

Сальса

Когда в 1928 году Игнасио Пинеиро произнес слова «Эчале сальсита!» и сделал их названием своей новой песни, он и не предполагал, насколько популярным станет во всем мире одноименный танец спустя полвека. «Эчале сальсита!» означает «Добавим огоньку!», и вскоре эта фраза трансформировалась просто в «сальсу». Многие певцы и музыканты использовали элементы сальсы в своей музыке, а в середине 1960-х годов диск-жокей из Венесуэлы Данило Фидиас сделал слово «Сальса» названием своей музыкальной программы. До начала 1970-х словом «Сальса» обозначали смесь самых различных латиноамериканских стилей и ритмов, включая сюда и гуарачу, и ча-ча-ча, и пачангу, и румбу, и мамбо, и еще многое другое. Простое и запоминающееся слово «Сальса» стало товарным знаком латиноамериканской танцевальной музыки. Позже вслед за музыкой появился и танец.

Страны Карибского бассейна — Куба, Пуэрто-Рико, Гаити, Доминиканская Республика и примыкающие к ним страны Центральной и Южной Америки, такие, как Мексика, Венесуэла и Колумбия, имеют общие культурные традиции, которыми очень гордятся. Разумеется, нельзя не отметить влияния на стиль сальсы и афро-карибской культурной традиции.

Как и аргентинское танго, сальса появилась на окраинах городов, в их беднейших кварталах. В этом танце человек получил возможность выразить самого себя и на время забыть о своих проблемах, отдавшись во власть мелодии, ритма и танца.

В войне с Испанией в 1865—1878 годах Куба добила независимости. Также следствиями этой войны стали крушение ведущей кубинской отрасли экономики — производства сахара и принятый в 1868 году закон об отмене рабства. Лишившись возможности заработать себе на жизнь на плантациях сахарного тростника, бедняки потянулись на заработки в большие и малые города. Они принесли с собой народный танец, называвшийся «Гуахира». Поначалу гуахира считалась вульгарным танцем, но впоследствии оказала влияние на формирование стиля сальсы.

Затем появился «Сон», новый стиль афро-карибской музыки, который во многом определил пути дальнейшего движения кубинской музыкальной культуры. В стилистике «сон» сочетались элементы афро-кубинской и латино-кубинской музыки, что и предопределило возросшую перед Первой мировой войной популярность нового стиля. Властям, однако, была не по нраву новая музыка, отражавшая в песнях жизнь и чаяния маленьких людей, и к 1917 году «сон» был запрещен. Однако популярность новой танцевальной музыки была такова, что «сон» пережил все запреты и, более того, постепенно просочился в высший свет. В результате в 1920 году запрет на «сон» был отменен. Стиль «сон» просуществовал после этого еще несколько десятилетий, становясь все более популярным, особенно в первые годы после Второй мировой войны, когда появилось телевидение. Однако к этому времени стиль «сон» уже значительно изменился под воздействием посторонних влияний. Так, на протяжении 1930-х годов на традиционную кубинскую музыку огромное влияние оказал джаз. В свою очередь джазовые оркестры начали в 1940-х годах исполнять кубинскую музыку в собственной интерпретации. Перес Прадо, кубинец по рождению,

живший после войны в Мексике, создал стиль, сочетающий на равных кубинскую музыку и джаз. Так под пером Прадо традиционный кубинский «данзон» превратился в нечто совершенно новое, в танец, который назвали «Мамбо». В 1948 году другой композитор, Энрике Хоррин, написал на основе кубинской музыки песню под названием «Ensalada». Новый ритм сразу же был подхвачен танцорами, и вскоре появился танец под названием «Ча-ча-ча». Окончательно стиль «ча-ча-ча» оформился к 1950 году. Началось повальное увлечение этим новым танцем. В 1959 году революционные войска под предводительством Фиделя Кастро вошли в Гавану. Начинаясь новая эра в истории Кубы. Ряд кубинских певцов и музыкантов предпочел остаться на родине, многие другие не приняли нового порядка и эмигрировали, закрыв одну страницу истории кубинской культуры и начав писать с чистого листа — уже в Нью-Йорке.

Здесь, в Нью-Йорке, кубинская музыка тесно сплеталась с различными пуэрториканскими мелодиями и американским джазом. Новая музыка получала и новое звучание — ее стали исполнять различные группы, бэнды и большие оркестры.

Звучание традиционных кубинских труб было усилено звучанием тромбона, а в группах ударных появились специфические кубинские инструменты. Все это и определяло особенности нового музыкального стиля — сальсы.

Затем грянул 1962 год, и появление песни «Love Me Do» обозначило начало новой эры в музыке — «эры «Битлз». Они круто изменили всю мировую музыку. То, что было модным до «Битлз», сразу же отошло на второй план с их появлением на сцене. Начался упадок и в латиноамериканской музыке. В начале 1970-х годов звукозаписывающая компания «Fania Records» вела активные поиски новых исполнителей и нового репертуара. Такая музыка нашлась — ею стала именно сальса. Однако вместе с этим закончилась и монополия США на музыку сальсы. Отныне центр нового музыкального стиля переместился в Пуэрто-Рико, а вторым по значимости центром сальсы стала Колумбия.



*И сегодня популярность
оценкой сальсы не убывает.*

Музыкальный размер

Музыка сальсы пишется на четыре четверти. Танцевальный «такт» состоит из трех шагов и удара ногой на четвертую четверть такта. Со временем можно интерпретировать сальсу как три шага на каждый такт — без удара ногой на четвертую четверть. В этом случае темп движений будет следующим: быстро, быстро, медленно. Тогда движения «быстро, быстро» будут занимать по одной четверти каждое, а движение «медленно» растянется на третью и четвертую четверти такта. Это может оказаться довольно сложно для начинающих, но если вы научитесь слышать ритм сальсы, то вскоре освоите этот прием. Он станет для вас простым и органичным.

