

tanzspiegel

Das internationale
Tanzsportmagazin
des DTV e.V.



Spektakulär und vielfältig

Ein Einblick
in die Welt des
Garde- und Schautanzens



Die Velberter
Lateinformation
läuft für den
guten Zweck

Von Stillstand keine Spur

RAY ROSE

LONDON & ENGLAND

FIND RAY ROSE SHOES NEAR YOU!



All of us at Ray Rose hope that our friends in Germany, and elsewhere, have remained safe and well during these difficult times, and we hope that dancing, which we all love, will be able to resume safely again soon.

Our shoes are available to purchase from a number of shops and studios throughout Germany, and as restrictions begin to be lifted, we aim to support local resellers as much as possible. Below are the details for a selection of these resellers who should be able to assist with your Ray Rose needs.

For enquiries about other local resellers please don't hesitate to contact us at sales@rayrose.com

TANZSHOP WAGENBACH
FREIBERG AM NECKAR
WWW.TANZSHOP-WAGENBACH.DE

DADANZA.DE
BISSENDORF
WWW.DADANZA.DE

BRITTA GERICKE
HOPPEGARTEN
WWW.DANCEVIBES-BERLIN.DE

QUALITY FOR DANCE
MÜNCHEN
WWW.QUALITY-FOR-DANCE.DE

CHOICE4DANCERS
RUSSELSHEIM
INFO@CHOICE4DANCERS.COM

TANZSCHUHE UND MEER
BERLIN
TANZSCHUHEUNDMEER.DE

LET'S DANCE
BREMEN
WWW.LETSDANCESHOP.DE

LA PIROUETTE
INGOLSTADT
WWW.LAPIROUETTEINGOLSTADT.DE

DAS TANZSPORTLÄDCHEN
WEITERSTADT
WWW.TANZSPORTLAEDCHEN.DE

FLOORCRAFT
AACHEN
WWW.FLOORCRAFT.DE

DIE TANZSCHUH GALERIE
WINNWEILER
DIE-TANZSCHUH GALERIE.DE

TANZTRÄUME
MÜNSTER
WWW.TANZTRAEUME.DE

TANZSCHUHE OTTO MÜNCHEN
MÜNCHEN
WWW.TANZSCHUHE-MUENCHEN.DE

DANZAPATOS
LANDSHUT
WWW.DANZAPATOS-LANDSHUT.DE

CHRISSY'S TANZLÄDCHEN GBR
DELMENHORST
CBONKGBR@ARCOR.DE



WWW.RAYROSE.COM



Tanzen verbindet

— mit und trotz zwei Meter Abstand

Tanzen verbindet – das gilt mehr denn je in Zeiten wie diesen, in denen Sport zwei Monate lang gar nicht ging und aktuell nur sehr eingeschränkt betrieben werden kann. An vielen Fronten wird darum gekämpft, all unseren Mitgliedern wieder ein halbwegs akzeptables Trainingsprogramm anbieten zu können.

Wie man seinem Hobby „Tanzsport“ trotz aller Widrigkeiten treu bleiben kann, haben unsere Leistungssportler*innen in vielen Bereichen mit sehr viel Disziplin bewiesen und in zahlreichen Videos dokumentiert. Doch wie ergeht es unseren Hobbytänzerinnen und –tänzern in dieser Zeit?

Je nach Verordnung mehr schlecht als recht. Der Nachwuchs kann in der Mehrzahl der Länder derzeit nicht kontinuierlich trainieren. Bei entsprechenden Lockerungen dürfen sich unsere Youngsters unter Umständen getrennt nach Jungen und Mädchen in zwei Gruppen bewegen. Die üblichen Fahrgemeinschaften und damit weiterführende Kontakte bleiben untersagt. Ähnliches gilt für alle Jugendlichen. Um zum Training zu kommen, müssen sie Zugfahrten mit womöglich erhöhtem Infektionsrisiko in Kauf nehmen, während schon beim Betreten der Trainingsstätte Desinfektionsmit-

tel, gegebenenfalls Maskenpflicht auf den Gängen und Abstandsregelungen von zwei Metern Trainingsspaß weiterhin nur eingeschränkt zulassen. Und unsere Ehepaare? Denen ist sicherlich am wenigsten zu vermitteln, dass sie zwar Tisch und Bett teilen, aber ihrem



Gaby Michel-Schuck

Hobby Tanzen in einigen Bundesländern weiterhin nur kontaktlos nachgehen dürfen.

