

OBSAH

.....	strana
Úvodní slovo	5
Předmluva	7-13

I. část

Základní technika	15
Základní hudební pojmy	16
Klíč k počítání (pravidelné rytmy)	22
Základní názvy, pozice a postavení	23
Paralelní pozice nohou	23-4
Kyvadlové pohyby dolních končetin	25-6
Základní úderové plochy a body chodidla	26-7
Směry v prostoru a základní grafické značky	27-8
Některé použité zkratky	28-9

Terminologie základních úderů, jejich analýza a záznam	31
Úvodní poznámky	31-3
Údery bříškem chodidla	33-51
Údery patou chodidla	51-6
Údery celou plochou chodidla	56-7
Údery špičkou nohy	57-9
Smíšené vazby a kombinace úderů	61-5
Pohyby se zvuky, jejich kombinace s údery	65-9
Některé základní údery v různých směrech	69-70
Walking (ZT)	71-2

Technika paží	72-5
Údery dlaněmi a prsty rukou	75-7

Elementární kroky, Times Steps, figury	79
Elementární kroky (Elementary Steps – ES I. a II. pro 3/4 a 4/4 takt)	80-2
Waltz Clogs a Breaks (WG I-VII)	83-7
Zásady pro všechna provedení Waltz Clog I	84
Time Steps a Breaks, 4/4 takt (TS I-XVII)	89-110
Figury v 3/4 taktu (Fig. č.1-60)	111-7
Figury v 4/4 taktu (Fig. č. 1-54)	118-31

II. část

Pokročilá technika	133
Úvod k pokročilé a profesionální technice	134-6
Posun pracovních bodů	136-7
Rytmus a akcent	137-9
Nepravidelný rytmus	139-40
Multiplikace	140
Způsob stepování Američanů a artistů	140-3
Další úderové části chodidel (zevní a vnitřní hrany)	144-5
Další pozice chodidel	145-6

Terminologie a analýza úderů, zvuků, pohybů, úderových vazeb a kombinací	146
Některé základní údery provedené jako přifraz	146-8
Některé základní údery provedené z extenze	148-9
Některé varianty a jiná provedení základních úderů v pokročilé technice	149-51
Twisting	152-7
Traveling	158-62
Turning (úder, kroky a pohyby v otáčení)	162-8
Jumping (přeskakování nohy)	168-71
Cramp Rolls	171-4
Údery prováděné do stran (tzv. stranová provedení úderů)	174-5
Údery zevními a vnitřními hranami chodidel (outer, inner edge)	175-7
Jiná provedení a další varianty základních úderů v pokročilé technice	179-182

Terminologie zvuků, úderových vazeb a kombinací větší a největší obtížnosti	182-210
Údery Strikes, Double Bell, Riffs, Riffles, Slurps a Sciffles	182-5
Víceúderové kombinace	185-8
Walking (PT)	188-9
Rattle Walk	189-190
Pullbacks	190-4
„Novodobá“ provedení Pullbacks	194-6
Pullovers	196-7
Rips, Rips & Rolls, Back Rips, Back Rips & Rolls	197-9
Stands	199-201
Original Wings	201-5
Fake Wings (Fake Wings I-XII)	205-210

Charakterní step	211-261
Charakterní prvky a kroky některých tanců „přetavené“ do stepu	212-233
Charakteristické kroky, figury a fráze některých stepařů	233-247
Některé charakterní a artistické prvky a triky „přetavené“ do stepu	247-261
K charakternímu stepu závěrem	261

Elementární kroky, Time Steps, figury pokročilé techniky	263-319
Elementární kroky v pokročilé technice (ES III-XI)	264-5
Time Steps	266
Waltz Clogs I (v otáčení a s křížením nohou)	266-8
Waltz Clogs XXI-XXXIII	268-72
Time Steps v 4/4 taktu (XXI-LIV)	272-91
Figury v 3/4 taktu (61-89)	293-6
Figury v 4/4 taktu (61-126)	297-317
Valčíkové figury a Waltz Clog ve 4/4 taktu	318-9
Kroky a figury 4/4 taktu ve valčíku	319

Osmitaktové fráze	321-331
(základní i pokročilé techniky)	
Osmitaktové fráze, 3/4 takt (č. 1-17)	322-5
Osmitaktové fráze, 4/4 takt (č. 1-15)	326-31

Chorusy	332-346
Mezinárodní chorusy (Shim Sham Shimmy, B.S.Chorus, A,B,C Step)	332-340
Pražské chorusy I a II	340-6

Tap Routines (jedenáct Tap Routines – viz rejstřík)	347-84
Tap Routines ve 3/4 taktu	348-52
Tap Routine ve 2/4 taktu	353-5
Tap Routines ve 4/4 taktu	355-84

III. část

O stepu v šeo bec ně	385-408
Z teorie a praxe	386
Step, jeho názvy a akustická a vizuální složka	386-7
Úder ve stepu	387-9
Step lékařem, step a lékař (MUDr. Věra Kleplová)	389-91
Obecné pojmy a jejich analýza	393-408

Druhy stepu	409
Step s rekvizitami	409-10
Skupinový step – formace	410-11
Step ve dvojici a v páru	411-3
Artistické intermezzo: Step na špičkách	414-5
Akrobatický step (Acrobatic Tap)	415-7
Soutěže ve stepu	417-420
Kritéria hodnocení	420-1

K historii stepu	423
Stručně ke vzniku stepu	423-4
Stručná historie stepu v datech	424-42

Příloha	443
Systém tvorby terminologie úderů (zejména základních)	443-4
Srovnání terminologie této publikace s některými školami stepu ve světě	445-67
Tvorba Time Steps	469-471
Srovnání s dnes již zapomenutelnými terminologiemi základních úderů – německou a českou	467-9

Axiomy stepu	473-8
K základní technice	473-4
K pokročilé technice	474-8
Slovo na závěr	478-9

Odborná literatura	481-488
---------------------------------	---------

Rejstřík úderů, vazeb, kombinací	489-492
---	---------

Obsah	493-495
--------------------	---------

Reklamní stránky	497-503
-------------------------------	---------