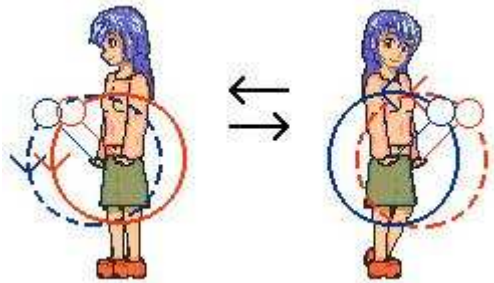
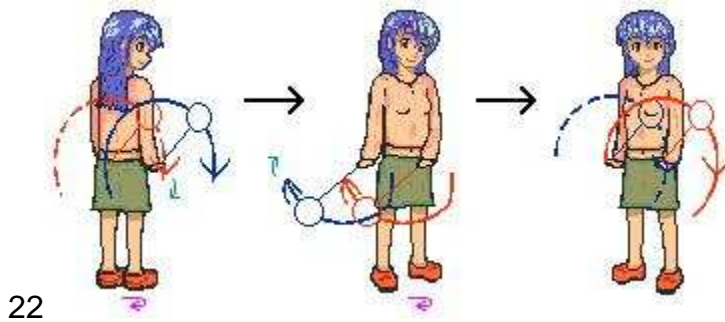


Terza puntata del corso di swinging e, soprattutto, di catene - kiwido - poi.
 Il movimento nello spazio si diceva. Ebbene, come viene illustrato nella seguente figura una volta ruotato di 180 gradi il corpo ci si può trovare a giocare con le catene che girano nel verso opposto rispetto a quello adottato un attimo prima:



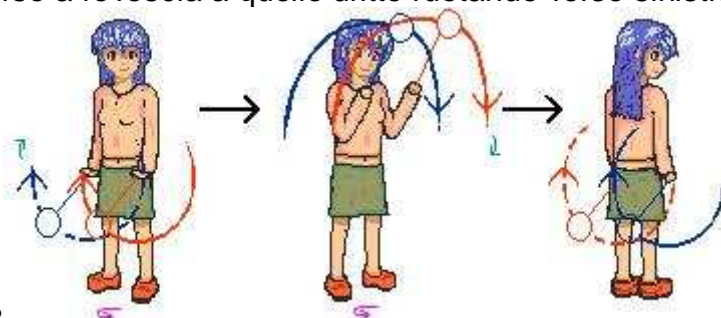
21

Com'è stato possibile? Che movimenti abbiamo fatto? In che direzione ci siamo ruotati? Ci sono varie possibilità, ma il meccanismo ruota sempre intorno al movimento ad infinito eseguito in uno o nell'altro verso, a seconda di quello che ci necessita. Ad esempio per passare da dritto (convenzionalmente il verso adottato in fig.1) a rovescio ruotando verso destra potremmo avere:



22

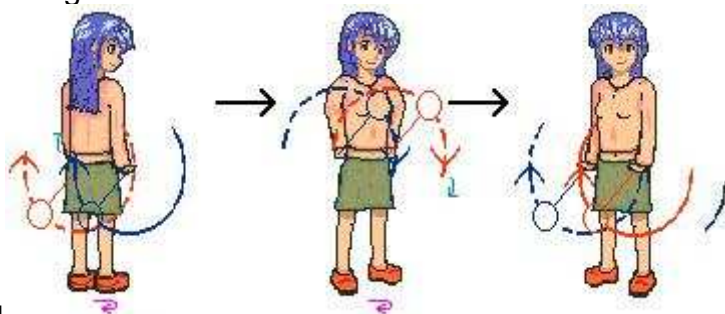
Dalla fig.22 si possono notare già diverse cose. Se in un certo senso il movimento delle due catene è lo stesso, in realtà mentre la sinistra sta eseguendo il movimento ad infinito "dritto" (quello raffigurato in fig. 5 e 6), la destra sta eseguendo contemporaneamente quello "a rovescia" (se notate i punti di flesso (le freccette verdi) sono in punti diversi). Inoltre si può notare che se escludiamo la rotazione del corpo e il suo orientamento rispetto alle catene, il movimento delle catene risulterà molto simile a quello in fig.12. Lo stesso si può dire della seguente figura in cui proviamo a tornare indietro passando dal verso a rovescia a quello dritto ruotando verso sinistra:



