



Foto: Tanzwelt Wankmüller/KK

# ABSOLUTE BEGINNER

VON DEN ERSTEN (TANZ)SCHRITTEN ...

**Noch nie – oder schon lange nicht mehr – auf der Tanzfläche gestanden? Unmusikalisch? Bewegungsmuffel? Kein Tanzpartner? Oder einfach keine Idee, wie anfangen?**

Tanzen kann jede und jeder lernen. Meist geht es ja nicht um Perfektion und Show, sondern einfach um ein anregendes, abwechslungsreiches Hobby, das man mit anderen teilt. Und es gibt eine gute Möglichkeit herauszufinden, ob es das Richtige für mich ist: Ausprobieren!

Was also tun, wenn das Tanzbein juckt? Der erste übliche Schritt führt wohl in eine Tanzschule. Hier kann ich vorweg auskundschaften: Welche gibt es, wie weit ist sie weg vom gemütlichen Fernsehsofa, was kosten die Kurse und wann findet einer statt, der mir zeitlich gut passt? Ganz wichtig auch, wenn ich keine/n Tanzpartner/in habe: Gibt es Kurse für Singles, werden Ersatzdamen oder -herren organisiert? Wer sich noch unsicher ist, ob eine Tanzschule das richtige ist, kann auch einmal mit Privatstunden anfangen – viele Tanzlehrer bieten Einzelunterricht (für Singles oder Paare) an. So kann man gezielt an Grundschriften und individuellen Fragen arbeiten und die Stunde wird auch intensiv genutzt.

So, ich weiß jetzt, ich will tanzen lernen, ich habe meine Tanzschule oder meinen Tanzlehrer ausfindig gemacht – nun stellt sich die nächste Frage: Was will ich tanzen? Womit soll ich beginnen?

Grundkenntnisse in den klassischen Standard- und Lateintänzen („Ballroom“) sind sicher nie verkehrt. Auf jedem Ball, bei Tanzfesten und in Tanzlokalen lässt sich damit gut das Tanzbein schwingen. Ob langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango oder Rumba, Cha Cha und Jive, es gehört schon fast zum guten Ton, dass man da mithalten kann.

Aber auch Salsa (und die Spielarten Bachata und Kizomba) wird immer beliebter. Darüber hinaus ist natürlich der Discofox ein Klassiker und mittlerweile boomen Boogie, Swing und Tango Argentino. Am besten auch hier: einfach ausprobieren. Fast jede Tanzschule bietet Schnuppermöglichkeiten, Kurzurse oder kostenlose Einheiten bei Eröffnungsabenden an.

**„TANZEN IST FÜR ALLE GEEIGNET, UNABHÄNGIG VON ALTER UND VORKENNTNISSEN.“**

Wenn ich keinen längeren Kurs besuchen will, kann ich auch nach Wochenendworkshops oder sogenannten Hochzeits- oder Ballfit-Kursen fragen, da gibt es kompaktes Grundwissen in wenigen Tagen. Und schließlich (der Sommer naht!) – Tanzurlaube am Meer sind mittlerweile ein großer Renner.

Tanzschulchefin Conny Leban-Ibrakovic von der Tanzschule Conny & Dado in

Graz weiß: „Tanzen ist für alle geeignet, unabhängig von Alter und Vorkenntnissen.“ Und wer befürchtet, er oder sie könne nicht tanzen, weil unmusikalisch ... „das sind dann meist die Besten!“ Als Tanzlehrerin empfiehlt sie: „Einfach mal schauen, welche Musik mir gefällt. Jeder bewegt sich gerne zu Musik, der Bezug zu Musik macht es ja schön, es gibt so viele verschiedene Stimmungen.“ Außerdem ist es spannend, findet sie, sich beim Tanzen auf einen anderen Menschen einzulassen, und überhaupt dabei Menschen kennenzulernen, die man sonst vielleicht nie kennengelernt hätte.

Generell „ändern sich Körper, Psyche und oft das ganze Leben“ mit dem Tanzen. Es gibt viele Paare, die sich beim Tanzen kennen- und lieben gelernt haben. So viele, dass Conny und ihr Mann Dado schon ein Projekt angedacht haben: „Tanzende Liebesgeschichten“ – sie möchten die Geschichten der Paare, die sich beim Tanzen gefunden haben in einem Buch sammeln ...

Schließlich gibt es auch viele Geschichten, bei denen Tanzen das Leben verändert hat. Menschen kommen nach Unglücksfällen, schlimmen Schicksalen oder Trennungen über das Tanzen oft erstmals wieder zurück ins gesellschaftliche Leben, knüpfen neue Kontakte. So manch einer hat sich seinen Liebeskummer einfach weggetanzt ... und vielleicht ein neues Glück gefunden.

*Karin Klug*



Foto: shutterstock.com/Mariko Poplisen



Foto: Tanzwelt Wankmüller/KK

## ÖSTERREICHS 1. TANZ-RADIO

**24 Stunden tanzbare Musik – jede Stunde bunt gemischt und anders zusammen gestellt!**

TanzbarFM ist Österreichs erstes Internet-Radio, bei dem 24 Stunden am Tag tanzbare Musik läuft! Unser Musikarchiv umfasst mehrere tausend tanzbare Titel. Die Musikauswahl reicht von den Tanzmusik-„Klassikern“ bis hin zu den aktuellen Tanzmusik-Charts. Das Repertoire umfasst sowohl Standard- und lateinamerikanische Tänze, als auch Salsa, Disco Fox, Boogie und Lindy Hop.

**Wann hören Sie welche Tänze?**

Wir bieten Ihnen mit unserem frei rotierenden Tanzmusik-Programm sehr viel Abwechslung. Passend zur jeweiligen Tageszeit wird das Musikprogramm bunt gemischt und in jeder Stunde anders zusammen gestellt. Als besonderer Service wird zu jedem Musiktitel im Programm auch gleich der passende Tanz angesagt. Jederzeit lostanzen – egal wo Sie gerade sind!

**Gibt es auch aktuelle Musik bei [www.tanzbarfm.at](http://www.tanzbarfm.at)?**

Kommt ein neuer Song in die Charts, wird er von unserem Musikredakteur auf seine Tanztauglichkeit geprüft. Ist es der absolute Tanz-Top-Hit, kommt er natürlich sofort in unsere Top-Rotation und wird sogar mehrmals am Tag gespielt. Unser Musikarchiv wird somit ständig mit tanzbaren Songs erweitert.

Gleich Reinhören:

**TanzbarFM**  
Dein Tanzradio

Schleppeplatz 5  
9020 Klagenfurt  
studio@tanzbarfm.at  
Tel.: +43 664 325 75 25

