

Tanzen

Tanzen ist eine der ältesten Formen menschlichen Ausdrucks. Bis heute spielt Tanzen eine wichtige Rolle in allen Kulturen.

Tanzen ist nicht nur eine körperliche Aktivität. Es ist auch eine Kunstform, die Gefühle ausdrücken kann. Es gibt unzählige Arten von Tänzen – von langsamen Tänzen wie dem Walzer bis hin zu energiegeladenen Stilen wie Hip-Hop oder Breakdance.

Tanzen ist eine gute Möglichkeit, sich zu bewegen und fit zu bleiben. Während der Muskelbeanspruchung zur Musik wird das Glückshormon Endorphin im Gehirn ausgeschüttet, Stress wird abgebaut und das Körpergefühl gestärkt. Untersuchungen zufolge sinkt beim Tanzen das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen sowie für Demenz.

Außerdem ist Tanzen eine soziale Aktivität, die Menschen zusammenbringt und Gemeinschaften stärkt. (112 Wörter)



© Pixabay



Drehwurm: Der aktuelle Weltrekord für die „meisten Tanzumdrehungen in einer Stunde“ wird aktuell von der Schweizerin Nicole McLaren gehalten und liegt bei 3.552 Umdrehungen.

Tanzen

Hier geht's
spannend weiter:



Kreise die richtige Antwort ein.

Zu welchem Takt wird
langsamer Walzer getanzt?

- a.) 2/4
- b.) 3/4
- c.) 4/4

Wo hat der Rock 'n' Roll-
Tanz seinen Ursprung?

- a.) USA
- b.) England
- c.) Australien

Welcher Tanz
ist kein Paartanz?

- a.) Walzer
- b.) Line Dance
- c.) Tango

Ordne den richtigen Tanz den entsprechenden Stichwörtern zu.

Tango Wiener Walzer Ballett Samba

Klassischer Tanz	Schwanensee	Tütü
Österreich	3/4 Takt	Standardtanz
Argentinien	Leidenschaft	Rose
Rhythmus	2/4 Takt	Brasilien

Kreise die richtige Antwort ein.

Zu welchem Takt wird langsamer Walzer getanz?

a.) 2/4

b.) 3/4

c.) 4/4

Wo hat der Rock 'n' Roll-Tanz seinen Ursprung?

a.) USA

b.) England

c.) Australien

Welcher Tanz ist kein Paartanz?

a.) Walzer

b.) Line Dance

c.) Tango

Ordne den richtigen Tanz den entsprechenden Stichwörtern zu.

Tango Wiener Walzer Ballett Samba

Klassischer Tanz	Schwanensee	Tütü
Österreich	3/4 Takt	Standardtanz
Argentinien	Leidenschaft	Rose
Rhythmus	2/4 Takt	Brasilien

Ballett

Wiener Walzer

Tango

Samba