Was in diesen Zeiten per Anordnung völlig auf der Strecke bleibt, ist die Geselligkeit, die unseren Sport auch ein Stück weit ausmacht. Viele unserer Paare egal welchen Alters haben sich riesig gefreut, nach mehr als zwei Monaten Abstinenz wieder ein Parkett betreten zu dürfen und sich wenn auch

aus zwei Metern Entfernung ein „Hallo, wie geht es Euch“ zurufen zu können. Ihnen allen gebührt ein großes Dankeschön dafür, dass sie ihren Vereinen in dieser beispiellosen Zeit die Treue halten! Es sind kleine Schritte, mit denen wir uns Stück für Stück ein wenig Normalität erkämpfen in der Hoffnung, mit viel Disziplin weiterhin der Pandemie entgegenzuwirken.

Wählen Sie Ihren Tanz des Jahres 2020!

Deshalb haben wir uns auch entschieden, die Wahl zum Tanz des Jahres 2020 nicht ausfallen zu lassen! Um der besonderen Situation Rechnung zu tragen, stehen in diesem Jahr vier Tänze zur Auswahl. Genauere Hinweise, wie Sie sich an der Wahl zum DTV-Tanz des Jahres beteiligen können, finden Sie auf den Tanzspiegelseiten 22 und 23.

An dieser Stelle bedanken wir uns schon jetzt bei allen, die ihre Vorschläge eingereicht haben, und bei denjenigen, die uns durch ihr Voting trotz Corona auch in diesem Jahr einen Tanz des Jahres beschenken.

Gaby Michel-Schuck



twitter.com/
tanzsportde



facebook.com/
tanzsportde



instagram.com/
dtv_tanzen

themenspecial

6 Umgang mit Corona
Mehr als ein Kampf der Geschlechter

14 Umgang mit Corona
Von Absperrbändern und
Schoko-Eselsbrücken

Nach dem Lockdown durfte Hessen als eines der ersten Bundesländer den Trainingsbetrieb wieder aufnehmen – allerdings nur unter Einhaltung strenger Vorsichtsmaßnahmen. Wir haben uns umgehört, wie die Vereine damit umgegangen sind.

Symbolfoto: ©Oliver Boehmer-Adobe Stock

18 Umgang mit Corona
Tanzspiegel-Leser*innen erzählen
von ihren Erfahrungen ...



onlinevoting

22 DTV-Tanz des Jahres 2020
Wählen Sie Ihren Favoriten

Trotz Corona findet auch in diesem Jahr wieder die Wahl zum DTV-Tanz des Jahres statt. Vier Vorschläge stehen dabei zur Auswahl, aus denen Sie bei unserem Online-Voting Ihren Favoriten bestimmen können. Wie das genau funktioniert, können Sie in unserer kurzen Bedienungsanleitung nachlesen.

Screenshots: Quintana

rubriken

Offizielles	34
Breitensportwettbewerbe	34
Wettkampfkalender	34
Kleinanzeigen	41
Impressum	41
Endrunde	42

Von wegen Stillstand!

Aus der Laufchallenge der Lateinformation des 1. TSZ Velbert unter dem Motto „Boys vs. Girls“ entwickelte sich eine gemeinsame Aktion für den guten Zweck. Im dritten Teil unserer Serie „Was ist eigentlich ...?“ über

die Fachverbände des Deutschen Tanzsportverbandes stellen wir diesmal den Deutschen Verband für Garde- und Schautanz vor. Fotos: Bob van Ooik/Klaus Gruber Titelgestaltung: Uwe Möller





einblick

24 Serie: Was ist eigentlich ...
Garde- und Schautanz?

Foto: Klaus Gruber

29 Im Gespräch mit Melina Nastvogel
„Wir alle teilen eine Liebe“

Melina Nastvogel ist amtierende Bayerische Meisterin im Schautanzsolo und gehörte in ihrer Disziplin in der vergangenen Saison zu den besten zehn Athlet*innen Deutschlands. Wann sie die Liebe zum Tanz entdeckte und wie sie ihren Weg vom Ballett über Contemporary und Hip Hop zum Schautanz fand, erzählt sie im Interview.

aus den ländern

19 Regionalseiten
**Informationen und Kurzberichte
aus allen Himmelsrichtungen**

gesundheit

31 Funktionales Training
für Tänzer*innen
So stabilisieren Sie Ihre Körpermitte

Wer auf der Tanzfläche eine gute Figur abgeben möchte, sollte seinen Muskelapparat auf Vordermann bringen. Aber wie eigentlich? Eine Antwort liefert unsere neue Serie „Ein Trainingsjahr mit Rafael Grüninger und Hubert Müller“. Darin stellen die beiden Spezialisten zwölf Monate lang aufeinander aufbauende Übungen jeweils in einer Einsteiger- und einer Profiversion vor.

