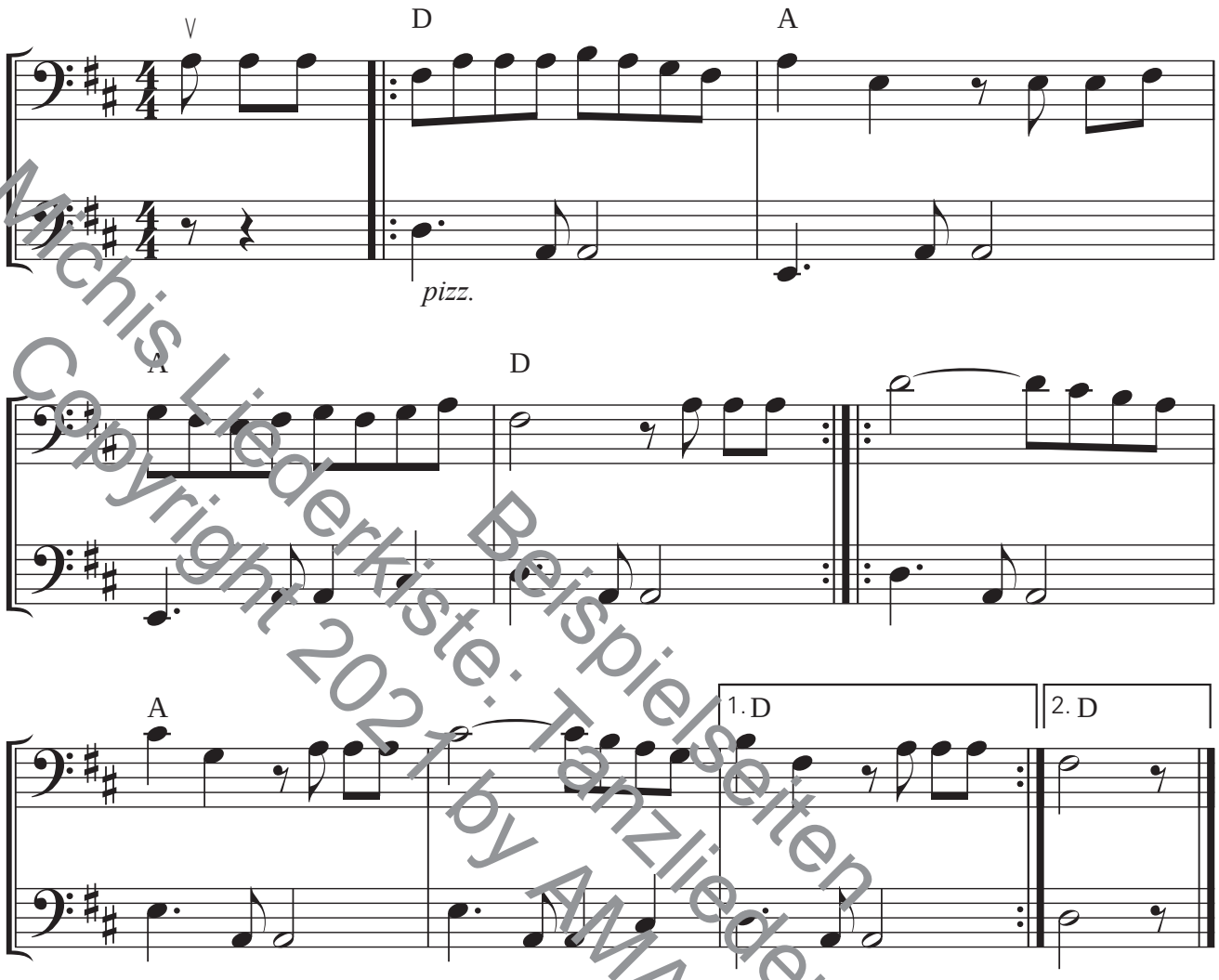
Die Jig ist ein ursprünglich keltischer Volkstanz im schnellen Dreiertakt. Man tanzt paarweise im Kreis. Sie findet als Gigue Einzug in die Kunstmusik und wird als letzter Satz Bestandteil der Suite.

