

Euskirchen/Eifel extra



Schritt für Schritt geht Waltraud Michalak, Tanzleiterin im Bundesverband Seniorentanz e. V., mit den Teilnehmern die Choreografie durch. Um die Schrittkombinationen zu lernen, ist es besser, wenn sich alle ganz klassisch hinter ihr versammeln, anschließend wird dann wieder im Kreis getanzt.

Foto: Bravo

Schnelle Drehungen sind tabu

Beim Tanztage im Thomas-Eißer-Berufskolleg waren Frauen und Teilnehmer über 60 in der Mehrzahl

VON MARIA BRAVO

Euskirchen. „Schritt nach rechts, der linke Fuß schwingt und Schritt nach links, der rechte Fuß schwingt.“ Marina Hoffmann wartet einen Moment und lässt ihren Blick aufmerksam über die Teilnehmerinnen schweifen. Kommt auch wirklich jede mit? Dann geht es weiter: „In die Mitte gehen, rechts Schwung, links Schwung, wieder zurück“, ruft sie, während ihre eigenen Füße die Bewegungen zügig ausführen. Die 13 Frauen machen es ihr nach, die einen ein wenig schneller, die anderen ein wenig langsamer.

Rund 60 Frauen und Männer haben sich am Sonntagnachmittag in der Sporthalle des Thomas-Eißer-Berufskollegs in Euskirchen versammelt, um am Tanztage 2018 teilzunehmen. Der Aktionstag wurde vom Kreissportbund Euskirchen im Rahmen des Programms „Bewegt Älter werden in NRW!“ organisiert und lädt Menschen ab 25 Jahren dazu ein, sich gemeinsam zu bewegen und neue Tänze kennenzulernen. Er wird bereits das achte Jahr in Folge veranstaltet. Von sechs Workshops mit Namen wie „Line Dance“, „internationale

Kreistänze“ und „Mixer“ können die Teilnehmer am Sonntag zwei verschiedene Kurse wählen, die jeweils 75 Minuten dauern.

„Mixer“ ist ein Tanzstil, bei dem die Partner immer wieder wechseln und wird heute bei Marina Hoffmann einstudiert. Mittlerweile ist die Gruppe dieses Workshops beim „Blue Velvet“ angekommen: Die Frauen machen die Bewegungen von Tanzleiterin Hoffmann geschickt nach, drehen sich, schwingen ihre Körper nach rechts und links und klatschen ihre Partner im richtigen Moment ab. Was beim reinen Zuzucken noch recht leicht aussieht, ist beim Selbstversuch umso schwieriger.

Wie war die Schrittfolge noch gleich und wann kommt die Drehung? Glücklicherweise können viele der Frauen Hilfestellung geben. Aber auch die Workshop-Leiterin, die die Bewegungskurse im Kreissportbund Euskirchen leitet, hilft bei Unklarheiten. Ohne Zögern nimmt sie eine Teilnehmerin, die die Drehung noch nicht ganz raus hat, bei der Hand und zeigt sie ihr noch einmal. „Ach, ich dachte so rum!“, ruft die Teilnehmerin erstaunt. „Ne, so rum!“ Abgesehen von einer kurzen Pause tanzt die

Gruppe über eine Stunde lang durch. „An so einem Aktionstag geht es vor allem darum, etwas gemeinsam zu machen“, sagt Gianna Lemke vom Kreissportbund Euskirchen, die das Event maßgeblich organisiert hat. Einige Dinge seien dafür wichtig: Die Tanzeinheiten sollten nicht zu lang sein. „75 Minuten sind schon viel“, betont sie. Außerdem soll der Tag abwechslungsreich gestaltet und gesellig

„Wenn ich mitkomme, dann mache ich das auch richtig. Nützt ja nichts, nur rumzustehen

Einer von zwei männlichen Teilnehmern

sein, weshalb es eine große Pause mit gesundem Snack und der Möglichkeit zum einander Kennenlernen gibt. Zu guter Letzt sollen die Choreographien nicht zu anspruchsvoll sein, damit sie schnell erlernt werden können.

Eine Kurs-Leiterin, die an der inhaltlichen Planung der Workshops beteiligt war und Tanzleiterin im Bundesverband Seniorentanz e. V. ist, erklärt außerdem, worauf beim seniorenrechtlichen

Tanzen im Hinblick auf die Tanztechnik zu achten ist: „Man sollte keine schnellen Sprünge oder Drehungen auf einem Fuß machen.“ Darauf wird hier geachtet, denn die große Mehrheit der Teilnehmenden ist über 60 Jahre alt.

Schaut man sich die Workshops an, entsteht der Eindruck, dass diese gesundheitlichen Maßnahmen bei den Teilnehmern gar nicht von Nöten sind, so bewegt sich das Gros der Tänzer und Tänzerinnen beschwingt und mit viel Leichtigkeit durch die Turnhalle. Vor allem bei Waltraud Michalak ist das Tempo etwas schneller, kurze Pausen gibt es daher nach jedem Tanz. Gut gelaunt und voller Elan ruft die Tanzleiterin des Bundesverbands Seniorentanz e. V. Anweisungen in die Menge. Ganz im Sinne des Mottos „Internationale Kreistänze“ bewegt man sich hier zu israelischen, spanischen aber auch serbischen Klängen im Kreis. „Es sind nur 16 Schritte, mehr nicht!“, verkündet sie mit hochrotem Gesicht. „Es ist anstrengend, aber in Ordnung“, sagt eine Teilnehmerin, nachdem sie einen großen Schluck aus ihrer Wasserflasche genommen hat. Eine andere Besucherin, die neben ihr auf der

Bank sitzt, schaut heute nur zu. Selbst in einem Euskirchener Tanzverein aktiv, möchte sie sich auf dem Tanztage 2018 neue Inspirationen holen: „Hier sind einige Tänze, die man noch nicht kennt“, erzählt die Euskirchenerin, während ihre Augen dem Treiben in der Halle aufmerksam folgen. „Da kann man noch was Neues lernen.“

Zwei Dinge fallen ins Auge. Erstens: Viele Teilnehmer tanzen auch in ihrer Freizeit in Gruppen in der Umgebung, so etwa im DRK-Seniorentanz Züllich oder im fröhlichen Tanzkreis Euskirchen. Zweitens: Abgesehen von zwei Männern sind heute nur Frauen zum Tanztage gekommen. „In einem Jahr hatten wir zehn männliche Teilnehmer. Das war viel“, sagt Gianna Lemke grinsend. Sie kennt dieses Phänomen.

Ob die beiden männlichen Tänzer wirklich freiwillig mitgekommen sind? Zumindest einer der beiden tut seiner Frau damit einen Gefallen, wie er sagt. Die beiden machen aber nicht weniger aktiv mit wie die Frauen. „Wenn ich mitkomme, dann mache ich das auch richtig. Nützt ja nichts, nur rumzustehen.“