



# Niveauopdeling

## Niveau 1 (begyndere)

Er helt grøn som danser. Skal lære grundtrinene helt fra bunden af. Bevægelserne er uskarpe og der er mangel på isolation og definition. I undervisningen arbejdes der med kropsholdning, grundtrin på stedet og hen over gulv. Enkle mave, hofte og armbevægelser samt små trinsekvenser.

## Niveau 2 (fortsætter)

De første begyndervanskeligheder er overstået. Der arbejdes med at gøre grundtrinene mere skarpe og isolerede. Begynder af sig selv at få armene med i bevægelserne. Holdningen skal der stadig arbejdes med. Er blevet bedre til at høre fraseringer i musikken.

## Niveau 3 (fortsætter/let-øvet)

Bevægelserne er blevet mere definerede og klare. Arme og hofter begynder at blive koordinerede. Rekvitter kan tages med i dansen og koreografi introduceres. Holdningen er blevet mere rank. Er måske enten lidt stiv i bevægelserne eller modsat, manglende kontrol. Musikforståelsen vokser.

## Niveau 4 (let-øvet)

Godt koordineret. Arme og bevægelser begynder at flyde. Skift mellem bevægelser sker flydende og naturligt. Begynder på "layering", at kombinere flere bevægelser, f.eks. 8-tal m/shimmy og der introduceres til nye stilarter og f.eks. "Egypt Walk". Forstår at fange de fleste variationer i musikken.

## Niveau 5 (øvet)

Er nu yndefuld og velkoordineret med skarpe, præcise bevægelser og kombinationer. Rammer altid takt og fraseringer. Armene flyder naturligt over en lang række positioner. Føler sig tryk i flere forskellige stilarter og shimmy-variationer. Kan improvisation og adskillige koreografier. Ingen stivhed. Har en dansers udstråling og begynder med solooptræden.

## Niveau 6 (professionel)

En fuldendt danser. Udtrykker dansen både med krop og mimik. Har udviklet sit personlige danseudtryk. Kan demonstrere en bevægelse med en lang række variationer og accenter på forskellige niveauer. Laver egne koreografier. Tilføjer elementer af overraskelse til sin dans og har overskud til hurtig omstilling i koreografien og improvisationen. Optræder og evt. underviser med værdighed og respekt for sig selv, sit publikum, kollegaer, dansen og kulturen bag.

Niveau 1-3 høre til begynderholdet.

Fra niveau 4 og op danser med på øvet hold.