© 2021 by AMA Musikverlag

24. Samba

Pezinho

Volkstanz aus Brasilien
Bearb.: Michael Schäfer



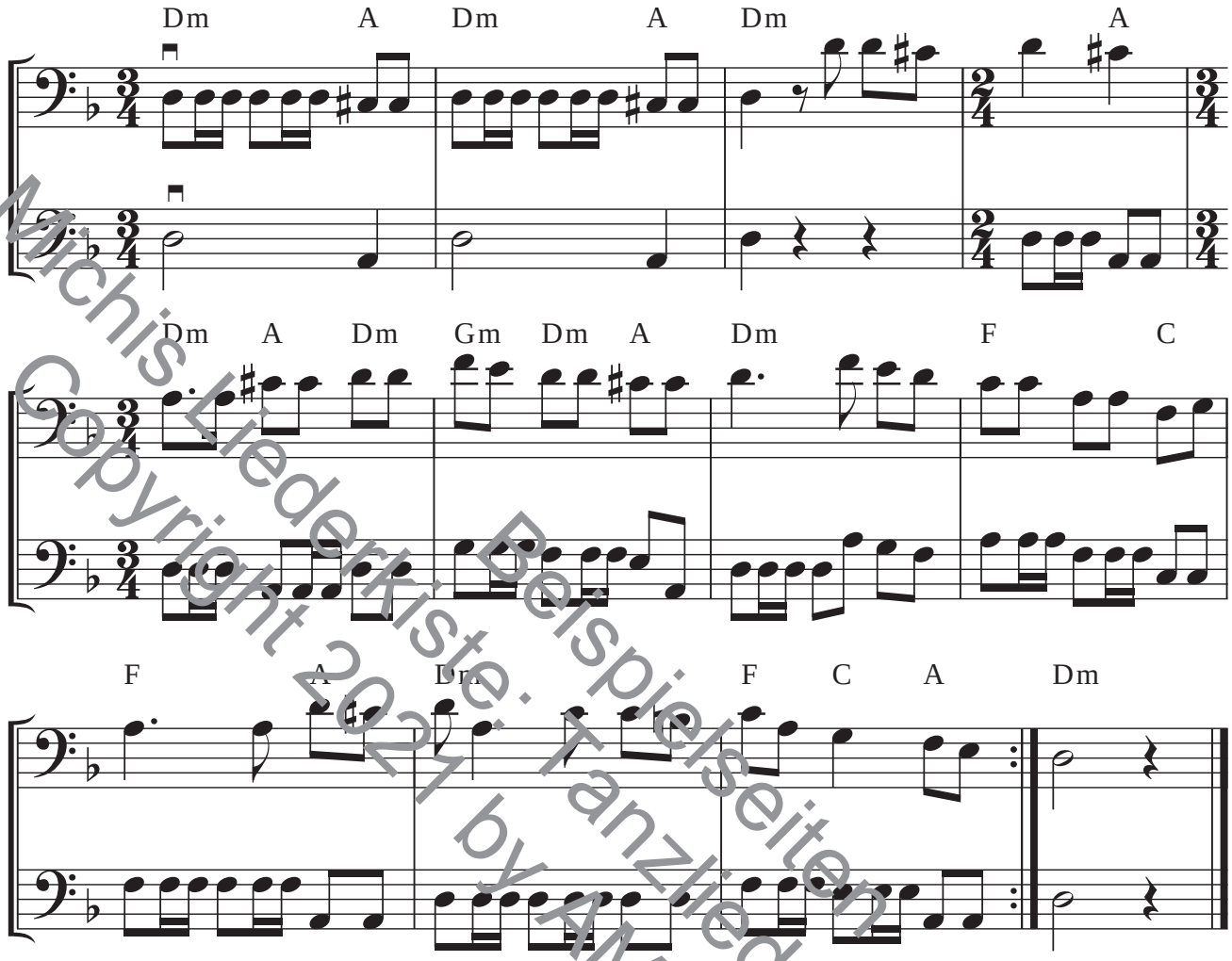
Die Samba ist ein Gesellschafts- und Turniertanz afro-brasilianischer Herkunft. Samba steht für Leidenschaft, Lebensfreude, gute Laune und Karneval. Sie wird paarweise getanzt und ist einer der beliebtesten lateinamerikanischen Tänze.

