



ЧЕК ЛИСТ



ИДЕАЛЬНЫЙ СВАДЕБНЫЙ ТАНЕЦ



Свадьба очень трогательный день, в который молодоженам хочется, чтобы всё было идеально.

Если вы решили, что свадебному танцу быть, перед началом занятий ознакомьтесь с моим чек-листом, который поможет сделать ваш свадебный танец не только красивым, но и максимально комфортным

1. ПОДБИРАЕМ ПЕСНЮ

Композицию, под которую танцевать, важно выбрать вам самим, так как она должна цеплять за душу именно вас.

Это может быть музыка без слов или популярная песня, это может быть русская композиция или зарубежная.

Главное, чтобы вам хотелось под неё танцевать.

Хорошо, если она будет устраивать обоих партнёров, потому как, если музыка кому-то из вашей пары не нравится, будет сложно расслабиться.

Если вы так и не можете определиться с музыкой, я создала плейлист на [Яндекс музыке](#) для вашего вдохновения.



2. ОПРЕДЕЛИТЬСЯ С КОНЦЕПЦИЕЙ ТАНЦА.

Ответьте себе на вопросы:

- Какой танец мы хотим? Спокойный, динамичный или может быть микс. С поддержками или без.
- Хотим ли мы вальс или какой-то другой стиль.
- Какие элементы нам нравятся и мы бы использовали их в танце.

Сделайте подборку элементов и поддержек, которые вам нравятся. Найдите танцы, которые вас впечатляют и вдохновляют. Это поможет при постановке.

Вы также можете в этом моменте полностью довериться хореографу и положиться на него. Тогда он будет исходить из подобранной вами музыки.

Посмотрите танцы, которые уже танцевали пары на моём [YouTube](#) и [Rutube](#) каналах:

www.rutube.ru/channel/45950941/

www.youtube.com/@Первоеателесвадебноготанца





3. ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ ПЛАТЬЕ НЕВЕСТЫ.

Объективно не любое платье подходит для свадебного танца.

Если у невесты очень пышное, тяжелое платье с длинным/очень длинным шлейфом, то для танца нужно задуматься о втором платье, которое не будет сковывать движения.

А если вы всё же хотите танцевать именно в своём свадебном платье, то, чтобы вы танцевали танец также легко, как будете делать это на репетициях или дома, нужно будет немного заморочиться.

Если у платья длинный шлейф, его необходимо будет подколоть. Если не возможно подколоть или он очень длинный и тяжелый, его нужно будет крепить на руку.

С данными моментами лучше определяться до начала постановки, т.к во многом это отразится на хореографии.

Если платье силуэта рыбка и ещё со шлейфом, то возможно понадобится или второе платье или придется подкалывать шлейф на месте булавочками, т.к. это один из самых неудобных силуэтов для танца.

Если у невесты платье со спущенными плечиками, нужно четко понимать не мешают ли они подниматься и двигаться рукам. Если мешают и создают скованные ощущения, нужно либо подбирать второе платье, либо смотреть, что можно с плечиками сделать (поднять на плечи как ляпочки, отстегнуть, если это возможно, либо просто снять с плеч)



<— При данном фасоне нужно обязательно крепить шлейф к платью. Иначе танцевать будет совершенно не комфортно.
Вариант подкола такого шлейфа ниже.



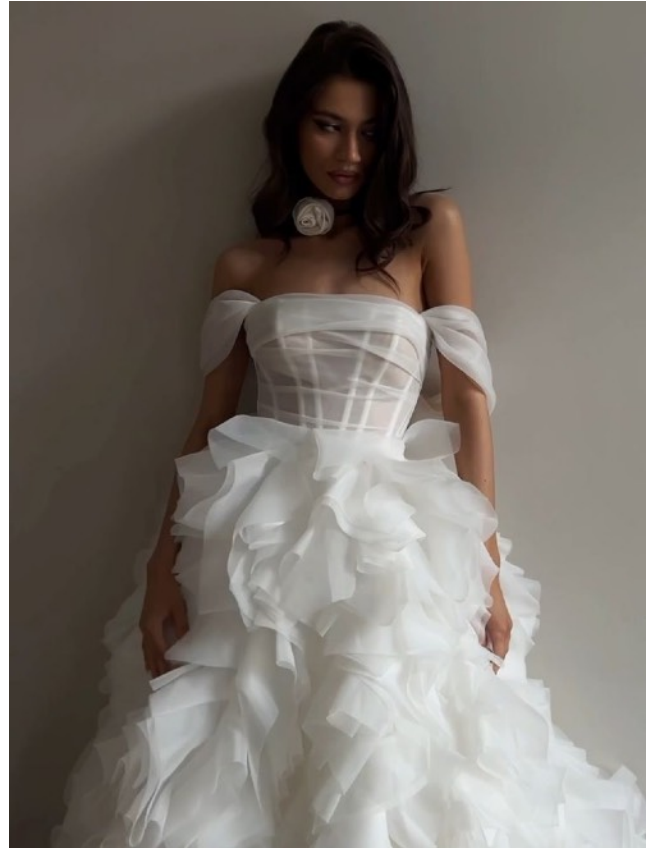
При таком фасоне платья нужно будет делать петлю на руку, подвязывать платье к руке или держать его в руке всё время танца



Та самая рыбка, которую придется подкалывать булавками, или делать скрытую пуговку с петелькой.



Данный фасон не подойдёт для свадебного танца



Те самые коварные плечики

Идеальный фасон для свадебного танца!





4. ЗАПАСТИСЬ ТЕРПЕНИЕМ И ХОРОШИМ НАСТРОЕНИЕМ

Очень важно приходить на занятия и/или заниматься дома в хорошем расположении духа.

Поддерживайте и подбадривайте друг друга на занятиях.

Помните, что упреками и критикой в адрес друг друга вы ничего не добьетесь, а только сделаете процесс постановки не выносимым.

Не стесняйтесь проявлять к друг другу чувства, нежность, ласку, искренне целоваться и обниматься.

Пусть занятия по постановке танца станут для вас свиданием, а не каторгой!