Symbolfoto: Matthias Böckel



Anzeige

TRAINIEREN MIT PROFIS
DIE TANZSPORTSEMINARE
AUF SYLT UND IN BRAUNLAGE
TOP-TRAINER & TOP-HOTELS



UNTERRICHT
TRAINING
ENTSPANNUNG
LIVING
KULINARISCHES
TURNIERE
TANZSPORTBEDARF

Braunlage Sommer 2020: ausgebucht
Sylt NEU im November: 21.-26.11.2020
Gerwin und Betty Biedermann
www.tanzsport-biedermann.de

TANZSPORT **BIEDERMANN**

Mehr als ein Kampf der Geschlechter

Formationsmannschaft des 1. TSZ Velbert läuft in der Krise für den guten Zweck



*Der Corona-Lockdown traf die Lateinformation des 1. TSZ Velbert mitten in der Bundesligasaison. Das Turnier vor heimischer Kulisse, bei dem alle Teams gemeinsam den Saisonabschluss feiern wollten, hatte die Stadt im letzten Augenblick abgesagt. Um sich trotz Kontaktbeschränkung und Trainingsstopp fit zu halten, riefen die Velberter Tänzer*innen eine Lauf-Challenge unter dem Motto „Boys vs. Girls“ ins Leben. Und widmeten später jeden gelaufenen Kilometer dem guten Zweck.*

*Die Velberter Challenge stand unter dem Motto „Boys vs. Girls“.
Foto: Symbolbild/
©freshidea-Adobe
Stock*

*Von der Corona-Pandemie
ließen sich die Velberter
Formationstänzer*innen
nicht stoppen.
Foto: Archiv/Thomas Estler*

Alles beginnt mit der sechs Episoden umfassenden Doku-Serie „Tanzfieber – mein bewegtes Leben“, die der WDR erstmals 2016 ausstrahlte und in der Tanzlehrer sowie Amateur- und Profitänzer aus ihrem Leben berichten. Während der Dreharbeiten entsteht der Kontakt zwischen dem Velberter Team und Hanno Liesner, dessen Verein „Funky“ aus Münster unter anderem inklusive Tanzprojekte auf die Beine stellt. Wo normalerweise ein gemeinsames buntes Treiben von Menschen mit und ohne Behinderung herrscht, regierte während des Corona-Shutdowns allerdings der Stillstand, der für die Finanzlage ein Desaster darstellt.



*Die Bundesliga-Formation des
1. TSZ Velbert hat sich während
des Shutdowns mithilfe einer
Laufchallenge unter dem Motto
„Boys vs. Girls“ fit gehalten.
Nun sporteln die Tänzer*innen
für den guten Zweck.
Symbolbild/©blicsejo-Adobe Stock*

Die Tänzer*innen des 1. TSZ Velbert, die sich mittels einer Lauf-Challenge anfangs nur während der Krise fit halten wollen und um die Ehre der Geschlechter laufen, begeben sich auf die Suche nach Sponsoren, die jeden gelaufenen Kilometer eines oder mehrerer Läufer*innen mit einem selbst ausgewählten Betrag bezuschussen und damit den Verein „Funky“ unterstützen können.

Wie die Teilnehmer*innen die Challenge erlebt haben, auf welche Hindernisse sie gestoßen sind und welche Erkenntnisse auch in Zukunft noch nachhallen werden, schildern sie uns in ihren Erfahrungsberichten.

>>

*Der Volmerswerther Deich
in Düsseldorf bietet
eine hübsche Kulisse für
einen ausgiebigen Lauf.
Foto: Volker Hey*





*Bei der Laufchallenge wechselte Trainerin Astrid Kallrath (rechts) in die Rolle des Teammitglieds.
Foto: Volker Hey*

Von der Trainerin zum Teammitglied

Die Vorteile der Challenge für mein Team lagen klar auf der Hand: Die Tänzer*innen konnten sich während der Krise ihre Grundlagenausdauer bewahren und machten sich bereit für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs. Alles an der frischen Luft. Dass der Wettbewerbsgedanke durch den Geschlechterkampf zusätzlich geweckt wurde, hat den Reiz erhöht und für ungeahntes Durchhaltevermögen auf den Laufstrecken an Rhein und Ruhr gesorgt.