Michis Liederkiste: Beispielseiten Tanzlieder (Kontrabass)
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

28. Bolero

Bolero de Algodre

Volkstanz aus Spanien
Bearb.: Michael Schäfer



Der Bolero ist ein spanischer Paartanz und hat seinen Ursprung im 18. Jahrhundert. Er steht im mäßigen 3/4-Takt, auch oft mit Taktwechseln. Er wird von zwei Personen mit Kastagnetten getanzt. Der Bolero ist mit der Seguidilla verwandt.

Michis Liederkiste: Tanzlieder (Kontrabass)
Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

© 2021 by AMA Musikverlag

Grundschritte

Hier findet ihr die Grundschritte für die Tänze, die ihr schnell und leicht lernen könnt.

Gehschritte sind Schritte nach vorn oder zurück, bei denen das Körpergewicht von einem auf den anderen Fuß verlagert wird.

Gehschritte nach vorn:

0 Ausgangsposition
1 Gehschritt mit dem rechtem Fuß
2 Gehschritt mit dem linkem Fuß

Gehschritte zurück:

0 Ausgangsposition
1 Gehschritt mit dem rechtem Fuß
2 Gehschritt mit dem linkem Fuß

Seitschritte sind Schritte nach recht oder nach links, bei denen das Körpergewicht vom Standbein (0) auf das Spielbein (1) übertragen wird.

Seitschritt nach rechts:

0 Ausgangsposition
1 Seitschritt nach rechts

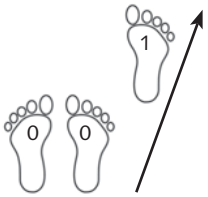
Seitschritt nach links:

0 Ausgangsposition
1 Seitschritt nach links

Seitschritte können auch schräg nach vorn oder zurück gemacht werden.

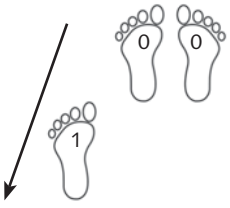
Seitschritt rechts, schräg nach vorn:

0 Ausgangsposition
1 Seitschritt nach rechts



Seitschritt nach links, schräg zurück:

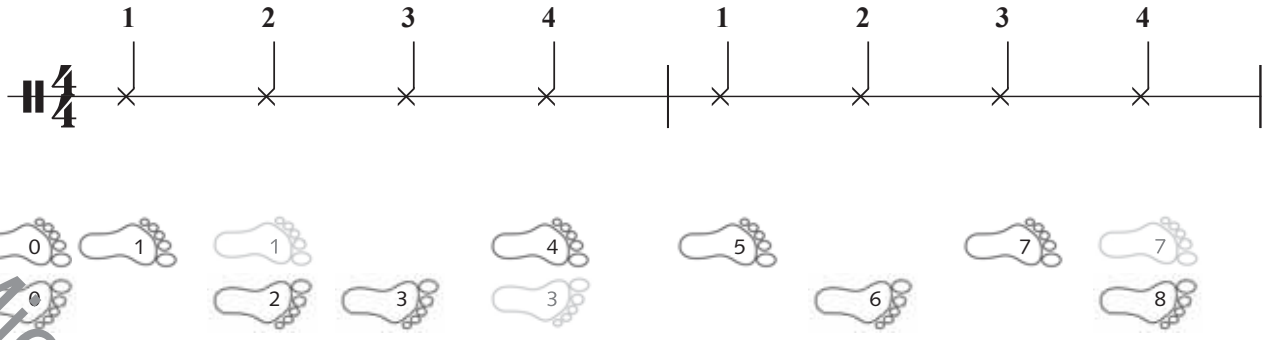
0 Ausgangsposition
1 Seitschritt nach links



Michis Liederkiste: Tanzlieder (Kontrabass)
Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

