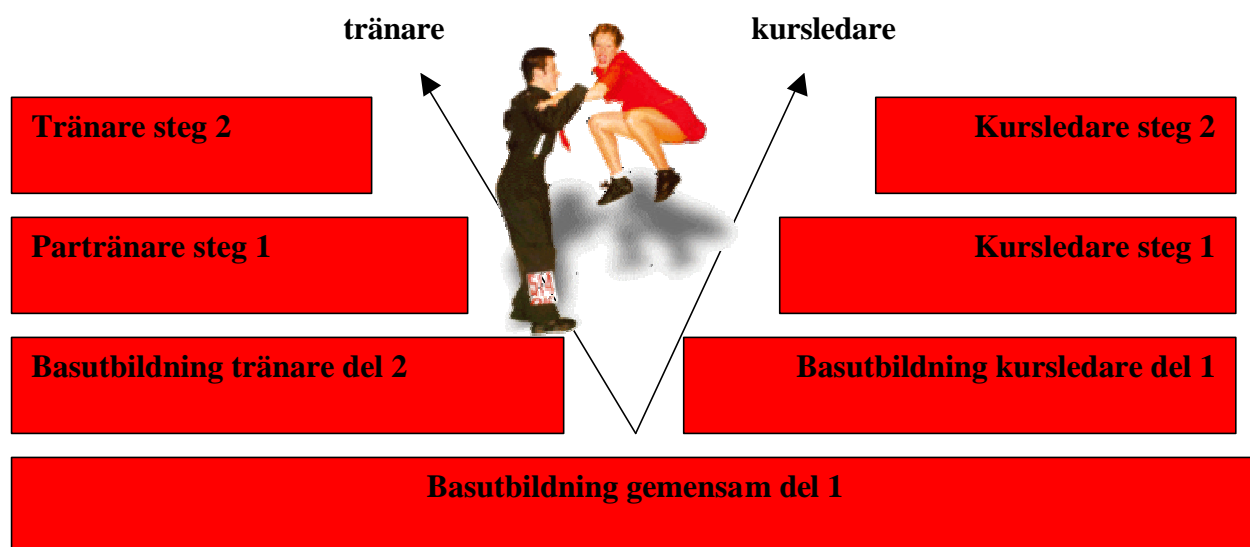


# Lindy Hop/Jitterbug



## Kursledare Lindy Hop/Jitterbug

### Målgrupp

Du som skall hålla nybörjarkurs i Lindy Hop

### Mål

Ha materiel och kunskaper för att kunna hålla en nybörjarkurs i Lindy Hop på minst 10 timmar

### Krav

Du skall ha genomfört basutbildning del 1 samt basutbildning del 2 med inriktning på KLK eller UL 1

### Förkunskaper

Du skall kunna dansa Lindy Hop och kunna de grundrörelser som används under kursen t ex swingouter, circle, passeringar och charleston

### Innehåll

- Utlärningsmetodik av: grundsteg på 6-8 taktslag med tyngdpunkt på 8 taktslag (swingout & circle), charlestons grundsteget samt varianter samt
- visa /förklara grundkaraktären/stilen, okoreograferad och koreograferad Lindy Hop med betoning på okoreograferad

### Efter utbildningen

- Kunna lära ut grundsteg 6 – 8 taktslag med tyngdpunkt på 8 taktslag (swingout & circle),
- kunna lära ut visa /förklara grundkaraktären/stilen,
- kunna lära ut Charlestons grundsteget samt varianter,
- kunna lära ut okoreograferad och koreograferad Lindy Hop med betoning på okoreograferad,
- ha materiel och kunskaper för att kunna hålla en nybörjarkurs i Lindy. på minst 10 timmar,
- dansa både kille/tjej,
- agera inför grupp samt
- utbildningsbehörighet till nästa kurssteg

### Kurstid

4 dagar 40 studietimmar á 45 min.

## Kursledare Lindy Hop/Jitterbug steg 2

### Målgrupp

Du som skall hålla fortsättningskurs i Lindy Hop

### Mål

Ha material och kunskaper för att kunna hålla fortsättningskurser i Lindy Hop

### Krav

Du skall ha genomfört nybörjarkurs ledare

### Förkunskaper

Du bör ha hållt minst en nybörjarkurs efter att du gått kursledarutbildningen för nybörjare och känna att du behärskar Lindyns grundteknik

### Innehåll

- Grundkaraktären/stilen samt skillnaden till andra danser,
- olika swingvarianter både förningsmässigt och rytmiskt,
- olika passeringsvarianter både förningsmässigt och rytmiskt,
- olika charlstone varianter,
- swinganpassad musikteori,
- teknik och förning på en djupare nivå än inom grundkursen, originaljazzmoment t ex. Shim, Sham, Big Apple, Jitterbug Stroll samt
- grundstegsvariationer

### Efter utbildningen

- kunna dansa både kille/tjej,
- agera inför grupp,
- applicera dansens innehåll till swingmusikens karaktär,
- visa grundkaraktären/stilen samt skillnaden till andra danser,
- lära ut olika swingvarianter,
- lära ut olika passeringsvarianter både förningsmässigt och rytmiskt,
- lära ut olika Charlstonevarianter,
- lära ut teknik och förning på en djupare nivå än inom grundkursen,
- lära ut originaljazzmoment t ex. Shim, Sham, Big Apple, Jitterbug Stroll,
- kunskap om swinganpassad musikteori,
- ha material och kunskaper för att kunna hålla fortsättningskurser i Lindy samt
- utbildningsbehörighet till nästa kurssteg

### Kurstid

4 dagar 40 studietimmar á 45 min