Иногда можно видеть, как исполнители сальсы делают свой первый шаг на вторую четверть такта, в этом случае на первую четверть приходится удар ногой. И это вовсе не означает, что танцоры двигаются не в такт музыке. Просто сальса предоставляет исполнителям огромную свободу и простор для творчества. Можно делать акцент и на вторую четверть такта, некоторые танцоры именно так и поступают. Музыка сальсы настолько разнообразна, что нельзя четко выделить стандартный акцент — первую или вторую долю, с которой необходимо начать танец. Умение начать танец с любой доли такта выделяет искусных исполнителей сальсы из рядов начинающих. Итак, неважно, с какой доли такта начать. Выходите в круг и танцуйте.



С 1950-х годов в нью-йоркских оркестрах сальсы труба стала использоваться наряду с традиционными кубинскими инструментами.



Музыкальный стиль сальсы во многом определяют такие ударные инструменты, как бонги и маракасы.

Движения

Поскольку движения сальсы придумывали не профессиональные танцоры, у них, как правило, нет закрепленных названий. Для обозначения отдельных движений мы в этой книге будем пользоваться либо описательными названиями, либо названиями, взятыми из других танцевальных стилей. Так что не удивляйтесь, если, придя в новый для вас танцевальный клуб сальсы, вы сначала встретите непонимание у ваших новых партнеров. Просто они могли учить

сальсу по другим книгам, где используются другие названия значения движений сальсы.

Описания фигур сальсы даются нами не для того, чтобы дать их в качестве единственно возможного образца, но чтобы дать вам представление об общепринятой стилистике танца. Мы даем вам тот вариант сальсы, который, как нам распространен наиболее широко.



Исполнение сальсы станет великолепным только тогда, когда доведете до автоматизма движения ног.

Танец

Трудно точно сказать, как появились движения сальсы и откуда они пришли в этот танец. Сальса как танец скорее является иллюстрацией одноименной музыкальной формы. Она содержит в себе элементы различных танцев и стилей. Некоторые движения сальсы взяты из традиционных танцев, другие являются специфическими именно для нее. Со временем в сальсе появляются все новые и новые движения. На основном шаге партнеры в соответствии с ритмом попеременно переносят вес тела с ноги на ногу на каждую четверть такта делают акцентированный удар ногой на последнюю четверть или, по желанию, избегают акцента и делают на четыре доли такта только то шага. При этом первые два движения исполняются в быстром темпе, а третье — в медленном. Движения сальсы просты, но, как и в каждом танце, важно не то, что вы делаете, а то, КАК вы это делаете. В сальсе верхняя часть тела танцоров остается неподвижной, зато активно двигаются и вращаются бедра, отвечая движениям ног. Только не забывайте о том, что бедра должны двигаться именно в такт ногам, а сами по себе.

Танец



1

На первую четверть такта **оба партнера** делают шаг влево или вправо. Их движения зеркальны по отношению друг к другу.



2

Опора переносится на другую ногу...



3

...и снова на первую.



4

Последняя доля такта — легкий удар по полу ногой.

Позиции в паре

В сальсе используются две позиции: закрытая, когда пара находится в тесном контакте, и открытая, когда партнеры разъединены.

Закрытая позиция

Партнер обхватывает партнершу за талию правой рукой. При этом не нужно прижимать свою руку к спине партнерши. Партнерша кладет свою левую руку на правое плечо партнера или легко обхватывает его за шею. Правая рука партнерши, соединенная с левой рукой партнера, поднята на уровень глаз. Партнерша при этом несколько смещена вправо от партнера, поэтому его левая нога находится немного в стороне от правой ноги партнерши, а правая — между ее ног.



Открытая позиция

Эта позиция имеет несколько разновидностей. Партнеры находятся на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Руки партнерш приподняты, что позволяет ей лучше чувствовать, куда поведет ее партнер. Можно держать друг друга одной рукой — левая с правой или правая с левой, можно держать друг друга и обеими руками. В кубинском варианте сальсы партнер держит партнершу за запястья. В колумбийском — как правило, используются разные виды закрытой позиции. Если вы держитесь за одну руку, свободная рука должна быть расслабленной и опущена вдоль тела.



Позиции

Основной шаг в стороны

(Basic Salsa Move)

Займите исходное положение — тесный контакт друг с другом, руки — в закрытой позиции. Партнер стоит на правой ноге, партнерша — на левой. Обычно партнер начинает танец, легко ударяя в пол левой ногой на счет «четыре». Делайте небольшие шаги, не перемещайтесь по залу.

1

Партнер делает небольшой шаг в сторону левой ногой.

Партнерша делает небольшой шаг в сторону правой ногой.



2

Партнер подставляет правую ногу к левой. Вес тела переносит на правую ногу.

Партнерша подставляет левую ногу к правой. Переносит на нее вес тела.



3

Партнер делает небольшой шаг в сторону левой ногой.

Партнерша делает небольшой шаг в сторону правой ногой.



4

Партнер ударяет по полу внутренней стороной подошвы правой ноги.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороной подошвы левой ноги.



5

Партнер делает небольшой шаг в сторону правой ногой.

Партнерша делает небольшой шаг в сторону левой ногой.

6

Партнер подставляет левую ногу к правой. Переносит на нее вес тела.

Партнерша подставляет правую ногу к левой. Переносит на нее вес тела.

7

Партнер делает небольшой шаг в сторону правой ногой.

Партнерша делает небольшой шаг в сторону левой ногой.

8

Партнер ударяет по полу внутренней стороной подошвы левой ноги.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороной подошвы правой ноги.



Музыкальное сопровождение

«Yamuleta» в исполнении Йо Арройо (World Circuit) — одна из самых популярных мелодий сальсы в ровном и спокойном ритме. Идеально подходит для того, чтобы отрабатывать основной шаг танца.