© 2021 by AMA Musikverlag

Pavane

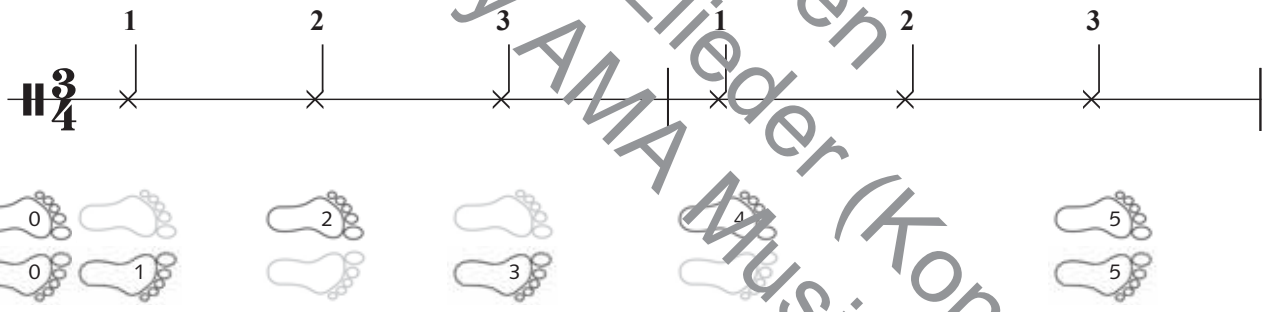


1 linker Fuß Gehschritt
2 rechter Fuß ran
3 rechter Fuß Gehschritt
4 linker Fuß ran
5 linker Fuß Gehschritt
6 rechter Fuß Gehschritt
7 linker Fuß Gehschritt
8 rechter Fuß ran

Begrüßt euch mit einer Reverenz und nehmt folgende Tanzhaltung ein: Der Herr steht links neben der Dame und hält mit seiner rechten Hand ihre linke Hand etwa in Schulterhöhe. Tanzt nun die Schritt 1–8. Wiederholt die Schrittfolge, beginnt nun aber mit dem rechten Fuß. Tanzt die Schrittfolge dann rückwärts. Ihr könnt euch auch mit jeder Schrittfolge etwas drehen. Beendet den Tanz mit einer Reverenz.

Gaillarde

Eine Gaillarde wird mit kleinen Wechselsprüngen getanzt. Das Knie des Sprungbeines wird nicht angewinkelt, das Bein wird nur ein klein wenig nach vorn gestreckt. Springt immer auf die Fußballen, die Knie sind leicht gebeugt.



1 Sprung auf rechten Fuß, linken Fuß nach vorn schwingen
2 Sprung auf linken Fuß, rechten Fuß nach vorn schwingen
3 Sprung auf rechten Fuß, linken Fuß nach vorn schwingen
4 Sprung auf linken Fuß, rechten Fuß nach vorn schwingen, für eine Zählzeit auf linkem Fuß stehen bleiben
5 mit einem Sprung auf beiden Füßen stehen bleiben

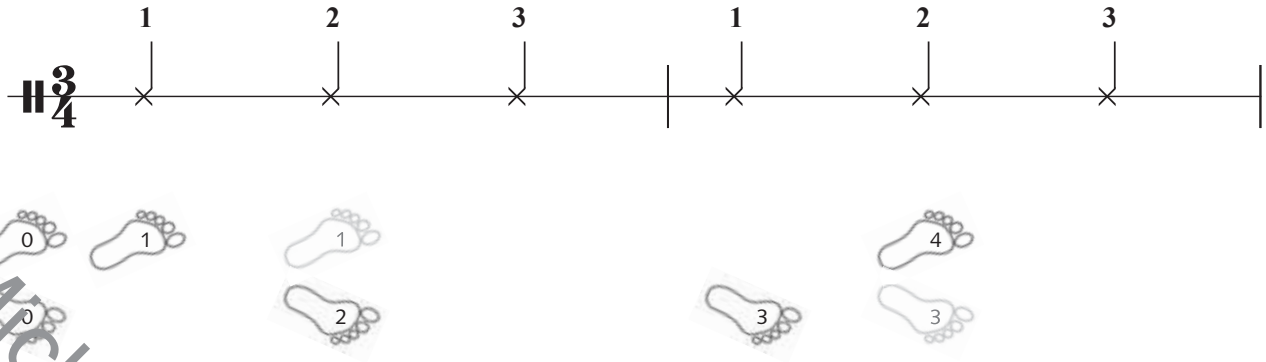
Tanzt die gleichen Sprünge für die Takte 3 und 4, beginnt jedoch mit dem rechten Fuß. Tanzt dann die gleiche Schrittfolge wieder zurück.

