



Visa gärna uppskattning för den du dansat med om du har en positiv känsla efter dansen. Det kostar inget och om personen verkar nöjd så ökar chanserna till en ny dans tillsammans.

Lunds dansklubb Gåsastegets klubbtidning Gåsabladet kommer ut flera gånger per år

TANKAR OM DANS FRÅN DANSGOLVET

Fortsättning om fox; ursprung och lite tankar från dansgolvet.

Ursprung

Den dans som på svenska heter foxtrot skiljer sig en hel del från den dans som i England kallas foxtrot och i Amerika foxtrot international style. Ursprungligen skapades den dans som på svenska heter foxtrot av vaudeville-skådespelaren Harry Fox, som dansade med skådespelaren Yansci Dolly. Harry Fox och Yansci Dolly gifte sig efter 1914 på 1910-talet. De danser som Harry Fox kunde ha haft som förebilder var twostep, tango och one-step. Samma år, 1914, som foxtrot lanserades kom dansen castle foxtrot. Den ursprungliga dansen från 1914 var snabb och innehöll en del hopp. Under återstoden av 1910-talet gjordes dansen mjukare genom att hoppen togs bort. 1920 sänktes tempot, så att det fick det tempo modern foxtrot har. Dansen fick standardiserade former av Arthur Murray 1920.

På grund av första världskriget kom inte foxtrot till Europa och Sverige förrän 1920. . Ur foxtrot utvecklades så småningom en långsam version, slowfox, och en snabb, quickstep. I Sverige och en del andra länder dansas det, som på svenska kallas foxtrot, på dansbanorna. Den har stora likheter med den ursprungliga dansen. Vilken fattning dansen utförs med skiljer sig mellan olika dansgolv och mellan modern och traditionell foxtrot.

En mer vågad variant av den svenska sociala foxtroten, benämns uteslutande av socialdansare för bara "fox" (kallas ibland för "mysfox", eller "dirty fox") inspirerat av filmen Dirty Dancing från 1987. Den stilen kräver oftast bra balans, samt god känsla för rörelsemönster, tyngdpunkt, musikanpassning samt hänsyn så att krokar inte uppstår.

En som kanske har bidragit till utvecklingen och spridningen av dansstilen är Odd Vesterli som under ett antal år har undervisat i stilen, Dirty Fox.

Redaktören: Hans Larsson och Jeanette Karlsson är kursledare i mysfox på Gåsasteget.



Tankar om mysfox från dansgolvet:

- Det handlar bara om dansen, den totala dansupplevelsen. Det är så mycket känsla, väldigt passionerat, man är i en helt annan värld.
- Mysfox är kramgo och omtänksam. – Eftersom det är killarna som för är de väldigt gentlemannamässiga. De har ansvar för att ta hand om oss tjejer på dansgolvet. Man känner sig respekterad och väl omhändertagen.
- Man kan förstå att icke dansare reagerar när de ser hur mysfox dansare dansar. HUR förklara att det "BARA" är dans!
Det finns såklart olika grader av "mys". Det finns både killar och tjejer som pillar i nacken och håret, smeker kinden på den de dansar med mm. För mig känns det främmande, inget jag gör på vem som helst. Den enda jag skulle kunna tänka mig mysa med lite extra är den som inte bara håller min famn utan även mitt hjärta. Men jag tänker varken döma eller tala om hur andra ska dansa, det är helt upp till var och en. För oss dansare är det ju helt naturligt (oftast).....det är ju inte för inte som uttrycket "Dans är ett lodrätt uttryck för ett vågrätt begär" används titt som tätt.
- Mysfox är en underbar foxtrot för tjejer som älskar att njuta och bara följa killen i hans rörelser till musiken. Du får verkligen igång danshormonerna Oxytocin.

Redaktören: Det finns grupper på Facebook för bla Mysfox, Sensuell foxtrot. Mer om danshormonerna i framtida Gåsabladd.

Tillsammans bygger vi vår förening, vi är många som gör lite var! "alla hjälps åt"