

## Gefühl für Takt und Rhythmus

Irene Schröder

Wie Tanzen geht? Ganz einfach, wie die aktuelle Staffel von „Let's dance“ auf RTL zeigt. Innerhalb von ein paar Tagen meistern da pro Woche komplette Laien jeweils einen Tanz von Walzer bis Samba samt anspruchsvoller Choreographie.

Mit Tanzsport hat die quotenstarke Show allerdings wenig zu tun: Bei den meisten Kandidaten leisten die Profis Schwerstarbeit, um ihre Promis durch die Tücken von Takt und Rhythmus zu steuern – raffinierte Kameraführung und Lichttechnik tun das Ihre, um Bewegungsmängel zu kaschieren –, aber dafür ist es auch eine Tanzshow und keine Tanzsportveranstaltung.

Von schnellen Lernerfolgen wie denen der TV-Promis können Tanzsportler – die Rede ist nicht von „Hobbytänzern“ –

nur träumen. Wer nicht bereits in Kindertagen mit regelmäßigem Training beginnt, hat keine Chance auf internationale Erfolge. Nicht umsonst räumen Paare aus dem Ostblock dank strengen Kindertrainings ab, was es an Medaillen in Standard und Latein zu holen gibt – mit wenigen Ausnahmen.

Standard? Latein? Oder beide Disziplinen? Vor dieser Entscheidung steht jedes Paar vor Einstieg in die Wettkampfkategorie. Voraussetzung ist die Zugehörigkeit zu einem Club, der über Trainingsräumlichkeiten und einen Trainerstab verfügt. Angeboten wird meistens einmal pro Woche ein Gruppentraining à 90 Minuten, dazu kommen – je nach Klasse, Begabung und finanziellen Möglichkeiten – individuelle Trainerstunden, Workshops, Seminare und freies Training. Jedes Training beginnt mit ei-

ner Aufwärmphase mit Dehnen, Laufen und Konzentration, bevor einfache Basicfolgen zum gegenseitigen „Einstimmen“ genutzt werden. Danach werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt: Choreographie, Kondition, Haltungsschwächen oder Präsentation. Dabei geht es keineswegs glamourös zu: Trikots, Leggings und Röcke für die Damen, T-Shirt und Hose für die Männer statt Glitzerrobe und Frack. Lediglich die Schuhe sind identisch – High Heels aus Leder oder Seide für die Damen, Leder- oder Lackschuhe für die Herren, beide mit griffiger Wildledersohle, um den Stand auf dem glatten Parkett zu verbessern.

Aus der Einstiegsklasse, der D-Klasse, arbeiten sich die Paare in allen Altersklassen über ihre Turnierergebnisse an die Spitze, die S(onder-)Klasse. Voraussetzung sind neben einer stabilen Gesundheit vor allem Takt- und Rhythmusgefühl – und gute Nerven! Bei Turnieren sind Reaktionsfähigkeit und Kondition ebenso gefragt wie ein gewisses Showtalent, um die sportliche Leistung überzeugend zu „verkaufen“. Da Tanzen nicht zu den Sportarten mit messbaren Leistungen zählt, hängt von der individuellen Beurteilung der Wertungsrichter die Einstufung ab – und die stimmt häufig nicht mit dem eigenen Eindruck oder dem der Zuschauer überein.

Wer sich dem Turnierstress und dem damit verbundenen Zeit- und Geldaufwand nicht aussetzen möchte, aber trotzdem fit auf dem Parkett bleiben will, hat dazu in den Breitensportgruppen der Clubs Gelegenheit – da kommt auch der Spaß nicht zu kurz. Also – let's dance!

**Zur Autorin:** BT-Redakteurin Irene Schröder tanzt seit 1998 mit ihrem Mann national und international in der Senioren-Sonderklasse und wird unter anderem als Jurorin beim „European Dance Award“ in Baden-Baden eingesetzt. Das Paar startet für den TSC Achern.



Starten für Achern: Klaus und Irene Schröder.

Foto: pr