Tanzt auch folgende Schrittfolge:
Takt 1, Zählzeit 1: linker Fuß Gehschritt > Zählzeit 2: rechter Fuß ran > Zählzeit 3: stehen bleiben
Takt 2: die gleichen Schritte zurück

Beginnt und endet mit einer Reverenz.

Beispielseiten Michis Liederkiste: Tanzlieder (Kontrabass) Copyright 2021 by AMA Musikverlag

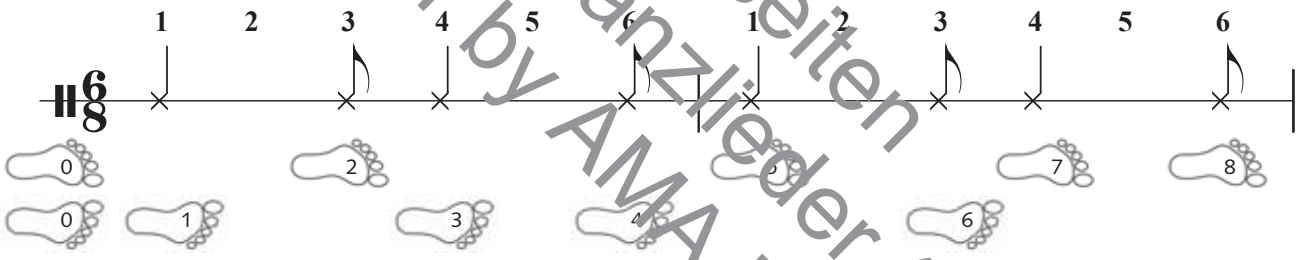
Sarabande



1 linker Fuß Gehschritt
2 rechter Fuß ran
3 rechter Fuß Gehschritt
4 linker Fuß ran

Begrüßt euch mit einer Reverenz und stellt euch nebeneinander, die Dame steht rechts vom Herrn. Der Herr hält mit seiner rechten Hand etwa in Schulterhöhe die linke Hand der Dame.
Führt die Schritte elegant auf den Fußballen aus. Die Füße sind dabei etwa im rechten Winkel zueinander. Geht vor jedem Schritt etwas in die Knie und richtet euch mit jedem Gehschritt wieder auf. Bleibt auf der 3. Zählzeit stehen. Beginnt und endet mit einer Reverenz.

Jig



1 Sprung mit rechts
2 Sprung mit links
3 Sprung mit rechts
4 Sprung wieder mit rechts

Jetzt die gleichen Sprünge mit den anderen Füßen:
5 Sprung mit links
6 Sprung mit rechts
7 Sprung mit links
8 Sprung wieder mit links

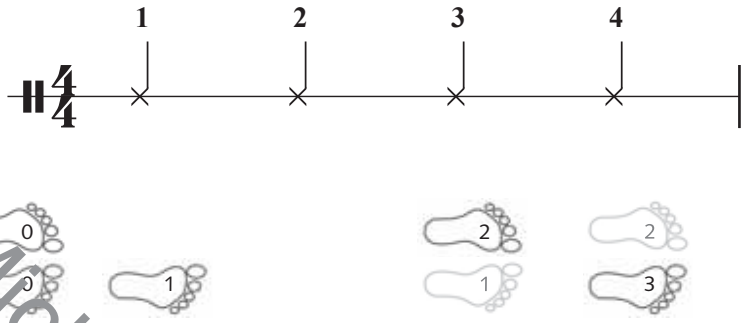
Wenn ihr die Sprünge gut geübt habt, springt in Takt 1 mit dem rechten Fuß gekreuzt vor dem linken Fuß und in Takt 2 umgekehrt. Springt immer auf die Fußballen. Füße in Takt 1 Füße in Takt 1

Macht auch folgende Sprünge:
Springt im Wechselsprung von einem Fuß auf den anderen und setzt den vorderen Fuß mit der Hacke auf. Macht einen Sprung in die Grätsche und landet beim nächsten Sprung mit dem rechten Fuß gekreuzt vor dem linken Fuß, springt dann wieder in die Grätsche und landet beim nächsten Sprung auf umgekehrt gekreuzten Füßen. Springt auf einem Bein und kickt mit dem anderen vor, zurück, zur Seite, ran, dann umgekehrt.
Denkt euch weiter Sprünge aus!

