

Tanzen - Erholung für Körper und Seele

Das etwas angestaubte Image der traditionellen Tanzkurse widerlegt Esther Assenmacher, Inhaberin der gleichnamigen Tanzschule, im Nu.

Die ambitionierte Tanzlehrerin erklärt, dass heute mehr auf Lockerheit im Unterricht und grössere Flexibilität in der Auswahl der Musikstücke gesetzt werde. Waren früher die Kurse noch eher steif und streng nach Programm gestaltet, setzt man heute den Schwerpunkt auf den Gesellschaftstanz, welcher zu den weltweit gespielten Musikrichtungen getanzt werden kann. Ziel einer jeden Tanzschule sollte es sein, dass jeder Anfänger die Musikrichtung (z.B. Disco-, Swing- oder Walzermusik) schnell erkennt. Die Tänzer sollten schnellstmöglich die nötige Sicherheit erlangen, den jeweiligen Takt und Rhythmus auf dem Tanzparkett rasch umzusetzen und sich entsprechend bewegen zu können.

Musik und Emotionen

Heute tanzt man nicht mehr nur zu den klassischen Musikstücken, sondern auch zu angesagten, im Radio rauf und runter gespielten Songs. Oft beliefern Trendscouts die Musikschulen mit moderner Musik, mit welcher die Tanzschüler bes-



Bild: fotolia

Tanzen hält Körper, Geist und Seele fit.

tens vertraut sind. Die bekannte Musik erleichtert Einsteigern das Einfinden in den richtigen Takt. Tanzanfänger erlernen bereits nach 18 Tanzstunden einen eleganten und natürlichen Tanzstil, der zu jedem gesellschaftlichen Anlass passt.

Da die Paare heute in den Kursen viel schneller zusammen tanzen, ist der Erfolg auch schneller sichtbar. «Musik bedeutet Lebensfreude», sagt Esther Assenmacher begeistert. In Ihrem Tanzunterricht legt sie Wert darauf, dass sie als Lehrerin nicht nur

Tanzschritte und Bewegungen vortanzt, sondern dass sie die damit verbundenen Emotionen leben kann. Wenn der Funke auf die Tanzschüler überspringt, ist die Ambiance im Unterricht perfekt. Gemäss Esther Assenmacher kommt es öfters vor, dass Tänzer, welche anfänglich nur auf Drängen der Partnerin einen Tanzkurs besuchten, hängen bleiben und sich zu begeisterten, eleganten Tänzern mausern. Zudem gilt Tanzen erwiesenermassen als das ausgewogenste Fitnessprogramm für Körper, Geist, Seele und das Zwischenmenschliche.

Lady's First

Neben Tanzstunden für Paare bietet Esther Assenmacher auch spezielle Kurse nur für Frauen an. Frauen tanzen mit Frauen, ohne die Männerschritte machen zu müssen. Jede Tänzerin lernt die Damenschritte, niemand nimmt die Herrentanzhaltung ein. Ein besonderer Kurs für Damen ohne männliche Begleitung. Was nicht heisst, dass die Besucherinnen nicht darauf vorbereitet werden, mit einem männlichen Tanzpartner zu tanzen.

Es ist nie zu spät, mit dem Tanzen zu beginnen. Informieren Sie sich bei den Tanzschulen über aktuelle Kurse oder Privatstunden und wagen Sie den ersten Schritt!