Как почувствовать стиль сальсы

Характер сальсы проявляется уже в ее основном шаге. Он возникает за счет сохранения неподвижности верхней части тела и переноса акцента на ноги и на талию. Движения ног крайне важны, так как они задают характерное для сальсы движение бедер. Но помни движения бедер — это только продолжение работы ног, но никак не самостоятельное движение.

Работа ног

Рассмотрим очень важный момент работы ног партнера в 1—4 основных движениях сальсы. Все сказанное будет относиться также к партнерше в 5—8 движениях. Те же движения повторяются, только в обратном направлении, в остальных шагах.

1

Сделайте небольшой шаг в сторону левой ногой. Не поднимайте ногу высоко над полом. Нога должна скользить над ним. Согните левое колено так, чтобы туфля касалась пола только внутренней стороной подошвы. Правое колено должно оставаться прямым, но не напряженным. Теперь, когда вы станете переносить вес тела на левую ногу, вам придется преодолеть небольшое сопротивление, и в результате левая нога встанет на пол всей подошвой. В это время левое колено выпрямляется, а правое слегка сгибается.

2

Подставьте правую ногу к левой. Правое колено по-прежнему согнуто. Не соединяйте ноги. Опирайтесь на пол внутренней стороной подошвы правой туфли. Представьте, что вам сейчас придется преодолеть некоторое сопротивление, когда вы будете переносить вес тела на правую ногу. При этом правое колено выпрямится, а левое немного согнется.

3

Повторите первое движение.

4

Ударьте по полу внутренней стороной подошвы правой туфли. Правое колено по-прежнему согнуто.



Стилевая тонкость

Существует общее правило, которое гласит, что та нога, на которую переносится вес тела, должна быть выпрямлена, а колено другой ноги слегка согнуто. В этом случае можно не бояться «сестер» под весом собственного тела при переносе центра тяжести. Движение контролируется коленом и лодыжкой и дает ощущение упругости в ноге. Характер его в основном шаге крайне важен. Он не настолько прост, как кажется, и не так легко дается. Чтобы показать на первый взгляд простые упражнения, сделанные с партнером, требуют не только отточенного, но и индивидуального для вас. Можно добиться этого, репетируя в одиночестве, можно сделать это вместе с партнером, но не так. Важно другое — добиться уверенности в том, что при исполнении основного шага сальсы верхняя часть вашего тела будет оставаться неподвижной.

Пропуск удара

В ряде движений, особенно тех, в которых вес тела перемещается вперед или назад, желательно пропускать удар ногой по полу. В этом случае третий шаг растягивается на две последних четверти такта музыки. Однако, чтобы не нарушать рисунок сальсы, следует ставить ногу на место на третью долю такта, а переносить на нее вес тела — на четвертую. Вот почему важнее строить фигуру так, чтобы удар ноги приходился на четвертую долю такта, а не на первую, как это практикуют некоторые исполнители сальсы. Третья доля «сливается» с четвертой и становится «длинной». Если же удар ногой приходится на первую долю такта, то при «удлинении» ее приходится соединять с четвертой долей предыдущего такта, а это чревато тем, что танцор «вылетит» из ритма.

Основной шаг назад (*Backwards Salsa Basic*)

Это движение используется в начале многих фигур. Исходное положение: открытая позиция, партнер опирается на правую ногу, партнерша — на левую. Чтобы начать движение, партнер слегка отталкивает от себя партнершу.

1

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте. При этом каблук правой туфли приподнимается и сгибается правое колено. Левая нога — прямая.

Партнерша отступает назад правой ногой, оставляя на месте левую и отрывая от пола каблук левой туфли. Левое колено сгибается. Правое колено выпрямляется, на правую ногу переносится центр тяжести.



2

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу. Правая нога выпрямляется.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу. Левая нога выпрямляется.

3

Партнер подставляет левую ногу к правой, вес тела переносит на нее.

Партнерша подставляет правую ногу к левой, вес тела переносит на нее.

4

Партнер ударяет по полу внутренней стороны подошвы правой туфли.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороны подошвы левой туфли.



5

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте, приподнимая каблук левой туфли и сгибая левое колено. Правая нога — прямая.

Партнерша делает шаг назад левой ногой, оставляя на месте правую, приподнимая каблук правой туфли и сгибая правое колено. Левая нога — прямая.

6

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу, затем выпрямляет ее.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу, затем выпрямляет ее.



7

Партнер подставляет правую ногу к левой, переносит на нее вес тела.

Партнерша подставляет левую ногу к правой, переносит на нее вес тела.



8

Партнер легко ударяет по полу внутренней стороной подошвы левой туфли.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороной подошвы правой туфли.

Основной шаг вперед (*Forwards Salsa Basic*)

Эти движения можно исполнять как в закрытой, так и в открытой позиции. Если вы перед этим держались за обе руки, меняйте положение рук следующим образом: партнер освобождает левую руку партнерши, обнимает партнершу за талию, подводя ее чуть ближе к себе. Позиция меняется на закрытую.

Основной шаг вперед и назад



1

Партнер делает шаг вперед левой ногой, оставляя правую на месте.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



2

Партнер переносит вес тела назад на правую ногу, оставляя левую ногу на месте.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу, оставляя правую на месте.



3

Партнер подставляет левую ногу к правой, переносит на левую ногу вес тела.

Партнерша подставляет правую ногу к левой, переносит на правую ногу вес тела.



4

Партнер ударяет по полу внутренней стороной подошвы правой туфли.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороной подошвы левой туфли.



5

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.

Партнерша делает шаг вперед левой ногой, оставляя свою правую на месте.



6

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу, оставляя правую на месте.

Партнерша переносит вес тела назад на правую ногу, оставляя левую на месте.

7

Партнер подставляет правую ногу к левой, переносит на нее вес тела.