© 2021 by AMA Musikverlag

Michis Liederkiste: Beispielseiten Tanzlieder (Kontrabass)
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

Samba



1 rechter Fuß Gehschritt
2 linker Fuß ran (Nachstellschritt)
3 rechter Fuß auf der Stelle tippen

Die gleiche Schrittfolge zurück, mit dem linken Fuß beginnen:
1 linker Fuß Gehschritt zurück
2 rechter Fuß ran (Nachstellschritt)
3 linker Fuß auf der Stelle tippen

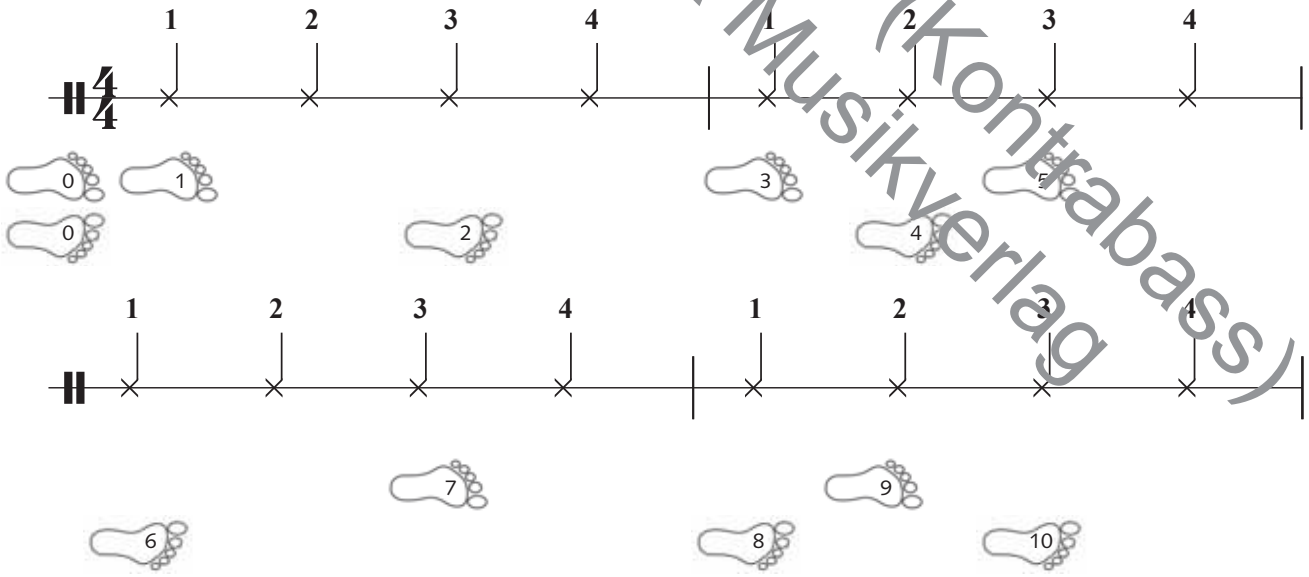
Setzt die Füße immer mit dem Fußballen auf. Typisch für den Tanz ist das Bouncen, eine leichte Auf- und Abbewegung durch rhythmisches Federn in den Füßen und Knien.

Wenn ihr als Paar tanzt, nehmt folgende Tanzhaltung ein: Die rechte Hand des Herrn liegt auf dem linken Schulterblatt der Dame, die linke Hand der Dame liegt auf dem rechten Oberarm des Herrn. Die linke Hand des Herrn hält etwa in Schulterhöhe die rechte Hand der Dame. Der Herr tanzt die Schrittfolge wie oben notiert, die Dame beginnt mit dem linken Fuß mit einem Gehschritt zurück.

