Publicado en el 27/12/2016

NotasdePrensa

Vuelve la fiebre del swing

El swing y todas sus variantes, la mejor manera de recuperar la forma después de fiestas

El día a día no tiene por qué implicar largas sesiones de gimnasio o interminables salidas de running: el baile es una de las actividades preferidas por chicos y chicas que puede ayudar a integrar el movimiento en el día a día al mismo tiempo que nos relacionamos socialmente y nos divertimos en nuestro tiempo de ocio.

Puede que al hablar de baile automáticamente se piense en ritmos latinos: bachata, salsa, merengue... Son bailes que han estado (y a día de hoy siguen estando) muy de moda. Pero si se quiere probar algo nuevo y con un cierto toque vintage, los bailes asociados a la música swing: el Lindy Hop toma las calles de las grandes ciudades donde todos quieren ser los nuevos "rebeldes del swing".

¿Cómo se baila la música swing?

La música swing es un estilo de jazz influenciado por la música europea que nació en Estados Unidos en la década de los años 20 y que obtuvo una gran popularidad durante los años 30. Este tipo de música, popularizada por las big bands (y que se disfruta a tope en directo) puede bailarse con diferentes estilos, siendo el más popular de ellos el Lindy Hop (en el vídeo de arriba podéis ver a Gastón y Alba, directores y profesores de la escuela Big Mama Swing de Madrid).

El Lindy Hop es el estilo más representativo para bailar música swing, pero no es el único

El Lindy Hop es el baile original del swing, que fue desarrollado en primer lugar principalmente por bailarines afroamericanos en la zona de Harlem, en Nueva York. Es un baile en ocho pasos que se baila en pareja, llevando una persona (generalmente un chico, aunque no siempre) el papel de leader, y la otra persona (por lo general la chica) el de follower. Es un baile muy creativo y que permite a los dos roles introducir una cierta personalización de los pasos de baile.

Otro de los estilos más populares con los que se puede bailar la música swing es el balboa. Originario de la península del mismo nombre, en California, el Balboa es parecido al Lindy Hop pero bailando mucho más cerca, casi siempre en posición cerrada, y con un trabajo de pies muy intenso. ¿Por qué se baila así? Básicamente porque, gracias a la popularidad de los bailes sociales las salas de baile comenzaron a estar atestadas de gente, y la única manera de bailar era bien pegadito a tu pareja.

Otros estilos con los que podemos bailar música swing son el blues (se puede bailar solo o en pareja, es más pausado y admite una gran improvisación), el charlestón o el claqué.

El baile social: lo mejor del swing

Sin duda alguna, lo mejor del swing es el baile social. No se trata solo de aprender a bailarlo y listo, sino que en las grandes ciudades se celebran cada día fiestas, eventos "clandestinos" (en la calle, e parques o plazas), grandes eventos de varios días de duración o pequeñas reuniones con música en

vivo donde puedes acudir a aprender o perfeccionar tus pasos de baile.

El Lindy hop es un "baile social": además de bailar conocerás a mucha gente con tus mismos intereses

El Lindy Hop, como estilo más representativo del swing, es un baile en el que raras veces vas a bailar con tu misma pareja: de hecho en las clases no es necesario que te apuntes con tu propia pareja (aunque sí hay un número igual de leaders y followers) porque de lo que se trata es de bailar con todo el mundo, rotando en cada canción o cada pocos minutos.

Esto es lo que hace de la música swing en general y del Lindy Hop en particular un evento muy social en el que, además de bailar y pasarlo bien (que es lo primordial) también conocerás a mucha gente de distintas escuelas o ciudades. Personas de diferentes edades y con distintas profesiones que tienen un punto en común: el amor por el baile y por la música swing.

Una vez que conoces los pasos básicos del swing es importante que acudas a estas fiestas y eventos, muchos de ellos organizados por las propias escuelas de baile: en la pista es donde puedes darlo todo, moverte más que nunca y aprender nuevos movimientos para incorporar a tus pasos.

El Lindy Hop no es un baile con una coreografía pre-establecida: la improvisación y, sobre todo, la conexión con la pareja con la que estás bailando, cobra una especial importancia. Los leaders deben saber guiar, y las followers deben saber dejarse llevar para poder disfrutar del baile.

Pero, sin ninguna duda, lo mejor del Lindy Hop y del swing es su vertiente social: el hecho de estar en una sala de baile (o en un evento en la calle) escuchando música y que un desconocido te saque a bailar (¡o sacarle tú a él!), con la conexión que se genera entre ambos, es alucinante. Los eventos de Lindy Hop y de swing se caracterizan por el buen rollo que reina siempre en ellos y por cómo la gente sonríe mientras está bailando. Personalmente, es algo que no había visto jamás en otros bailes.

¿Dónde se puede aprender a bailar swing?
En las grandes ciudades hay diferentes escuelas en las que podemos aprender cómo bailar música swing:

Big Mama Swing, en Madrid: esta es la escuela en la que yo voy a clase, y os la recomiendo al 100%. Podéis encontrar clases de Lindy Hop, Balboa o blues para todos los niveles, cursos intensivos, muchas fiestas y muy buen ambiente.

Big South, en Madrid: con ellos hice mi primer curso intensivo. En esta escuela se aprenden los dos roles a la vez: el de leader y el de follower, por lo que podrás bailar como cualquiera de los dos en

bailes sociales.

Swing Maniacs, en Madrid y Barcelona: una de las escuelas más importantes del país, con una gran variedad de horarios y de clases en todos los niveles. Organizan muchos eventos de swing por toda España.

Valencia Lindy Hop, en Valencia: cursos de iniciación y cursos de baile regulares, también para que los peques de la casa comiencen a bailar desde una edad temprana.

Academia Ensayo, en Bilbao: con una amplísima oferta de bailes, entre los que se encuentra el Lindy Hop.

Además, si se quiere bailar Lindy, es posible hacerlo cada día de la semana en una fiesta distinta: información de todos los eventos en asociaciones como MadForSwing o en páginas de Facebook como la de Swingmaniáticos Madrid. No hace falta que estéis en ninguna escuela o que sepáis bailar: solo necesitáis ganas de moveros y de pasarlo bien.

La noticia Muévete más en 2017: vuelve la fiebre del swing fue publicada originalmente en Trendencias Belleza por Lady Fitness .

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: Telecomunicaciones Moda Entretenimiento Otros deportes

NotasdePrensa

https://www.notasdeprensa.es