

Tanzen ist Ausdrucksform und Sport zugleich

# Darf ich um diesen Tanz bitten?

**Junge und Junggebliebene frönen dem Hobby Tanz, das zwar von Trends beeinflusst wird, aber nie an Zeitlosigkeit und Eleganz einbüsst. Denn getanzt wird schon seit Menschengedenken.**

Tanz ist ein Telegramm an die Erde mit der Bitte um Aufhebung der Schwerkraft, sinnierte einst schon Fred Astaire. Doch während einer wie er versucht, der Schwerkraft zu entfliehen, ist unsereins bereits froh, nicht über eigene und fremde linke Füße zu stolpern. Im Gespräch mit dem Anzeiger Luzern erklärt Jürgen Kapahnke, ehemaliger Profitänzer und Besitzer des Tanzentrums TanzArt in Ebikon, wie und wen das Tanzen bewegt.

Jürgen Kapahnke, aus Erfahrung wissen wir, wie es um Männer steht, sobald Tanzen zum Thema wird. Wie können die Damen ihre Herren zu Samba und Walzer bewegen? Mein Rat ist, den Herren gut zuzureden. Falls das Mutmachen nicht geholfen hat, sollen sich die Männer selber davon überzeugen, wie locker und spassig der heutige Tanzunterricht ist – der hat nämlich nichts mehr mit dem sturen Schrittepausen von früher zu tun. Deshalb: Die Herren sollen mal einer Tanzstunde als Zuschauer beiwohnen. Hemmungen verfliegen danach meist von selbst.



Patricia Patt aus Meggen und Flavio Lodigiani aus Ebikon zeigen, wie es geht: Die beiden haben 2011 den Schweizer-Meister-Titel der Hauptklasse 2 in den lateinamerikanischen Tänzen gewonnen.

Der Hochzeitsmonat Mai rückt näher. Stehen aktuell vor allem Paare Schlange, die ihren Hochzeitswalzer perfektionieren möchten?

Geheiratet wird ja das ganze Jahr, weshalb ich die Workshops für Hochzeitspaare der Nachfrage anpasse. Im März findet der nächste Kurs statt. Meistens jedoch bevorzugt Paare eine individuelle Betreuung: Nicht, dass der Hochzeitswalzer ausgedient hätte. Aber viele verzichten auf den Dreivierteltakt und bewegen sich lieber zu Salsa-Rhythmen. Oder wir kreieren gemeinsam eine kleine, aber nachhaltige Show-Einlage, die niemand so schnell vergisst.

Das vermeintlich schwächere Geschlecht schätzt starke Arme und die Schulter zum Anlehnen. Somit ist klar, der Mann führt, oder?

Die Rollenverteilung ist gesetzt: Der Mann führt. Die Frau verführt.

Tanzen ist gut für Geist, Körper und Seele: Wahrheit oder Mythos? Tanzen macht jede und jeden fit. Denn

mit einer Pulsfrequenz zwischen 120 und 150 ist Tanzen ein ideales Herz-Kreislauf-Training und kurbelt den Kalorienverbrauch an. Und neben der Ausdauer werden auch Balance, Koordination, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainiert. Während des Tanzens werden zudem Endorphine ausgeschüttet, wodurch die Schmerzempfindlichkeit sinkt und Stress keine Chance hat.

Und das Alter spielt keine Rolle?

Nein. Vor allem bei Menschen fortgeschrittenen Alters verzeiche ich einen hohen Zuwachs. So dürfte ich mit Pro Senectute einen Salsakurs organisieren. Dabei haben die Senioren südamerikanische Bewegungen und Schrittfolgen gelernt. Obwohl alleine getanzt wurde, war die Gruppendynamik beeindruckend. Dank solcher Anlässe wird der Einsamkeit im Alter die Stirn geboten, und man bleibt koordinativ und balanciert am Ball.

Tun kleine Gebrechen und Krankheiten der Tanzlust keinen Abbruch?