23

La catena sinistra anche stavolta esegue un movimento ad infinito “dritto” mentre la destra un movimento “a rovescia”. Il contrario sarebbe stato se nella fig.22 ci fossimo voltati verso sinistra o nella 23 verso destra. Provate anche queste due possibilità, dopodiché non dovrebbe risultarvi difficile poter ruotare su voi stessi come e quanto vi pare. Se volete poi potete anche allargare il movimento delle catene tenendo le braccia ben tese (o quasi) mentre vi girate, in modo da disegnare dei cerchi più grandi.

Vediamo ora un modo più elegante per girarsi, nello specifico una versione alternativa della fig. 22:

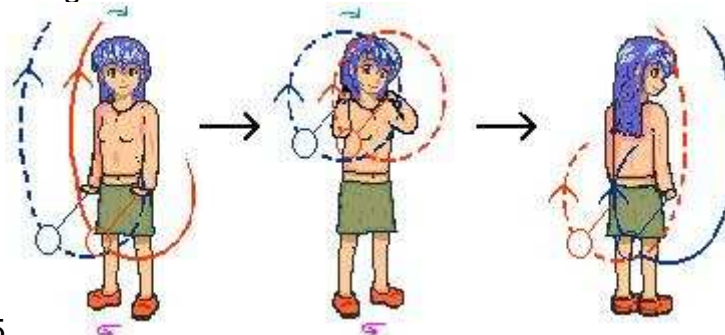


24

In comune con la 22 c'è che le catene compiono il giro ad “infinito” negli stessi versi; diversamente dalla 22 i punti di flesso compaiono in momenti differenti rispetto alla rotazione del corpo permettendo, grazie a tale rotazione, di poter compiere un movimento in parallelo con entrambe le catene dietro la schiena. Tale movimento (raffigurato nel disegno centrale della figura) ricorda molto il movimento del secondo disegno di fig.12, nonché una parte del movimento del primo disegno di fig.20 (quindi se sapete fare almeno una di queste due figure siete a posto).

Se invece di ruotare verso destra si ruotasse verso sinistra tale movimento invece assomiglierebbe molto al secondo disegno di fig.11.

Ok, questo era per passare da “dritto” a “rovescio”, vediamo ora una versione alternativa della figura 23:

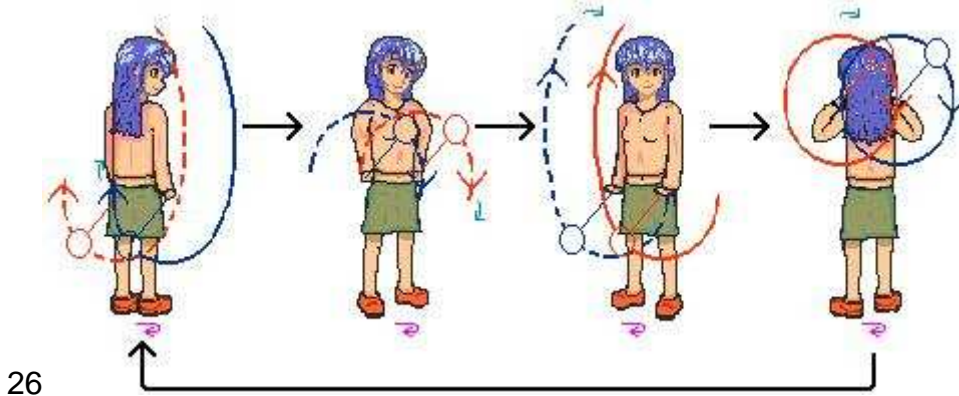


25

Se invece di ruotare verso sinistra si ruotasse verso destra, il movimento del disegno centrale della figura avrebbe le catene giranti nel verso opposto.

