

HÄÄTANSSIN MUISTILISTA

Aloita tanssin harjoittelu riittävän aikaisin, mielellään 3-4 kk ennen häitä

- On tärkeää antaa liikkeiden kypsyä rauhassa ja saada tanssin ”kunnolla kehoon”. Tällä varmistat sen, että tanssi onnistuu jännittävälläkin hetkellä.
- Pidä aikataulu kuitenkin joustavana niin että harjoittelu pysyy mukavana ja rentona.

Valitse musiikki

- Säästä turhaa työtä ja aikaa päättämällä biisi ennen kuin aloitat tanssin harjoittelun.
- Kappaleen tyyli määrittelee paljon sitä, minkä tyylistä tanssia siihen voi tanssia.
- Yksittäinenkin biisi kannattaa editoida sopivan mittaiseksi niin, että siinä on selkeä alku ja loppu. Mikäli haluat käyttää useampaa biisiä, pidä huoli että editointi on tehty ammattimaisesti.
- Mikäli häätanssi esitetään häissä livenä, on erityisen tärkeää että annatte muusiko(i)lle tarkat ohjeet biisin temposta ja rakenteesta. Erityisesti tempo on tärkeä, koska sen pysyvyys on teille tanssijoina ratkaiseva .

Suunnittele tanssi huolella

- Mieti etukäteen minkälaisia liikkeitä ja asioita haluat tanssiisi ja kysy tarvittaessa apua niiden sommittelussa tai jos haluat päästä helpolla, pyydä meitä tekemään juuri teille sopiva koreografia.
- Ammattitaitoinen häätanssiopettaja suunnittelee liikkeet ja koreografian juuri sinulle sopivaksi ottaen huomioon toiveesi, taitosi ja käytettävissä olevan ajan. Häätanssi on tärkeä teille kahdelle, mutta se on myös ikimuistoinen hetki läheisillenne ja siksi se ansaitsee tulla tehdyksi hyvin.

Ota huomioon pukusi

- Tanssiiko morsian häätanssin mekossa, jossa on iso helma? Mikäli näin on, tämä on tärkeä ottaa huomioon liikkeitä suunnitellessa, mieti esim. miten sitä pidetään ylhäällä tanssin aikana. Harjoittele kaikki liikkeet puvun kanssa: pyörähdykset, nostot, taivutukset ja varsinainen tanssi. Varmista myös, että tanssi onnistuu niillä kengillä, jotka olet valinnut asuusi.
- Muistathan myös harjoittelun loppuvaiheessa tanssia tanssin useamman kerran läpi vastaavanlaisessa puvussa.

Pidä seremoniamestari ajan tasalla tanssiin liittyvistä asioista

- Kuka soittaa musiikin?
- Miten tanssi alkaa?
- Mitä tapahtuu tanssin jälkeen?

TANSSI
Online

Tanssin ikuistaminen

- Onhan huolehdittu siitä, että tanssi tulee ikuistettua? Kuka kuvaa still-kuvat, kuka ottaa videon?
- Kerro kuvaajille etukäteen tanssista ja esitä toiveita, mitä liikkeitä / taivutuksia haluaisit eritoten otettavan talteen.
- Kerro videokuvaajalle, haluatko videon vaaka- vai pystysuuntaisena.

HARJOITTELE HÄÄVALSSI NELJÄSSÄ VIIKOSSA!

Tämä suunnitelma on tehty sillä ajatuksella, että pääset etenemään kahden tason läpi eli lähdet liikkeelle:

- A) Tason 1 valssista ja etenet viikkojen aikana tason 2 tapaan tanssia.
B.) Lähdet liikkeelle tason 2 valssista ja etenet tason 3 tapaan liikkuu.

Mikäli on mahdollista, käyttäkää harjoitteluun pieni aika ainakin 2-3 kertaa viikon aikana, taito kypsyy näissä väleissä. Myös videoiden katsominen ja kertaaminen sitä kautta auttaa, jos aikataulut ovat tiukat eikä yhteistä treeniäikää löydy.

Harjoitelkaa alusta asti valssia siihen musiikkiin johon aiotte sen tanssia. Mikäli sitä ei ole käytössänne, hakekaa saman tempoinen valssi Spotifystä. Mikäli valssi soitetaan häissä livenä, olethan ollut yhteydessä bändiin tempon ja biisin rakenteen osalta?

VIIKKO 1

- Lähte rauhasa opettelemaan lähtötasosi mukaista tapaa tanssia valssia, ensin yksin ja vasta kun askel onnistuu yksin ota mukaan tuleva puoliso ja harjoitelkaa asiaa yhdessä.
- Tee askelta ensin kääntymättä hakien siihen keinahtavaa tunnetta
- Kun lähdet kääntymään, keskity siihen että eteen- ja taaksepäin liikkuva askel menee oikeasti eteen ja taakse. Parin kanssa oikean jalan etuaskel astutaan aina suoraan parin jalkojen väliin!
- Harjoittele myös tilassa liikkumista, yksin sekä eteen- että taaksepäin. Parin kanssa liikkuessa tärkeämpi suunta on sulhasella eteenpäin ja morsiamella taaksepäin.
- Testailkaa ja kokeilkaa aloitus-, väli- ja lopetuskuvioita ilman musiikkia, älkää vielä päättäkö lopullisesti mitkä otatte mukaan valssiinne vaan antakaa niiden "muhia" kehossa ja mielessä.