Es gibt fast nichts, was sich mit meinen Tänzern nicht wagt. So habe ich schon einen blinden Herrn unterrichtet. Bald werde ich eine spät ertaubte Dame in der TanzArt begrüssen. Sie nimmt die Musik – also die Bässe – über die Schwingungen des Tanzparketts wahr. Ebenfalls beeindruckt hat mich ein Erlebnis mit Parkinsonkranken: Wohlklingende Musik und weiche Bewegungen haben ihre Verkrampfungen gelöst, den ganzen Körper entspannt, sodass geschmeidige Bewegungen immer selbstverständlicher wurden.

Jedem also seinen Tanzkurs. Nur: Wo kann man das Gelernte anwenden?

In der TanzArt gibt es monatlich eine öffentliche Tanzparty. Auch im Pilatuskeller in Hergiswil darf wöchentlich paarweise getanzt werden. Und Pro Senectute Luzern lädt einmal im Monat zu Tanz und Unterhaltung mit Livemusik im Hotel Palace ein.

Interview Andrea Decker

TanzArt Tanzzentrum, [www.tanz-art.ch](http://www.tanz-art.ch)  
Pro Senectute Luzern, [www.lu.pro-senectute.ch/veranstaltungen](http://www.lu.pro-senectute.ch/veranstaltungen)  
Dancing Pilatuskeller Hergiswil, [www.pilatushotel.ch/de/dancing-pilatuskeller](http://www.pilatushotel.ch/de/dancing-pilatuskeller)

## Veranstaltungen

### «Rüddige» Fasnachts-Aktivitäten im Emmen-Center

(pd) Während der Fasnachtstage ist auch im Emmen-Center immer etwas los. Kinder können sich kostenlos schminken lassen und einen bunten Regenmacher basteln. Die Kinderaktivitäten finden vom Mittwoch, 6., bis Gütis-Dienstag, 12. Februar, jeweils von 14 bis 17 Uhr und am Samstag von 10 bis 15 Uhr statt. Auch dieses Jahr sind zahlreiche Guuggenmusiken aus der Region zu Gast im Emmen-Center. Die Musigen spielen an den drei Fasnachtstagen jeweils am Nachmittag zur vollen Stunde für ungefähr 15 bis 20 Minuten. In der Mall erwartet die Besucher vom 4. bis 12. Februar eine Fasnachts-Ausstellung



lung zu Schweizer Fasnachtsbräuchen. Neben den typischen Brauchtümern der Luzerner Fasnacht werden auch eigens für die Ausstellung geschnitzte Krienser Holzmasken zu sehen sein. Zudem erhält man an der Ausstellung auch einen Eindruck von den Lötschentaler Tschaggättä und von den Schwyzer Nüsslern.

### Tanzworkshop mit Dejan Tubic

(pd) Am 18. Februar findet ein Tanzworkshop für Tanzbegeisterte in der Tanzschule dancemoves, Trübschenstrasse 51, in Luzern statt. Von 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr unterrichtet der Choreograph und Tänzer Dejan Tubic aus den USA interessierte Anfänger und Fortgeschrittene. Es sind noch einige Plätze frei. Anmeldung via E-Mail an: [info@pmEranus.org](mailto:info@pmEranus.org).

## ► Check für die Kinderkrebshilfe Luzern

# Grosszügige Fidelitas



Die Fidelitas hilft mit ihrer Spende krebserkrankten Familien.

**Am Montagabend übergab die Fidelitas im Rathausurm einen Check von 7777 Franken an die Kinderkrebshilfe Luzern.**

Einen grosszügigen Check durften die Vertreter der Kinderkrebshilfe Zentralschweiz aus den Händen der Fidelitasler entgegennehmen. Das Geld stammt aus dem Erlös des auch am nächsten Samstag wieder stattfindenden «Rüddige Fasnachtsfestes» unter der Egg.

Für die Kinderkrebshilfe Zentralschweiz ist der Betrag von 7777 Franken ein willkommener Zustupf, um die vielfältigen Verpflichtungen der betroffenen Familien zu lindern. Mit der Spende möchte die Fidelitas Lucernensis diesen Familien, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen, unbürokratisch und direkt helfen. Das Fidelitas-Fasnachtsfest am Rüddige Samschtig ist in den letzten acht Jahren

zum Treffpunkt für ganz Fasnachtsluzerner geworden. Es ist der Ersatz für den legendären, früher weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannten Fidelitasball am Gütis-Dienstag, Guuggenmusiken und ein DJ unterhalten jeweils die Fasnächtler an der über 50 Meter langen und damit grössten Altstadt- und Freilichtbar.