Inoltre in questa figura possiamo notare che se il corpo fosse sempre orientato come nel disegno centrale l'intero trick parrebbe praticamente identico alla fig. 20.

Ok. Adesso proviamo ad unire in "loop" la 24 con il tipo di movimento della 25, girando però col corpo sempre nello stesso verso della 24 (in questo caso verso destra):



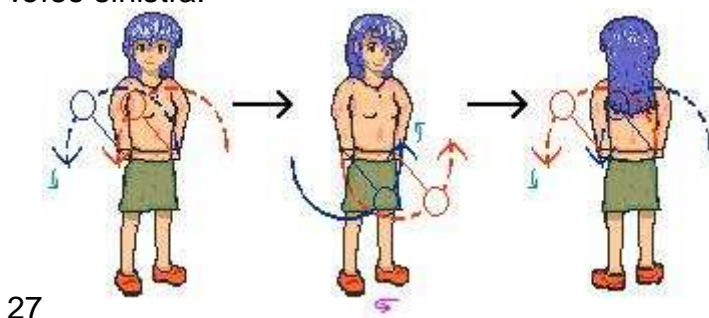
Ogni volta che ci si ritroverà nella posizione del primo disegno ci si potrà fermare e trovarsi a giocare con le catene che girano "dritte", allo stesso modo ogni volta che ci si ritroverà nella posizione del terzo disegno ci si potrà fermare e trovarsi con le catene che girano a "rovescia".

Ogni volta che si ritroverà nella posizione del secondo disegno si potrà passare alla figura 12 (se nella fig.26 il corpo fosse ruotato verso sinistra invece che a destra nella posizione del secondo disegno si sarebbe potuto passare invece alla figura 11).

Sempre dalla posizione del secondo disegno della fig.26 si potrà passare alla figura 20. Lo stesso dicasi a partire dal quarto disegno, solo che il movimento della figura 20 sarà da considerare nel verso contrario rispetto a come raffigurato.

Allo stesso modo a partire dalle figure 12 e 20 si potrà passare alla fig.26. Poi ogni volta che ci si ritroverà nella posizione del primo o del quarto disegno della fig.26 si potrà invertire il giro di rotazione del corpo e da qui in avanti creare svariate sequenze ("routines"). Se volete potete anche considerarlo un modo per ruotare e cambiare verso alla fig. 20 (ovviamente dovrete aver prima imparato a fare la figura 20 in entrambe i versi!).

Così sperimentando vi sarà facile imbattervi in un movimento che vi permetterà di ruotare mentre si compie la 11 o la 12, passando così dall'una all'altra. In realtà vi sono diverse versioni di tale movimento. Ecco una di queste versioni partendo dalla fig.11 e ruotando verso sinistra:

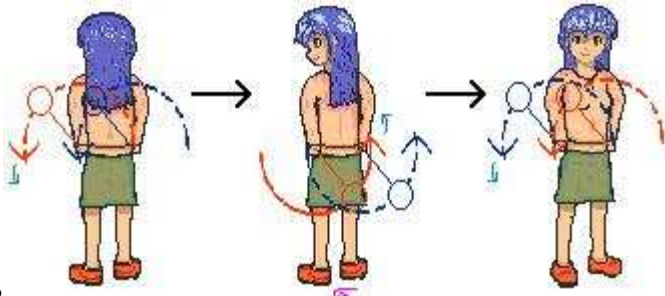


Nel primo e nel secondo disegno stiamo ancora giocando la nostra fig.11 normalmente (ovvero i primi due disegni di fig.27 corrispondono al secondo di fig.11). Dopo il secondo disegno la sinistra dovrebbe tornare davanti al corpo e la destra dovrebbe fare un altro mezzo giro anche lei davanti al corpo ottenendo qualcosa di simile al primo disegno dove però le catene sono davanti al corpo e non dietro. Invece accade che la sinistra rifà un

mezzo giro nella posizione in cui è e la destra invece di completare il suo giro nella sua posizione, passa dall'altra parte; contemporaneamente il corpo ruota così che si ritrova le catene davanti a sé, ottenendo comunque qualcosa di molto simile al primo disegno. La differenza però è che ora stiamo giocando la fig.12 invece che la 11!!