Партнерша подставляет левую ногу к правой, переносит на нее вес тела.

8

Партнер ударяет по полу внутренней стороной подошвы левой туфли.

Партнерша ударяет по полу внутренней стороной подошвы правой туфли.

Подготовка к повороту

(Preparing to Turn)

Вы познакомились с основным шагом сальсы, теперь давайте приступим к более серьезным фигурам этого танца.

Повороты — ключевой элемент сальсы. Опытные танцоры начинают делать поворот еще в конце предшествующей ему фигуры, отчего это движение выглядит у них наиболее привлекательно и естественно. Начните разучивать повороты, постепенно вводя их в уже знакомые вам фигуры сальсы, стараясь с каждым разом делать поворот динамичнее и легче. Тенденция к многочисленным повторам поворотов в сальсе отражает как характер этого танца, так и особенности музыкального сопровождения. Прислушайтесь повнимательнее к музыке сальсы, и вы сами все поймете.

Повороты в сальсе также служат популярной и эффектной связкой между фигурами. Попробуйте станцевать основной шаг назад, описанный выше, со следующими предлагаемыми вам деталями.



Во время исполнения пятого движения партнер должен правой рукой мягко оттолкнуть партнершу от себя, одновременно делая шаг назад правой ногой. Партнерша делает шаг назад левой ногой.

На следующем шаге партнер кладет правую руку на левое бедро партнерши, поворачиваясь к ней. Легко ударяет левой ногой по полу. Партнерша зеркально повторяет его движения, опуская левую руку на плечо партнера.



В каждом последующем исполнении пятого движения партнер должен мягко, но четко оттолкнуть от себя партнершу с тем, чтобы освободить для себя пространство, позволяющее сделать правый поворот.



О движениях партнерши

Во время исполнения пятого движения позвольте партнерше немного оттолкнуть вас от себя, чтобы вы сумели повторить поворот. Когда поворот достиг точки, в которой пара движется назад, наступает момент, удобный для перехода к следующей фигуре.

Восьмерка (*Figure of Eight*)

Эта фигура в сальсе очень популярна. Партнер совершает поворот по диагонали впереди партнерши. Затем следует левый поворот партнерши. Позиция открытая, исходное положение — лицом к лицу, вес тела партнера перенесен на левую, партнерши — на правую



1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте. Лево́й рукой чуть отталкивает партнершу от себя.

Партнерша делает шаг назад левой ногой, оставляя правую ногу на месте. Левая рука свободна.



2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворачиваться налево. В начале поворота свободная правая рука выносится перед грудью и оказывается поверх левой.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворачиваться направо.

3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг вперед правой ногой, поворачиваясь на четверть оборота (90 градусов) налево, оказываясь в конце движения спиной к партнерше. Лево́й рукой продолжает держать левую руку партнерши.

Партнерша делает шаг в сторону левой ногой, доворачиваясь на четверть оборота (90 градусов) направо, оказываясь в конце движения лицом к спине партнера.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер поворачивается на четверть поворота (90 градусов) налево. Левая рука отпускает руку партнерши. Правой рукой партнер берет партнершу за левую руку.

Партнерша продолжает поворачиваться направо, делая еще четверть оборота (90 градусов).

Партнер делает шаг назад левой ногой.

Партнерша делает шаг назад правой. Левая рука партнерши держит правую руку партнера на уровне груди.



5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворот направо, помогая при этом партнерше повернуться по часовой стрелке так же, как описано во втором шаге.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворачиваться налево. Свободная правая рука поднимается вверх и выносится перед грудью поверх левой руки, соединенной с рукой партнера.

6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер шагает в сторону левой ноги, делая четверть оборота (90 градусов) направо. В конце движения он оказывается лицом к спине партнерши.

Партнерша шагает в сторону правой ногой и делает четверть оборота (90 градусов) налево, оказываясь в конце движения спиной к партнеру. Лево́й рукой она продолжает держать за правую руку партнера.



7

БЫСТРО (QUICK)

Партнер продолжает поворачиваться по часовой стрелке, делая четверть оборота (90 градусов) направо. Отпускает правую руку и делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте. Берется левой рукой за правую руку партнерши.



Партнерша продолжает вращение против часовой стрелки, делая четверть оборота (90 градусов) налево. Отпускает левую руку и делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте. Берется правой рукой за левую руку партнера.

8

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу. Здесь можно открытую позицию сменить закрытой или оставить прежней.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу.



9

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет правую ногу к ле

Партнерша подставляет левую ногу к правой. (Обратите внимание на то, что при медленном исполнении этого движения удар ногой делать не нужно.)

Музыкальное сопровождение

Вам наверняка понравится танцевать под «Llo» и «Me Dejo» в исполнении Оскара Д'Леона. Д'Леон — один из известнейших исполнителей сальсы в мире. «Ciegas» чрезвычайно популярна в клубах сальсы. «Me Dejo» несколько медленнее, идеально подходит для обучения.

Восьмерка со сцепленными руками (Figure of Eight with Double Hand Hold)

Когда вы освоили простую восьмерку, можно перейти к новой ее разновидности. Начните с основной версии этой фигуры. Исходное положение: партнер стоит так, что вес его тела перенесен на левую ногу, партнерши — на правую. Станцуйте первые четыре движения основного шага назад. Партнеры держат друг друга за руки, при этом ладони партнера обращены вверх, а ладони партнерши — вниз. Контактуют только пальцы.

1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте, и мягко, но четко отодвигает обеими руками партнершу назад от себя.



Партнерша

исполняет «мужские» шаги 4—6 обыкновенной восьмерки, а затем «мужские шаги» 1—3. Далее она танцует основной шаг назад с опорой на левую ногу и пропуском удара ногой на последнюю долю такта музыки.

2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворачиваться влево. Поднимает вверх правую руку.