VIIKKO 2

- kertaile valssin askelta ensin yksin, mutta tanssikkaa jo enemmän parin kanssa jotta totutte toistenne liikkumiseen.
- kokeilkaa tällä kertaa myös seuraavan tason valssin liikkumistapaa, tätäkin kannattaa ensin harjoitella rauhasa yksin sekä ilman musiikkia että musiikkiin. Mikäli haastavampi tapa lähtee molemmilla onnistumaan, harjoitelkaa sitä myös yhdessä mutta palatkaa takaisin helpompaan vaihtoehtoon mikäli tarve niin vaatii.
- Valitkaa mieleisenne aloitus- ja lopetuskuvio ja treenatkaa niitä ja niihin liittyviä yksityiskohtia.
- Mikäli haluatte mukaan myös välikuvioita, suosittelemme pitäytymään maksimissaan kahdessa erilaisessa. Nämäkin kannattaa valita tässä kohtaa, jotta niiden yksityiskohtia ehtii rauhasa treenata.

VIIKKO 3

- Varsinainen valssi alkaa toivottavasti jo sujua hyvin. Vahvistakaa sitä sekä yksin tanssimalla että vielä enemmän parin kanssa tanssimalla. Miettikää, minkälainen tila teillä on käytössänne hääjuhlassa ja pyrkikää harjoittelemaan valssia niin että se soveltuu juuri tuohon tilaan.
- Linkittäkää tällä viikolla aloitus-, väli- ja lopetuskuviot tanssiin ja harjoitelkaa kokonaisuutta useamman kerran. Tarkennelkaa niitä liitospaikkoja, jotka tuntuvat haastavilta tai epävarmoilta. Mitä enemmän onnistuneita toistoja saatte esim. taivutuksiin tai nostoihin sitä varmemmin ne onnistuvat juhlassa.

VIIKKO 4

- Nyt on aika saada rutiinia, tarkennella pieniä yksityiskohtia ja päästä nauttimaan kauniista valssista.
- Viimeistään tällä viikolla on syytä laittaa jalkaansa hääjuhlassa pidettävät kengät ja harjoitella tanssia niillä.
- Morsiamen iso helma ja pitkät laahukset vaativat myös huomioimista tanssissa, joten mikäli mahdollista suosittelemme harjoittelemaan kokonaisuutta myös niiden kanssa. Myös sulhasen kenties tiukat frakin tms. hihat voivat aiheuttaa haasteita, mikäli asiaa ei ole etukäteen huomioitu.
- Kerratkaa tällä viikolla myös tanssihetken kokonaisuus, jotta sen kulku on kaikkien asianosaisten tiedossa.
 - Mistä tilanteesta tanssiin lähdetään?
 - Kuka soittaa musiikin?
 - Kuinka kauan tanssi kestää?
 - Tulevatko appivanhemmat mukaan lattialle, kuka tanssi kenen kanssa ja miten parinvaihdot tehdään?
 - Mitä tapahtuu tanssin jälkeen?

KAIKKI ON VALMISTA, ON JUHLAN AIKA.
ILOA JA ONNEA PÄIVÄÄNNE JA VALTAVASTI TSEMPPIÄ TANSSIHETKEEN!

TANSSI
Online

AUTAMME MIELELLÄMME TEITÄ ONNISTUMAAN, OLE YHTEYDESSÄ INFO@TANSSINTAHTI.COM

KOREOGRAFIA

KOMIAT - ELÄMÄÄ IHANIMMILLAAN

KAPPALE: KOMIAT - ELÄMÄÄ IHANIMMILLAAN

0:00–0:10 Intro (4 tahtia) : Aloituskuvio 3

- Huomaathan, että liikkeellelähtö tapahtuu heti kun biisi lähtee soimaan, pienen haitari-intron (kohotahdilla) jälkeen

0:10–0:47 Säkeistö eli A1 (32 tahtia): Omaa valssia

- Aloita valssi yksinkertaisesti ja lisää siihen kauniin ja rauhallisen alun jälkeen kääntymistä tai liikettä sen mukaan mitä olette yhdessä harjoitelleet ja mikä tuntuu turvalliselta ja hyvältä.

0:47–1:22 Kertosäe eli B1 (32 tahtia):

- 8 ensimmäisen tahdin aikana välikuvio 3, loppuosa omaa valssia
- Aloittakaa välikuvio A- ja B-osan liitoskohdassa, opitte kyllä kuulemaan sen musiikista harjoittelun aikana.
- "Liittämisen" eli välikuvion lopetuksella ei ole tarkkaa kohtaa, harjoitelkaa hiljentämään pyörimisen vauhti yhdessä
- Mikäli tuntuu, voitte tehdä saman välikuvion uudestaan kertosäkeen toistuessa (kohta 1:06)

1:25– Instrumentaaliosio C1 (8 tahtia): Lopetuskuvio 3

- Lopetuskuvion valmisteluun kannattaa ottaa rauhassa aikaa ja aloittaa se jo edellisen osion lopusta, jotta pyörimiselle jää aikaa ja sen ehtii vielä lopettaa rauhassa.

Älkää kiirehtikö pois lopun halauksesta, se on hetki joka tulee ikuistumaan sekä teidän mieleenne että sukulaisten ja ystävien mieleen. Nauttikaa siitä siis rauhassa!