Tanzt auch folgende Schrittfolgen:
1 rechter Fuß Seitschritt
2 linker Fuß ran (Nachstellschritt)
3 rechter Fuß auf der Stelle tippen
und die gleiche Schrittfolge zurück, mit dem linken Fuß beginnend

1 rechter Fuß Seitschritt
2 linker Fuß kreuzt hinter rechtem Fuß
3 rechter Fuß auf der Stelle tippen
und die gleiche Schrittfolge zurück, mit dem linken Fuß beginnend

Carnavalito



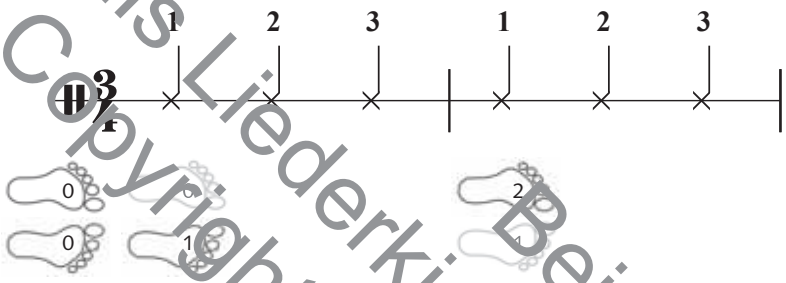
Stellt euch hintereinander auf und legt beide Hände auf die Schultern des vorderen Tänzers. Tanzt mit dieser Schrittfolge links im Kreis herum.

Michis Liederkiste · Tanzlieder (Kontrabass)
Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

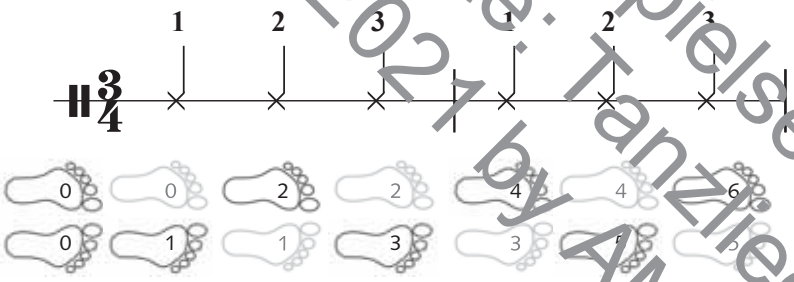
Seguidilla

Die Seguidilla gehört zur Gruppe der Flamencotänze. Flamenco ist ursprünglich ein Einzeltanz und wurde nur von Frauen getanzt. Im Laufe der Zeit hat er sich auch als Paartanz entwickelt. Die Bewegungen sind klein und werden auf engem Raum fast auf der Stelle ausgeführt. Charakteristisch sind die temperamentvolle Fußtechnik (Zapateado) und die Armführung. Die Figuren werden überwiegend improvisiert und mit Händeklatschen und Kastagnetten begleitet.

Macht für Zapateado folgende Übungen:
Winkelt die Unterschenkel an (hebt also nicht das ganze Bein) und tretet auf jede erste Zählzeit laut und kräftig
a) mit der ganzen Sohle (Golpe)
b) mit dem Ballen (Planta)
c) mit der Hacke (Tacón) auf.
Tacón kann aus der Luft (mit angewinkeltem Bein) oder aus dem Ballen (der Fußballen bleibt am Boden) ausgeführt werden.



Kombiniert nun die Schritte und dreht euch dabei langsam im Kreis.