3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону правой ногой, поворачиваясь при этом на четверть оборота (90 градусов) налево и оказываясь в конце движения спиной к партнерше. Опускает правую руку через голову вниз на уровень талии. Продолжает держать левую руку партнерши правой рукой.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер отпускает левую руку. Продолжает поворот налево еще на четверть оборота (90 градусов) и делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте. Снова берет левой рукой правую руку партнерши.



5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу, начиная поворот направо и одновременно помогая партнерше совершить поворот против часовой стрелки, поднимая вверх свою левую руку и пронося ее наискось и через голову партнерши.



6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону левой ногой, совершая четверть оборота (90 градусов) направо и оказываясь в конце движения лицом к спине партнерши. Отпускает правую руку. Опускает левую руку вниз на уровень талии.



7

БЫСТРО (QUICK)

Партнер продолжает поворот по часовой стрелке, делая четверть оборота (90 градусов) направо. Снова берет правой рукой левую руку партнерши и делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



8

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу.



9

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет правую ногу к левой.

Поворот со сменой мест (Changing Places Turn)

Этот поворот имеет место во многих движениях в открытой позиции. Попробуйте применить его вместо 7—9 шагов в фигуре «восьмерка с поворотом». После третьего движения продолжайте обычным обратным движением сальсы, начиная с пятого шага.



1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте и держа правую руку партнерши пальцами своей левой руки. Ладонь партнерши повернута вниз.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя на месте левую.

2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворачиваться направо, помогая при этом партнерше повернуться против часовой стрелки. Поднимает левую руку и переносит ее через голову партнерши.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворачиваться против часовой стрелки.



3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону левой ногой, поворачиваясь на четверть оборота (90 градусов) вправо и оказываясь в конце движения лицом к спине партнерши. Опускает левую руку вниз на уровень талии, доворачивая партнершу лицом к себе.

Партнерша поворачивается налево под рукой партнера и делает шаг правой ногой, оказываясь в конце движения лицом к лицу с партнером.

Ведущий и ведомая

В отличие от остальных стилей сальсы предполагает большую свободу действия партнеров, поскольку не имеет стандартного рисунка почему для партнера так важно вести свою партнершу таким образом, чтобы ей было удобно и понятно.



Если партнер хочет развернуть свою партнершу направо, ему лучше начать движение с шага назад правой ногой.

Есть общее правило, гласящее, что повороты в сальсе начинаются с основного шага назад. Если партнер хочет развернуть свою партнершу налево, он должен делать это тогда, когда делает шаг назад левой ногой.



Поворот налево в замке

(Armlock Turn to the Left)

Это еще один характерный для сальсы прием. Поворот в замке не покажется вам сложным, если вы внимательно изучите его шаг за шагом. Исходное положение: партнеры стоят лицом к лицу. Вес тела партнера на правой ноге, партнерши — на левой. Руки сцеплены у уровне груди.



1
БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте. Мягко отталкивает партнершу от себя.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



2
БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу и слегка поворачивается направо. Легко отодвигает от себя правую руку партнерши. Одновременно поднимает вверх свою правую руку и помогает партнерше повернуться налево.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворот налево

Поворот налево в замке



3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону левой ногой, поворачиваясь на четверть оборота (90 градусов) направо. Держит правую руку поднятой вверх и продолжает поворачивать партнершу против часовой стрелки. Левая рука остается сцепленной с правой рукой партнерши и проходит наискось за спиной партнерши.

Партнерша делает шаг в сторону правой ногой, поворачиваясь на 90 градусов налево и оказываясь в конце движения спиной к партнеру.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает маленький шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.

Партнерша доворачивается еще на 90 градусов налево и делает маленький шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворот направо.



Стилистическая тонкость

Исполняя третье движение, партнер должен позаботиться о том, чтобы оставить партнерше достаточно места для окончания фигуры

6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону правой ногой, совершая при этом четверть оборота налево. Левая рука при этом движется налево, помогая партнерше развернуться. Опустите правую руку на уровень пояса.

Партнерша делает шаг назад левой ногой и совершает поворот направо.



7

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



8

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу.



9

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет левую ногу к правой.

Партнерша подставляет правую ногу к левой.



Вариант

В четвертом движении партнер может исполнить элемент «кукарача». Некоторые танцоры предпочитают делать это правой ногой с одновременным поворотом на четверть оборота направо, а потом сделать четверть оборота налево, делая при этом шаг назад левой ногой. Это возможный вариант, но при этом нужно позаботиться о том, чтобы «замок» не стал слишком тесным и неудобным для партнерши. Техника исполнения движений описана нами выше, и ее желательно сохранить.

Теперь вы можете перейти к основному шагу сальсы. Если же вы хотите повторить «замок», станцуйте движения 1—7, а затем движения 2—9.

Музыкальное сопровождение

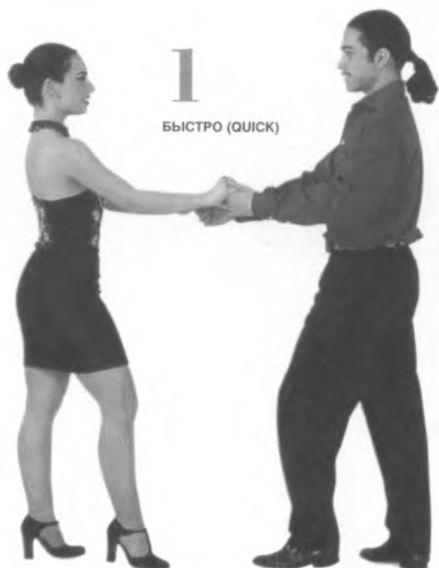
«Que Pasa Baila Usted» в исполнении Оскара ДЛеона (Oscar D'Leon). Это очень заводная музыка, наилучшим образом подходящая для исполнения сальсы в колумбийском стиле. Когда слышишь ее, просто невозможно устоять на месте.