Ich habe mir am Anfang sehr gut überlegt, ob ich selber mitmache. Mir war klar, dass ich einerseits während der Laufchallenge ein normales Mitglied der Mädels-Laufgruppe sein würde und eben keine Trainerin. Andererseits war es auch meinem Sportler-Ehrgeiz geschuldet, nicht auf einem der letzten Plätze der Rangliste landen zu wollen. Über diese beiden Aspekte habe ich gut nachgedacht und war mir sicher: Das will ich schaffen!

Die ersten Blasen an den Füßen stellten sich ein, und der eine oder andere Wadenkrampf, Muskelkater sowie eine leichte Entzündung des Schienbeinknochens gesellten sich hinzu. Ich bin an einigen Tagen deutlich über meine Grenzen hinausgegangen, aber es hat sich unglaublich toll angefühlt. Die von uns verwendete Smartphone-App zeigte unseren Lauf in Echtzeit an, und andere Gruppenmitglieder konnten uns anfeuern. Das hat mir viel zusätzliche Motivation gegeben. Zu wissen, dass die Mädels sich über jeden meiner gelaufenen Kilometer freuen, hat mir nochmal ein ganz anderes Bewusstsein für meine eigene körperliche Leistungsfähigkeit gegeben. Es zahlte sich aus: Von insgesamt 36 Läufer*innen erreichte ich Platz 14.

Die Trainerdenkweise gegen die Rolle eines gleichberechtigten Teammitglieds einzutauschen fiel mir nicht schwer. Eigentlich bin ich mit Leib und Seele ein Alpha-Mensch, ich behalte die Kontrolle im Training, steuere mit viel Herzblut die Geschicke des Teams und bin permanent mit Optimierungsgedanken beschäftigt. Bereits in den ersten Tagen war meine Sorge jedoch wie weggeblasen. Meine Mädels haben sofort unglaublich viel Eigeninitiative entwickelt und Pläne und Vorgehensweisen konzipiert. Die Jungs brauchten ein wenig mehr Anlaufzeit, aber auch bei ihnen entwickelten sich Strategien – zwangsweise, nachdem die Mädels ihr Weltbild ein wenig zerstört hatten, indem sie Woche für Woche vorne lagen. Manchmal zwar nur knapp, aber immerhin ...

Während dieser Zeit habe ich viele neue Erkenntnisse gewonnen, habe einiges über geschlechterspezifische Unterschiede in Bezug auf die Kurzzeit- und Langzeit-Motivation herausgefunden. Am meisten habe ich aber über mich selber gelernt. Wenn Corona uns Tänzern Probleme bereitet, dann ist es an uns, Lösungen zu finden. Genau das haben wir für uns geschafft. Wir haben die Zwangspause bestmöglich genutzt und sind dadurch als Team viel enger zusammengewachsen.

Nachdem wir nun gemeinsam als Team für einen guten Zweck laufen, fühlt es sich für mich rundum perfekt an. Man kennt meine Musiken und Choreographien als Konzepte mit einer Aussage, und deshalb ist es umso schöner, dass unsere anfängliche Anti-Corona-Beschäftigungstherapie nun ebenfalls eine wertvolle Aussage bekommen hat.

Astrid Kallrath

>>



Die Teams organisierten sich beim Laufen über eine Smartphone-App.
Foto: Symbolbild/Street

Anzeige

Weltklassentanz
auf DSI-TV

Jetzt ohne
Anmeldegebühr

DSI-TV

www.dsi-london.tv +44 20 8664 8188 gerald@dsi-london.com

Jeder Lauf braucht ein Ziel

Von heute auf morgen war mein Alltag völlig auf den Kopf gestellt. Normalerweise verbringe ich den Großteil meines Tages nicht zu Hause, sondern fahre morgens ins Büro nach Düsseldorf und abends von dort aus direkt zum Training. Seit Mitte März sitze ich täglich in meinem Home Office, abwechselnd in der Küche, im Wohnzimmer und auf der Terrasse. Meine Bewegung und tägliche Schrittzahl beschränken sich auf ein Minimum in der kleinen Wohnung – abgesehen von den regelmäßigen Fitness-Einheiten über Zoom, die unsere Teambetreuerin zweimal die Woche organisiert. Als Abwechslung zum Sitzen vor dem Laptop habe ich angefangen, abends zu joggen, bin Inliner oder Fahrrad gefahren. Als die Idee der Lauf-Challenge während einer unserer Fitness-Einheiten aufkam, war ich direkt begeistert. In NRW gab es ja zum Glück keine Einschränkung für Bewegung an der frischen Luft.