Quindi nel passare dalla 11 alla 12 in questo modo in un certo senso mentre una catena nella propria posizione fa un mezzo giro in meno, l'altra fa un mezzo giro in più. Accade così che mentre prima la sinistra inseguiva la destra, ora è la destra a inseguire la sinistra. Probabilmente movimenti simili saranno alla base di buona parte della quarta "puntata" di questa guida (dove penso di approfondire il discorso "onde").

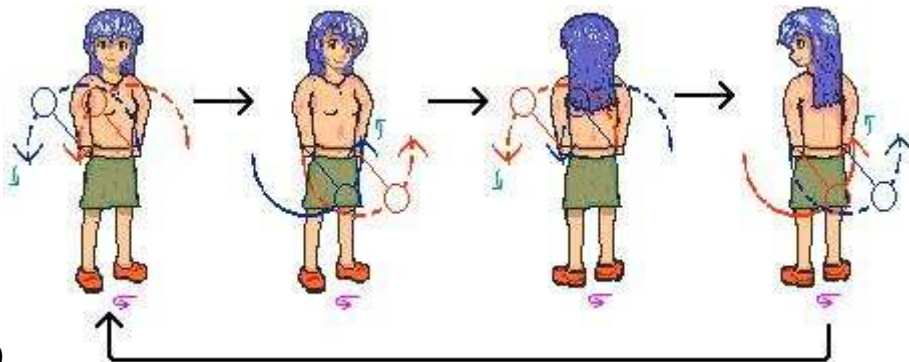
Adottando lo stesso metodo per passare dalla fig.12 alla 11 sempre ruotando verso sinistra avremo:



28

Stessa logica di prima. Si parte dalla figura 12 (ovvero i primi due disegni di fig.28 corrispondono al primo di fig.12) e il punto cruciale anche stavolta è tra il secondo e il terzo disegno. Stavolta è la destra a fare un mezzo giro in più dalla sua parte mentre la sinistra ne fa un mezzo in meno dalla sua. Se prima è la destra ad inseguire la sinistra, nel terzo disegno si ritorna alla situazione del primo disegno di fig.27.

Da ciò possiamo ottenere unendo le due figure (con un agile taglia e incolla... he! he!) un movimento continuativo in cerchio:



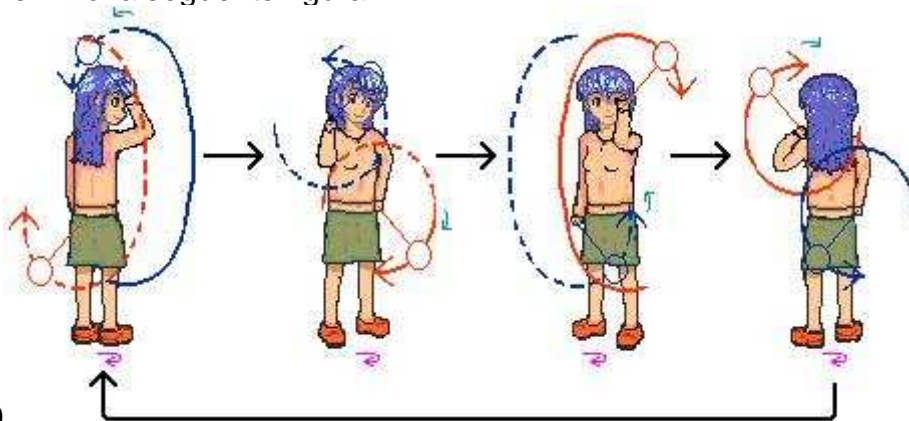
29

Ritornando al discorso fatto subito sotto la fig.26 possiamo ora inserire nella nostra routine anche le fig.27, 28 e 29. Ci sono varie possibilità per collegare queste figure a quelle più sopra menzionate e lascio a voi scoprirle.