Правый поворот в замке

(Armlock Turn to the Right)

Эта фигура очень похожа на ту, что описана выше, но при этом партнерша делает больше поворотов направо, чем налево. Начните того же исходного положения, только вес тела партнера теперь перенесен на левую ногу, партнерши — на правую.

Правый поворот в замке



1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте. Мягко оттолкните партнершу от себя, подготовив ее к повороту.

Партнерша делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу и слегка поворачивается налево. Поднимает вверх левую руку с правой рукой партнерши. Своей правой рукой помогает партнерше сделать поворот направо.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворачиваться направо.



3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону правой ногой, совершая четверть оборота налево. Левая рука поднята вверх и продолжает поворачивать партнершу по часовой стрелке. Правая — наискосок за спиной партнерши.

Партнерша делает шаг левой ногой, совершая четверть оборота направо и оказываясь в конце движения спиной к партнеру.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает небольшой шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

Партнерша доворачивается еще на четверть оборота направо. Делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворачиваться направо.

Партнерша переносит вес тела на левую ногу и начинает поворачиваться налево.

6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону левой ногой, поворачиваясь на четверть оборота вправо.

Партнерша делает шаг в сторону правой ногой и совершает четверть оборота налево.

7—8

БЫСТРО, БЫСТРО (QUICK, QUICK)

Партнер отступает назад правой ногой, оставляя левую на месте и поворачиваясь на четверть оборота направо. Переносит вес тела на левую ногу.

Партнерша продолжает поворот налево, делая шаг назад левой ногой и оставляя на месте правую. Переносит опору на правую ногу.

9

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет правую ногу к левой.

Партнерша подставляет левую ногу к правой.

Пачанга. Удары каблуком

(Pachanga Heel Taps)

Колумбийский стиль исполнения сальсы предполагает разнообразные импровизированные движения ногами. От этого танец становится более разнообразным, чем при кубинском стиле. Ряд движений при этом заимствуется из других танцев, одним из которых является пачанга.

Возьмитесь за руки и протанцуйте основной шаг назад. В последнем движении партнер становится ближе к партнерше, но их тела еще не касаются друг друга. Затем партнер привлекает к себе партнершу, кладет руку на ее талию и убеждается в том, что вес партнерши перенесен на левую ногу.



2

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает четверть оборота (90 градусов) направо, оказываясь лицом к лицу с партнершей, и делает шаг левой ногой. Разворачивает партнершу лицом к себе.

Партнерша поворачивается на четверть оборота (90 градусов) налево, оказываясь лицом к лицу с партнером, и делает небольшой шаг правой ногой.



3

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте. Можете при этом отпустить правую руку или сохранить в руках предыдущую позицию.

Партнерша делает шаг назад левой ногой, оставляя правую ногу на месте.

4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу.

5

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет правую ногу к левой.

Партнерша подставляет левую ногу к правой.



1

-И- МЕДЛЕННО (AND—SLOW)

Партнер стоит на правой ноге, делает восьмью оборота направо, затем поворот на три восьмых оборота налево, держа колени вместе, и поднимает левую ногу, держа ее параллельно полу. Помогает партнерше сделать поворот, слегка прижимая ее левую руку и поворачивая по часовой стрелке правой. В конце движения туфля партнерши должна соприкоснуться с вашей.

Партнерша опирается на левую ногу, делает восемь оборота налево, затем три восьмых оборота направо, сводит колени вместе и поднимает правую ногу параллельно полу. Если партнер положил свою руку на талию, ответьте тем, что положите левую руку поверх его руки. В конце движения ваша поднятая нога должна соприкоснуться с поднятой ногой партнера.



Продолжайте танцевать основной шаг сальсы

Пачанга. Перекрестные качания ногами (Pachanga Cross Swivels)

А теперь для самых смелых еще несколько приемов работы ногами в колумбийском стиле. Они также пришли в сальсу из экзотической пачанги. Начните, как всегда, с основного шага назад: руки соединены. Вес партнера — на правой ноге, партнерши — на левой.



1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер слегка поворачивается направо на правой ноге и поднимает над полом левую ногу, направляя носок туфли вниз.

Партнерша слегка поворачивается налево на левой ноге и поднимает вверх правую ногу, направляя носок туфли вниз.



2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер чуть поворачивается на правой ноге и делает легкий взмах левой, пронося ее наискось и ниже правого колена, но так, чтобы не задеть при этом пол носком туфли.

Партнерша чуть поворачивается на левой ноге и делает легкий взмах правой, пронося ее наискось и ниже левого колена, но так, чтобы не задеть при этом пол носком туфли.



3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер снова разворачивается на правой ноге, делает левой еще один взмах и ставит левую ногу на пол, перенося на нее вес тела.

Партнерша зеркально повторяет его движения.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер опирается на левую ногу, делает на ней небольшой поворот налево, поднимает правую ногу, направляя носок туфли вниз.

Партнерша слегка поворачивается направо на правой ноге, поднимает над полом левую, направляя носок туфли вниз.



5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер поворачивается направо на левой ноге и проносит свою правую ногу наискось и ниже левого колена, но так, чтобы не коснуться пола кончиком туфли.

Партнерша поворачивается налево на правой ноге и проносит свою левую ногу наискосок и ниже правого колена, но так, чтобы не коснуться пола кончиком туфли.

6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер снова разворачивается на левой ноге, делает взмах правой и ставит ее на пол. Вес тела переносит на правую ногу.

Партнерша зеркально повторяет движения партнера.



Полуобороты (*Half Turns*)

Поворот на пол-оборота известен также под названием «поворот в обнимку». В этой позе вы можете немного задержаться перед тем, как выйти из фигуры.

