

Twist

Si tratta di una danza di sala a ritmo veloce che nasce negli Stati Uniti verso la fine degli anni '50 e agli inizi degli anni '60 si diffonde con grande successo anche in Europa.

L'avvento del twist è storicamente considerato un avvenimento di grande importanza perché cambia il modo di ballare: la danza si svolge a coppie, senza che i ballerini si tocchino, continuando a spostare il peso del corpo da un piede all'altro, con movimenti dondolanti del corpo e delle braccia.

Un'altra caratteristica che all'epoca viene ampiamente reclamizzata è l'estrema facilità di imparare il twist. Chubby Checker (l'esecutore più famoso del genere) ripeteva che per ballare il twist occorreva eseguire i movimenti utilizzati per spegnere una sigaretta con il piede e per strofinare le estremità con un asciugamano.