

Typische Standardtänze:

- **Langsamer Walzer:** Auch Englischer Walzer genannt; sehr harmonisch und elegant, im 3/4-Takt.
- **Tango:** Dieser Standardtanz entwickelte sich aus dem lateinamerikanischen Tango Argentino. Obwohl er feurig und leidenschaftlich wirkt, ist er der ernstere und "traurigste" der Gesellschaftstänze; die Körper blieben ruhig, die Dynamik des Tangos ergibt sich aus den Schritten.
- **Wiener Walzer:** Zum gehobenen 3/4-Takt schwebt das Tanzpaar in Drehungen durch den ganzen Raum.
- **Slowfox:** Ein englischer Gesellschaftstanz, der aus dem Foxtrott entstanden ist; die Haltung ist ruhig und gespannt und es kommen kaum Drehungen vor.
- **Quickstep:** Spritziger und freudig, mit kleinen Sprüngen und schnell getanzten Posen.

Lateinamerikanische Standardtänze:

- **Cha-Cha-Cha:** in offener und geschlossener Position spielen die beiden Tanzpartner miteinander; ein heiterer und unbeschwerter Flirt
- **Samba:** mit den typischen schnellen Hüftbewegungen wird über das ganze Parkett getanzt
- **Salsa:** Der Inbegriff lateinamerikanischer Lebensfreude, hüftbetonte Schritte und Drehungen zu heißen Salsa Rhythmen.
- **Tango Argentino:** Im Gegensatz zum Tango des Standardtanz Repertoires können die verschiedenen Elemente beliebig kombiniert werden.
- **Rumba:** ein intensiver Tanz, bei dem die beiden Partner um einander werben; aus den geschlossenen Figuren bricht immer wieder einer von beiden aus
- **Paso Doble:** die tänzerische Interpretation des Stierkampfs, bei dem der Herr den Torero, die Dame das rote Tuch darstellt
- **Jive:** schnell, hüpfend mit offenen Figuren, Kicks und Twist