

Tämä on rinnakkaistallenne.

Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat *saattavat poiketa* alkuperäisestä julkaisusta.

Julkaisun tekijä(t):	Kirkonpelto, Anssi Valokuvat Laure Kurkela
Julkaisun nimi:	Paritanssin kehollisuutta etsimässä
Julkaisuvuosi:	2017
Versio:	Julkaistu versio

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Kirkonpelto, A. (2017). Paritanssin kehollisuutta etsimässä. Pedanssi: asiaa tanssista ja tanssikasvatuksesta, 1 (1), 24-25.

Haettu 18.4.2018 osoitteesta

<https://issuu.com/oamktanssi/docs/pedanssi-1-2017/1?ff=true>



Paritanssin kehollisuutta etsimässä

TEKSTI: ANSSI KIRKONPELTO, KUVAT: LAURE KURKELA

Ihminen on jatkuvassa vuorovaikutuksessa maan vetovoiman kanssa, yksikään liike ei tapahdu ilman tätä vuorovaikutussuhdetta. Kehon painon tietoinen liikuttaminen on avain liikkeen luonnollisuuteen. Paritanssissa luonnollinen liike ei ole välttämättä itsestäänselvyys, siitä pitää huolen paritanssikulttuuriin ajan saatossa vakiintunut tapa tanssia erilaisia askelikkoja ja tanssikuvioita. Asiaa on haasteellista muuttaa, koska opetus-sisällöissä korostuu edel-

leen askeleiden ja jalkatekniikan rooli. Tanssiaskleet ovat toki olennainen osa opetusta, onhan niiden ensisijainen tarkoitus suunnan näyttäminen. Askeleet tavallaan valaisevat polun, jota oppijan tulee kulkea. Silti myös perusaskeleiden opettamiseen tulisi pyrkiä sisällyttämään kokonaisvaltaista kehollista näkökulmaa.

Maan painovoimakenttä vetää kehon painoa puoleensa. Tämä on voimaa, jota käytetään liikkumi-



Hitaan valssin oikea käännös, tanssijat Antti Aho ja Sini Karttunen

seen. Lattia on nollataso, jonka yläpuolelle nostetulla keholla tai sen osilla, on asemastaan johtuvaa energiaa eli potentiaalienergiaa. Pudottamalla, vapauttamalla tai laskemalla keho tai sen osa, tuotetaan tai ainakin aloitetaan liike. Suljetun otteen paritansseissa kuten esim. Valssissa tämä tarkoittaa kehon painon nostamista ylätasolle ja sen vapauttamista seuraavaan liikkeeseen alakaaren kautta. Rumbassa sama tapahtuu liikkuvan jalan lantiossa, lantion pudotessa siihen kiinnittynyt vapaa jalka saa liike-energiaa myöskin omanlaisen alakaaren kautta.

Paino on eri asia kuin massa. Massaa voi vähentää jumppaamalla ja painoa menemällä kuuhun. Painomme on riippuvainen maan pyörimisliikkeen ja vetovoiman yhteisvaikutuksesta. Ensimmäinen pyrkii linkoamaan meidät avaruuteen ja jälkimmäinen pitää meidät maan pinnalla.

Voimakkaiden nousujen ja kohotusten lakipisteessä esim. Valssissa, tanssija voi tuntea keveyttä kehossa. Tämä hetkellinen leijunnan tunne johtuu voimak-

kaasta noususta, joka tuo lisän maan pyörimisliikkeen aiheuttamaan keskipakoisvoimaan ja se myös kompensoi maan vetovoimaa. Tässä kohtaa painosi on huomattavasti pienempi, mutta massa on sama. Leijumisen tunne on hyvä tavoitetila kaikkiin voimakkaita nousuja hyödyntäviin tansseihin.

Painon tunne kehossa on aina läsnä. Tanssiessamme koemme moniulotteisia painovoimakokemuksia joka puolella kehoa. Sensoreiden tuottama informaatio liikkeestä muodostuu aivoissa kineettiseksi kokonaiskuvaksi. Ilman kehollisia kokemuksia ei synny oppimista eikä tanssia. ♦

LÄHTEET

Ahonen, J. & Sandström M. 2011. Liikkuva ihminen. Lahti: VK-Kustannus Oy.

Howard, G. 2007. Technique of ballroom dancing. England: Chapman Graphics Corporation Limited.

Wessel-Therhorn, O. 2009. The Irvine Legacy. London: DSI