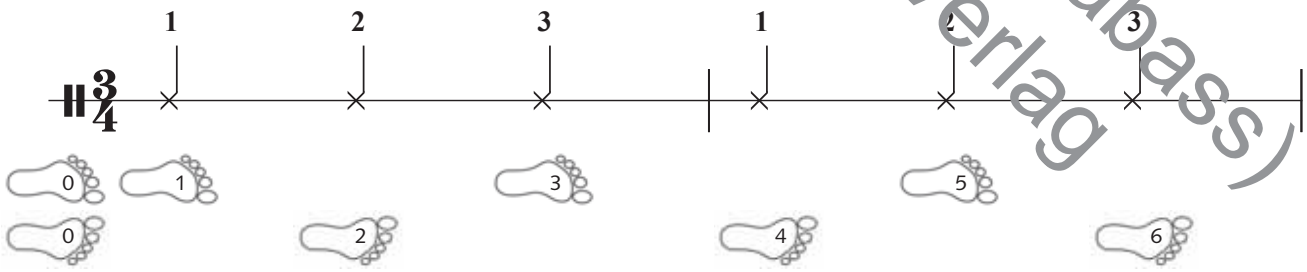
Golpe – Tacón – Tacón:
1 rechter Fuß Golpe
2 linker Fuß Tacón (aus dem Ballen)
3 rechter Fuß Tacón (aus dem Ballen)
4 linker Fuß Golpe
5 rechter Fuß Tacón (aus dem Ballen)
6 linker Fuß Tacón (aus dem Ballen)
usw.

Planta – Tacón – Tacón:
1 rechter Fuß Planta
2 rechter Fuß Tacón (aus dem Ballen)
3 linker Fuß Tacón (aus der Luft)
4 linker Fuß Planta
5 linker Fuß Tacón (aus dem Ballen)
6 rechter Fuß Tacón (aus der Luft)
usw.

Rhythmus für die Kastagnetten oder das Händeklatschen:

usw.

Bolero



Kombiniert und variiert folgende Schritte: Lauft oder hüpft im Kreis, wechselt von vorwärts nach rückwärts, geht doppelt so schnell, bleibt stehen und wechselt die Richtung.

Klatscht in diesem Rhythmus in die Hände:

usw.

Der spanische Bolero steht im 3/4-Takt und ist nicht zu verwechseln mit dem lateinamerikanischen Bolero, der im 4/4-Takt steht.

Michls Liederkiste · Tanzlieder (Kontrabass)
Beispielseiten
Copyright 2021 by AMA Musikverlag

© 2021 by AMA Musikverlag

Alphabetisches Titelverzeichnis

Nr.	Titel / Tanzbeschreibung	Seite
5.	Allemande	8/44
1.	Branle (Danse de Hercules)	4/42
28.	Bolero (Bolero de Algodre)	33/57
25.	Carnavalito (De Allicato)	30/55
6.	Courante	9/44
21.	Corrido (La Valencia)	24/53
15.	Csárdas (A horgosi Csárda)	18/50
26.	Gato (El Gato de mi casa)	31/56
4.	Gaillarde (La traditore my fa morire)	7/43
20.	Halay (Gel Bize)	23/52
22.	Hambo (Horgalaten Hambo)	26/53
16.	Horo (Mari momicence)	18/50
18.	Jiddischer Hochzeitstanz (Chasskele)	20/51
8.	Jig (Coleraine Jig)	11/45
19.	Kalamatianos (Ena Nero Kyra Vangelio)	22/52
17.	Kasatschok (Petruschka)	20/51
9.	Kontratanz (Once I Loved a Maiden Faire)	12/46
23.	Line Dance (Oh, Susanna)	28/54
11.	Mazurka (Idzie Maciek)	14/48
29.	Paso Doble (Paso Doble dos Cabezudos)	34/58
3.	Pavane (Pavane de Spaigne)	6/43
12.	Polka (A Já Sám)	15/48
24.	Samba (Pezinho)	29/56
7.	Sarabande	10/45
27.	Seguidilla (Seguidilla de Brunete)	32/57
14.	Siebensprung (Kennt ihr all den Siebensprung?)	17/49
2.	Tanz – Nachtanz (Allemande – Tripla)	5/44
10.	Tarantella (Tarantella Napoletana)	13/47
30.	Tango (La Cumparsita)	36/59
13.	Zwiefacher (Leit müassts lustig sei)	16/48
	Akkorde und Zupfmuster für die Begleitung auf der Gitarre	38
	Akkorde und Zupfmuster für die Begleitung auf dem Klavier	39
	Grundschritte	40
	Tanzbeschreibungen	42

Michis Liederkiste: Beispielseiten Tanzlieder (Kontrabass)
Copyright 2021 by AMA Musikverlag