Abgesehen von dem super Wetter, das ich mehr als einladend fand, hat mich ein fest gestecktes Ziel für jeden meiner Läufe motiviert. Das fiel immer unterschiedlich aus, je nach Uhrzeit, Tagesform oder Planung. Wichtig war mir, ständig an mir zu arbeiten, um einen Fortschritt zu erzielen und jeden Lauf für mich sinnvoll zu gestalten.

So habe ich beispielsweise das Lauftempo gesteigert, um die zehn oder 15 Kilometer lange Runde so schnell wie möglich zu absolvieren. Oder ich habe die Distanz auf die Halbmarathonstrecke von 21,0975 Kilometer erweitert oder einen bestimmten Zielort anvisiert, zum Beispiel die Wohnung einer verreisten Freundin, um ihre Blumen zu gießen. Manchmal wollte ich nach dem langen Arbeitstag auch einfach nur den Kopf abschalten, sodass der Fokus nur noch auf dem Lauf und der Musik auf den Ohren lag.

Ein zweiter großer Motivator war für mich der Teamgedanke, das gegenseitige Anfeuern und das gemeinsame Ziel. Sobald unsere Mädelsgruppe anfang, die App zu nutzen, hat das Laufen für mich stark an Bedeutung gewonnen. Ich war nicht mehr nur für mich und meine Bewegung unterwegs, sondern habe Kilometer für unsere

Gruppe gesammelt. Es war quasi immer jemand online live dabei und hat über die App angefeuert. Das Klatschen oder „Go-GoGo“ beflügelte ungemein, und lässt mich regelmäßig – insbesondere auf längeren Strecken – einen zusätzlichen Umweg und somit den einen oder anderen Kilometer mehr laufen.

Dank dieses Motivationsschubs habe ich immer häufiger ausprobiert, wo meine Laufgrenze ist und wie viel ich schaffen kann. Zusätzlich haben wir uns permanent über unsere Strecken, Ergebnisse und Leistungen ausgetauscht, was mich persönlich immer weiter angespornt hat.

Eigentlich würde ich mich nicht als Lauf-Typ beschreiben. Ich fand Joggen bisher eher langweilig und habe es als Mittel zum Zweck gesehen. Durch den Teamgedanken dahinter entsteht für mich ein anderer Antrieb. Das lässt sich von der Tanzfläche offensichtlich sogar auf einfaches Laufen übertragen.

Was nicht nur mir, sondern dem gesamten Team als Motivator dient, ist der Wettbewerbsgedanke zwischen den Geschlechtern. Das haben wir in früheren Fitness-Einheiten immer wieder festgestellt. Warum sollte es beim Laufen also anders sein?

Dabei wussten wir nicht, wie viele Kilometer die Konkurrenz bereits gelaufen ist. Fest stand für uns Mädels: Wir wollten unsere bestmögliche Leistung erreichen. Dazu haben wir uns immer weiter gegenseitig motiviert und jeden einzelnen zusätzlichen Kilometer gewürdigt. Disziplin hat sich ausgezahlt – bei jeder Verkündung freitags um Punkt 12 Uhr hatten wir die Nase (wenn auch teilweise knapp) vorn.



Hinfallen, aufstehen, Krone richten

Mein persönliches Fazit lautet, dass Laufen für mich nur mit Kopfhörern und guter Musik funktioniert, bei der unbedingt der Takt stimmen muss. Denn gegen den Takt laufen können wir wahrscheinlich alle nicht. Außerdem sind vernünftige Laufschuhe unverzichtbar, insbesondere auf längeren Strecken. Die Gelenke danken einem die Investition sehr.

Ein schöner Nebeneffekt unserer Laufserie war die Erkundung der Umgebung. Ich für meinen Teil habe so einige großartige Laufstrecken in und um Düsseldorf kennengelernt, die zum einen sehr grün sind und zum anderen nicht nur aus asphaltierten Wegen bestehen.

Um meine Lauf-Motivation und Leistung auch über einen längeren Zeitraum zu behalten und weiter zu steigern, ist für mich der Regenerations-Aspekt unglaublich wichtig. Da die Bewegung vergleichsweise einseitig ist, habe ich für mich die Wirkung von Stretching- und Yoga-Einheiten noch intensiver schätzen gelernt.