Ok. Facciamo un passo indietro. Torniamo alle fig.24 e 25. Abbiamo che partendo dal movimento di catene "dritte" e ruotando il corpo a sinistra o destra possiamo ottenere un movimento dietro la schiena. Se si ruoterà verso destra il movimento sarà come nel secondo disegno di fig.24. Se si ruoterà verso sinistra il movimento sarà nel verso contrario (un po' come nel primo disegno di fig.29 per intendersi). Partendo invece dal

movimento di catene “contrario” e ruotando il corpo possiamo invece ottenere un movimento dietro la testa. Se si ruoterà verso sinistra il movimento sarà come nel secondo disegno di fig.25. Se si ruoterà verso destra il movimento sarà nel verso contrario (come nel quarto disegno di fig.26).

Veniamo al dunque. Cosa accadrebbe ruotando il corpo se si partisse con una catena che gira “dritta” e una che gira al “contrario”? In tal caso invece che due catene dietro la schiena o due dietro la testa avremo come movimento di passaggio una catena dietro la testa insieme a una dietro la schiena. E se girassimo in “loop” come in fig.26? In tal caso avremmo la seguente figura:



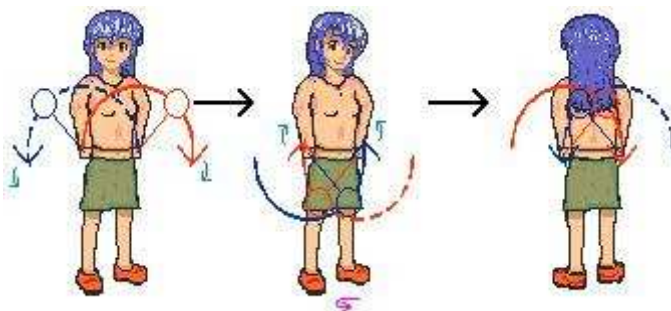
30

Dal secondo disegno di questa figura si potrà passare alla figura 19 e da questa alle figure 18 e 9. Dal quarto disegno si potrà passare sempre alla figura 19, ma eseguita nel verso opposto e da questa alle figure 18 (anche questa eseguita nel verso opposto) e 10. Viceversa da tutte queste figure si potrà passare alla figura 30. In tal senso si potrà utilizzare ad esempio la figura 30 per ruotare mentre si esegue la 19 e ritrovarsi a farla al contrario rispetto a come la si faceva.

Passare dalla 30 alla 26, qualora le sappiate fare bene entrambe, vi risulterà abbastanza facile, vi consiglio di andare ad istinto. In tal modo aumenteranno tantissimo le possibilità di arricchire la vostra routine. Inoltre ricordatevi che ogni volta che vi trovate in una posizione simile al disegno centrale della fig.25, potrete passare al “windmill” (figure 15, 16 e 17) cambiando un po’ lo sfasamento (ovviamente vale anche il passaggio inverso a partire dal windmill).

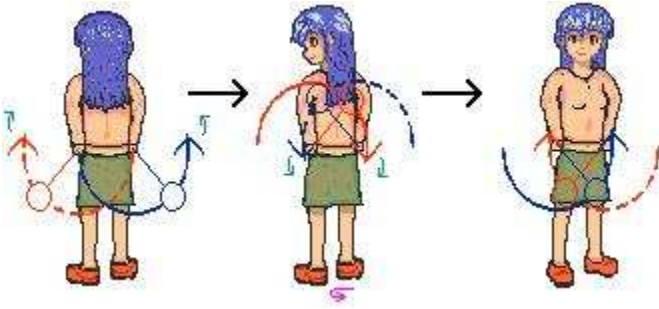
Per arricchire ulteriormente la vostra routine eccovi due modi per ruotare mentre si esegue la 9 per passare alla 10 e viceversa.