1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте. Мягко отталкивает партнершу назад, приготовив ее к повороту.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.



2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу. Помогает партнерше сделать левый поворот, для чего поднимает вверх свою левую руку и двигает ее направо наискось от себя и над головой партнерши. Правая рука удерживается на уровне талии.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворачиваться налево.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг вперед правой ногой, оставляя левую на месте. Опускает левую руку на высоту пояса впереди партнерши. В результате партнеры оказываются в позиции «бок о бок», партнерша справа, правая рука партнера держит левую руку партнерши, а правое предплечье партнера находится наискосок за ее спиной.

Партнерша движется назад, делает небольшой шаг левой ногой, оставляя правую на месте, и продолжает поворачиваться еще на четверть оборота (90 градусов) налево. В результате она оказывается справа от партнера в позиции «бок о бок».

5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу и с помощью правого предплечья сообщает партнерше движение вперед. Поднимает вверх свою левую руку, пропуская под нею партнершу.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает поворачиваться направо.



3

ТЕМП МЕДЛЕННЫЙ

Партнер делает шаг вперед левой ногой. Левая рука по-прежнему поднята вверх.

Партнерша делает шаг правой ногой, поворачивается на ней на 90 градусов влево.



6▶

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет правую ногу к левой. Опускает левую руку до уровня груди. Партнерша продолжает находиться лицом к лицу с партнером.

Партнерша делает шаг назад и в сторону левой ногой, поворачиваясь на четверть оборота (90 градусов) вправо.



7

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя на месте левую, и делает четверть оборота направо.



◀8

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу.



9

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет левую ногу вперед к правой.

Партнерша подставляет правую ногу вперед к левой.

Шаги 7—9 могут быть заменены движениями «поворот со сменой мест», что дает красивое завершение фигуры.

Музыкальное сопровождение

«Mexico, Mexico» в исполнении Grupo Niche (Sony). Эта запись отлично подходит для сопровождения сальсы в среднем темпе для достаточно опытных партнеров. Если же вам по душе невероятная смесь из африканских и карибских ритмов, попробуйте «Africano» и «Yay Boy» группы Африканда (Stom's Africa). Эти записи не только хорошо показывают корни сальсы, но и весьма удобны для танцев.

Полуоборот со сменой сторон (Half Turn and Changing Sides)

Эта фигура еще известна как «Двойное объятие» и на самом деле прекрасна. Первые четыре движения исполняйте как в обычном полуобороте, а потом переходите к новой фигуре.

1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на левую ногу и держит обе руки на уровне пояса.

Партнерша переносит вес тела вперед на правую ногу.



2

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону правой ногой, перекрещивает руки партнерши и помогает ей двигаться перед собой налево. Партнерша должна оказаться в позиции немного впереди и слева от партнера.

Партнерша делает шаг в сторону левой ногой и двигается перед партнером, занимая позицию слева от него и немного впереди.



3

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг вперед левой ногой, оставляя правую на месте. Теперь вы оказываетесь бок о бок с партнершей.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте. Теперь вы стоите бок о бок с партнером.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела назад на правую ногу и чуть подталкивает партнершу вперед.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу.

5

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает шаг в сторону левой ногой, меняясь с партнершей сторонами. Теперь позиция партнерши — правее и немного впереди партнера.

Партнерша делает шаг в сторону правой ногой, двигаясь перед партнером и занимая позицию бок о бок и немного впереди него.



6

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг вперед правой ногой, оставляя левую на месте.

Партнерша делает шаг вперед левой ногой, оставляя правую на месте.

Продолжайте пятое движение полуоборота или оставайтесь «в обнимку», если хотите повторить движение. Не забудьте включить в полуоборот четвертое движение.



Особый стиль сальсы

Вы можете оживить самые простые основные движения сальсы, привнеся в них немного экзотики. Вводите их в свой репертуар постепенно, пока не почувствуете себя вполне уверенно, и тогда ваше исполнение танца приобретет новую драматическую окраску.

Полуоборот с кивком головы по-бразильски

Добавьте в танец еще немного «перца», используя этот бразильский прием. Танцуют его так: партнерша отступает назад правой ногой и резко закидывает голову назад, одновременно приподнимая левое колено и направляя носок левой туфли к полу. Чтобы помочь партнерше, партнер вытягивает прямую правую ногу, создавая дополнительный «упор». Левая рука партнера придает партнерше движение, а правая — поддерживает ее. Поначалу делайте этот элемент медленно, а когда освоите его, включайте в свой танец, и это придаст ему замечательный эффект.

Поворот со сменой мест и кубинской «Ракушкой» (Changing Places Turn with Overhead Cuban Sink)

Вы можете захотеть немного украсить ваш поворот со сменой мест. Исходная позиция — как в основном шаге, но обе пары рук в данном случае касаются друг друга. Это достигается в тот момент, когда партнерша делает поворот под руками партнера. Теперь можно переходить к ракушке.



1

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад левой ногой, оставляя правую на месте.

Партнерша делает шаг назад правой ногой, оставляя левую на месте.

2

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела вперед на правую ногу и начинает помогать партнерше сделать поворот, передвигая руки направо.

Партнерша переносит вес тела вперед на левую ногу и начинает поворот налево.



3

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер опирается по-прежнему на правую ногу. Продолжает движение руками, перенося их к себе за голову. Сгибает правое колено.

Партнерша завершает поворот против часовой стрелки, соединяет руки вместе и закидывает их за голову партнера, обхватывая его за шею.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер встает в закрытую позицию, слегка приседает на правое колено и делает небольшой шаг левой ногой, описывая круговое движение левым коленом против часовой стрелки и одновременно исполняя круговое движение бедрами.

Партнерша слегка приседает на левое колено, делает короткий шаг правой ногой, описывая круг правым коленом, и совершает круговое движение бедрами.