Auf dem Bild zu sehen sind (von links) der Fidelitas-Weibel Herbert Brunner, Dominus Fidelitas Bruno Schmid, die Vizepräsidentin der Kinderkrebshilfe Zentralschweiz Andrea Bircher, der Aktuar der Kinderkrebshilfe Zentralschweiz Marcel Krummenacher, der Rüddige-Samschtig-Fäscht-Präsident Marco Imhof und der Vize Dominus Jürg Weber.

Heinz Steimann

## ► Buchrainer Schulklass besuchte die Sammlung Rosengart

# Kinder als Kunstkritiker

**Die zweite Primarklasse von Andrea Spirig aus Buchrain hat in Luzern die Sammlung Rosengart besucht. Wir haben sie begleitet.**

In jedem Kind steckt ein Genie, sagte der Hirnforscher und Schulkritiker Gerald Hüther kürzlich in einem Fernseh-Talk, und: «Die meisten Lehrer wissen nur nicht, wie sie das Genie in ihren Schülern herauslocken sollen.» Diesen Vorwurf muss die Buchrainer Primarlehrerin Andrea Spirig nicht auf sich nehmen. Sie hat mit ihren Zweitklässlern während Wochen Kunst und Künstler besprochen. Die Kinder waren begeistert, sie haben gemalt, gebastelt und geklebt und sind auf viele Entdeckungen gestossen. Wenn Erwachsene Bilder des spanischen Malers Miró betrachten, dann dauert es meistens nicht lange, bis der Kommentar kommt «das kann doch jedes Kind». Eben – jedes Kind kann zeichnen und malen. Aber halt wie ein Kind, und nicht wie Miró. Im Unterricht haben die Zweitklässler gelernt, wie gewisse Symbole in Mirós Bildern zu deuten sind und was sich der Maler dabei wohl gedacht hat.

Im Rosengart Museum standen dann die Kinder vor sündhaft teuren Originalen von Miró. Aber der Wert der Bilder interessierte

sie gar nicht. Martina Krahl, die Museumspädagogin der Sammlung Rosengart, führte die Schüler mit viel Geschick und Humor in die Ernsthaftigkeit eines Kunstmuseums ein. Sie zeigte ihnen die vielen Überwachungskameras und schärfte ihnen ein, dass sie kein Bild berühren dürfen, nicht mal den Rahmen. «Wisst ihr, Kinder machen eigentlich nie Probleme. Noch nie hat ein Kind einen Alarm ausgelöst. Erwachsene schon.» Damit hatte sie die Kinder auf ihrer Seite. Im ersten Stock setzten sich die Buben und Mädchen vor das Bild «Tänzerin» und Martina Krahl fragte: «Was hat wohl das grosse rote Herz zu bedeuten, und was die Kreise, die am Ende rot werden?» Aus den Kindern sprudelten viele Ideen, auch solche, auf die Erwachsene üblicherweise nicht (mehr) kommen. Schliesslich hat sich in den Kindern ein Bild über ein Bild entwickelt, über dessen Maler und dessen Befindlichkeit beim Malen dieses Bildes. Es war beeindruckend, die Gefühlswellen zu erleben, die aus diesen jungen Menschen herausströmten.

vw



Pädagogin Martina Krahl und Lehrerin Andrea Spirig (rechts) sprachen mit Kindern über Mirós «Tänzerin».



**Roland Fischer**  
Nationalrat GLP,  
Udligenswil

**«Aktionäre wollen Mitsprache, keine Bevormundung! Daher NEIN zur Minder-Initiative.»**

**NEIN** AN DER **MINDER-INITIATIVE**

[www.luzernerkomitee.ch](http://www.luzernerkomitee.ch)  
Luzerner Komitee «NEIN zur Minder-Initiative»  
Postfach 95, 6242 Wauwil