

Slow-fox

La quatrième des 5 danses standard en compétition de danse sportive.

Le slow fox est l'appellation générale du foxtrot répandue en France et en Allemagne.

Le slow-fox apparut en France en 1917, lorsque les "boys" américains vinrent combattre les armées du Kaiser Guillaume II aux côtés des Alliés. Aux États-Unis, elle était connue depuis quelques années et, comme pour de nombreuses autres danses, elle prit naissance parmi la population noire de Harlem à New York.

Ses influences, à l'origine, furent paradoxalement le negro spiritual, le one step et le ragtime. Plus tard, les Blancs prirent la relève et l'allure générale s'assagit alors que les rythmes qui, au départ, étaient assez lents, s'accéléchèrent.

Dans les années 20, les orchestres jouaient jusqu'à 180 battements métronomes et, pour des tempos aussi différents, une seule et unique danse ne suffisait pas. Il y eut d'une part le quick fox-trot (qui devint plus tard le quickstep) et, d'autre part, le fox-trot.

Ce sont les professeurs et danseurs anglais qui allèrent, au fil du temps, enrichir cette danse et lui donner finalement sa structure actuelle. Les pas les plus importants du slow fox sont "les 3 pas", le "chassé" et surtout "la plume" qui caractérise certainement le plus cette danse. Ce dernier pas ne fit toutefois son apparition qu'au Championnat du monde de danses de salon de 1922 à Londres.

Pour danser parfaitement le slow-fox, il est indispensable de donner à son interprétation une allure toujours mouvante, très fluide, sans temps d'arrêt, en évoluant beaucoup.