

Linedance

Training fürs Muskelgedächtnis

„Zwei nach rechts. Touch. Zwei nach links. Touch. Back. Back. Back. Touch. Vor. Zurück.“

Vierteldrehung. Shuffle. Shuffle. Zurück.“ Was sich hier zum Teil liest wie eine sonderbare

Fremdsprache, ist eine Anweisung zu einzelnen

Schritten. Richtig ausgeführt, entsteht so eine Figur aus dem Linedance. „Normalerweise werden alle Schritte auf Englisch angegeben. Wir mischen hier aber manchmal ein bisschen“, erklärt Ingeburg Petersen. Zusammen mit ihrem Mann Jörgen als DJ leitet die Über-70-Jährige das Training bei den Coastal Line Dancers.



Die Grundprinzipien beim Linedance: Die Tänzerinnen und Tänzer stehen in Reihen. Jede und jeder tanzt für sich. Getanzt werden Kombinationen von einzelnen Schritten, sogenannten Counts, die während eines Liedes mehrfach und zu mehreren Seiten (Walls) – manchmal in leichter Abwandlung – wiederholt werden. Während die Anfänger nur wenige Counts tanzen, sind dann später 32 bis 48 gängig. Profis kommen auf bis zu 120. Da wird schnell klar: Dieser Sport ist auch für das Gehirn eine Herausforderung. Ingeburg Petersen: „Bis jetzt hat das aber noch jeder geschafft. Irgendwann hat man die Schrittfolgen nicht nur im Kopf, sondern auch im Muskelgedächtnis.“



Ursprünglich ist Linedance eine „Country & Western“-Tanzart, aber aus Jörgen Petersens Musikpult klingen auch schon einmal Schlager und Hits aus den aktuellen Charts. „Linedance funktioniert mit jeder Musik“, sagt er. Die Linedance-Bibliothek ist riesig: Zu Hunderten Liedern gibt es feste Tänze. Egal wo getanzt wird, es ist immer dasselbe. Deswegen können Linedancer auf der ganzen Welt problemlos zusammen tanzen. „Wir sind eine große Familie.“ Die „Familienmitglieder“ können bis ins hohe Alter mitmachen. Aus den Lautsprechern erklingt „Achy Breaky Heart“. „Country sollte man schon ein bisschen mögen“, meint Jörgen Petersen.

Linedance in Flensburg: coastal-line-dance.de; tangothek.de; psv-flensburg.de

Bildquellen: Coastal Line Dancers/privat/Imke Voigtländer/SBV