Iniziamo col primo metodo passando dalla 9 alla 10 ruotando verso sinistra:



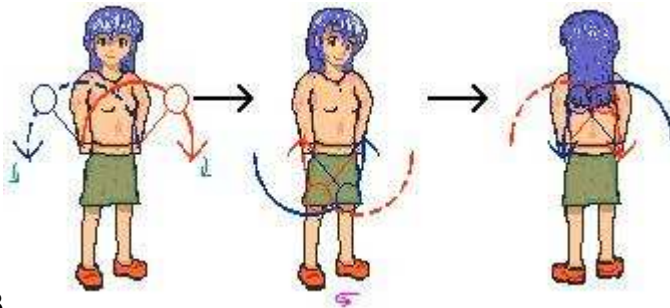
31

Ora sempre col primo metodo dalla 10 alla 9 ruotando a sinistra:



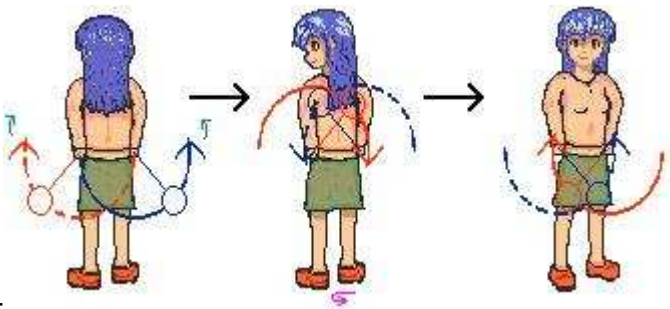
Sia nella 31 che nella 32 il passaggio critico è tra il secondo e il terzo disegno dove entrambe le catene invece di completare il giro dalla loro parte passano subito dall'altra facendo un po' come la destra nella fig.27 e come la sinistra nella 28 (sempre tra il secondo e il terzo disegno).

Passiamo al secondo metodo. Di nuovo dalla 9 alla 10 ruotando verso sinistra:



33

Ora sempre col secondo metodo dalla 10 alla 9 ruotando verso sinistra:



34

Sia nella 33 che nella 34 il passaggio critico è ancora tra il secondo e il terzo disegno dove entrambe le catene compiono un mezzo giro in più dalla loro parte. Infatti se dopo il terzo disegno immaginate di riprendere la fig.9 vedrete che tra il secondo e un quarto ipotetico disegno ogni catena compie un giro e mezzo su uno stesso lato (tale quarto disegno per la figura 33 sarebbe identico al primo della 34 e il quarto della 34 sarebbe identico al primo della 33); la stessa cosa capita alla catena sinistra nella fig.27 e alla catena destra nella fig.28 (nelle quali figure sono ancora più evidenti i tre mezzi-giri sullo stesso lato se guardate i disegni).

Ora fondendo la 33 e la 34 possiamo ottenere un movimento in "loop" in cerchio. E' anche inutile che ve lo disegni: basta che prendete in sequenza tutti e 6 i disegni della 33 e la 34,

dove al terzo disegno della 34 fa seguito il primo della 33 e dove al terzo della 33 fa seguito il primo della 34. Che sia una sequenza più lunga della 29 (6 disegni contro 4) è ovvio se pensate che ogni catena si ritrova a compiere un giro completo in più rispetto a tale figura.

Con questo ho finito. Avrei voluto parlare in questa puntata del modo in cui girarsi durante le "onde", ma poi l'argomento qui trattato è diventato da solo molto più lungo del previsto. Ad ogni modo vedrete che molti movimenti di questa parte saranno piuttosto simili a quelli della prossima puntata...

Baciozzi,
AMe

lameks99@yahoo.it