5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер переносит вес тела на правую ногу.

Партнерша переносит вес тела на левую ногу.



6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер подставляет левую ногу к правой.

Партнерша приставляет свою правую ногу к левой.

Кумбия и валленато

(Cumbia and Vallenato)

Сальса — это многокрасочный стиль, включающий в себя разнообразные элементы афро-кубинской и латиноамериканской музыки. Куба дала сальсе элементы из своих танцев, таких, как сон, дансон, гуахира, гуагуаначо, ча-ча-ча, монтуно и чаранга. Из них складывался пикантный тонкий стиль сальсы. Однако Куба — не единственная родина сальсы. Колумбия — ее районы Кали, Медельин, Санта-Марта, Картахена и Барранкилья также внесли свой вклад в этот танец. Во многом благодаря им сальса приобрела свое неповторимое, известное всему миру звучание.

Если кубинская сальса возникла на пересечении народных танцев с американским джазом, то колумбийская сальса имеет свои не менее интересные корни. Музыка колумбийской сальсы основана на традиционных народных танцах и вобрала в себя элементы кумбии, валленато, пачанги, пасео, порро и куррулао. Наиболее значимыми из этих танцев следует считать кумбию, валленато и пачангу.

Кумбия характерна использованием в ее музыке звучания народных инструментов и более подвижных ритмов.

Классические примеры кумбии — записи «El Carbonero» в исполнении Комбо Кандела, «El Pollera Colora» (Педро Сальседо), а также всемирно известная «La Colegiala». Лично мне больше всего нравятся записи Родольфо и Ла Типика, да еще несравненная «La Gota Fria» Карлоса Вивеса, которая давно стала классикой для танцевальных клубов. В специальных клубах кумбии часто можно услышать также «Piel Morena» Фальи, ставшую общепризнанным латиноамериканским хитом и написанную в Мексике. Эту мелодию отличает чистый ритм и чарующая мелодия.

Валленато (иногда его произносят как баноннато) происходит из колумбийского региона Санта-Марта. Это романтическая песня, которую мужчина исполняет для своей возлюбленной. Традиционно эта песня поется в сопровождении аккордеона. По темпу она медленнее обычной сальсы. Поищите записи валленато в исполнении Лос Инкуэто, Роберто Торреса, Тулио Зуолаги и Карлоса Вивеса.

Пачанга — еще один колумбийский танец с четким ритмом, позволяющий танцорам исполнять синкопированные шаги, удары и смену ног. Чтобы почувствовать вкус колумбийского танца, посмотрите еще раз разделы нашей книги, посвященные ему. Музыка пачанги настолько заразительна, что под нее просто невозможно не танцевать. Послушайте восхитительные «Cali Pachanguero» Галилео или «La Cosecha de Mujeres» Фруко.

Танцуем кумбию и валленато

Исполняя кумбию и валленато, многие танцоры просто танцуют стандартные фигуры сальсы. Однако для настоящих любителей и ценителей танца приятнее наслаждаться им, находясь в тесном контакте. Левая рука партнера при этом часто поднимается выше, чем обычно. Верхняя часть тела обоих партнеров остается неподвижной, и все внимание уделяется движениям ног и бедер. Быстрый темп кумбии может заставить неопытных танцоров начать танцевать «вприпрыжку», особенно на шагах назад, но если освоить этот танец по-настоящему, он будет смотреться просто неотразимо.

Попробуйте станцевать в кумбии и валленато следующие стандартные фигуры сальсы:

- Основной шаг вперед
- Основной шаг назад
- Кукарача
- Шаги в стороны

Из мамбо можно попробовать:

- Ла пеонца

И из меренги:

- Исполните шаг назад сальсы, а затем мелтдаун (приседание в темпе «быстро, быстро, медленно»).
- 1—6 шаги в стороны, а потом кукарачу, повторяя все это в темпе «быстро, быстро, медленно».

Нельзя использовать те движения из известных вам танцев, которые исполняются в открытой позиции или с поворотом под рукой. Помните, что кумбия и валленато всегда танцуются в тесном контакте. Партнер при этом ведет партнершу не только с помощью рук и верхней части тела, но и при помощи ног, которые в этих танцах тесно сплетены. Однако не забывайте и о том, что кумбия и валленато танцы романтические, но вовсе не разнузданные. Стиль этих танцев можно скорее всего назвать спокойным.

Эль вирайи (Вираз)

Это — популярная в кумбии и валленато фигура, которая в самом деле обозначает вираз, то есть поворот со сменой направления движения. Начальная позиция — основной шаг сальсы вперед. Теперь пара танцоров готова на основе шага назад совершить крутой вираз на пол-оборота (180 градусов) по (или против) часовой стрелке. Первые три движения — основной шаг сальсы вперед.



4

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает шаг назад правой ногой, поворот влево на 90 градусов на правой ноге. Левая во время поворота как бы отставлена (т. е. не подтягивается к правой).

Партнерша делает шаг вперед левой ногой, поворот на ней влево на 90 градусов.

5

БЫСТРО (QUICK)

Партнер делает левой ногой небольшой шаг вперед, продолжая поворачиваться налево.

Партнерша правой ногой делает шаг назад, продолжая поворачиваться налево.



6

МЕДЛЕННО (SLOW)

Партнер делает небольшой шаг назад правой ногой, завершая полуоборот (180 градусов) налево.

Партнерша делает небольшой шаг вперед левой ногой, завершая полуоборот (180 градусов) налево.

Я надеюсь, вы получили немало удовольствия, изучая сальсу, кумбию, валленато и пачангу. Поверьте, это удовольствие будет постоянно возрастать по мере того, как вы будете заниматься этими танцами. Не забывайте расслабляться, внимательно слушать музыку и, конечно же, танцевать. А теперь вперед, и «Эчале Сальсита!»