Ines Behrendt

Der Satz „*Life starts by leaving the comfort zone*“ begleitet mich seit vielen Jahren und prägt mich privat, beruflich und im Tanzsport. Als Leistungssportler lernen wir unsere eigenen körperlichen und mentalen Grenzen kennen, überschreiten diese und glauben zu wissen, was wir uns zumuten können. Ich allerdings habe meine Grenzen überreizt und bin hingefallen. Nun bin ich dabei, wieder aufzustehen und mein Krönchen zu richten.

Während unserer Laufchallenge habe ich mir die Frage gestellt, welches der Motivationsanreiz für unsere Jungs-Gruppe war. Mehrere Faktoren könnten hier zutreffend sein, beispielsweise das Verlangen zu gewinnen beziehungsweise die Scham der Niederlage zu verhindern, den Beweis zu liefern, dass wir Jungs besser sind, oder schlichtweg der Geiz, weil wir den Girls nicht ihren Preis auszahlen wollten.

Aber nicht nur das Team als Ganzes, sondern auch jeder einzelne hatte seine individuellen Ziele oder Motivatoren. Für mich persönlich kam diese Challenge nach meiner Verletzung einem Weckruf gleich und genau zum richtigen Zeitpunkt. Nach etwa 2,5 Monaten sportlicher Pause war ich unzufrieden mit mir und gefangen in einer kleinen Spirale, aus der ich selbst nicht heraus zu kommen schien. Die von Astrid an mich übergebene Verantwortung, ein wenig für Ordnung bei den Boys zu sorgen, war ein zusätzlicher Kick, der mich noch mehr ansportelte. Meine Motivation schoss von 0 auf 150 Prozent.

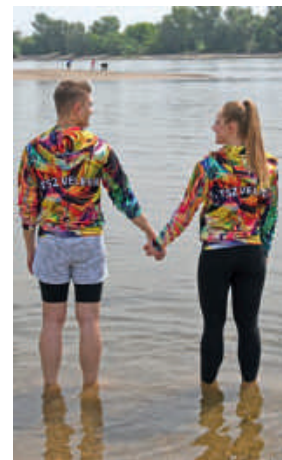
In unserer Gruppe gab es eine gute Mischung aus erfahrenen Läufern und Anfängern, zu denen ich mich selbst zähle. Wir alle tauschten uns über unsere aktuellen Gesundheitszustände, die passende Bekleidung, Ernährung, Arten von Laufstrecken sowie technische Probleme mit der App aus und versuchten, täglich zu planen, wer wie viele Kilometer noch schaffen wird. Mein persönliches Ziel nach neun Tagen und den ersten gemütlichen Laufanfängen bestand darin, innerhalb der nächsten fünf Tage täglich zehn Kilometer und somit das Endergebnis von 100 Kilometern zu erreichen. Ein sportliches, aber durchaus anspruchsvolles Ziel für mich.

Trotz all unserer Bemühungen haben die Mädchen uns am Ende mit einer knappen Differenz geschlagen. Woran das lag? Ich glaube, dass die Auseinandersetzung mit der Frage nach der Gruppen- und Einzelmotivation, das Definieren von realistischen Zielen für den Einzelnen und manchmal einfach das „Machen statt Meckern“ zu einem größeren Erfolg geführt hätte. Auch ich selbst habe mich in diesem Zusammenhang überfordert, sodass eine etwas längere Pause zur Regeneration notwendig war.

Ich habe für mich gelernt, dass ich meinen Fokus auf meine Gesundheit, mein Wohlbefinden, die Harmonie im Team und den Sport legen werde. Ich glaube, dass ich durch eine gelassene und besonnene Herangehensweise am Ende mehr Spaß und hoffentlich auch mehr Erfolg haben kann.

Umso schöner ist es für mich, dass aus unserem internen Wettbewerb eine gemeinsame Charity-Aktion gewachsen ist, in der wir uns gegenseitig unterstützen und antreiben. Unser Ziel und unser Verständnis sind endlich eins; wir wollen in einem gesunden Rahmen unsere Ausdauer und unsere Fitness verbessern und etwas Gutes für andere erreichen.

Simon Siecksmeier



Nichts hilft besser gegen schmerzende Füße als eine kurze Auszeit im kühlen Nass.
Foto: Volker Hey

Ines Behrendt und Simon Siecksmeier haben während der Laufchallenge viele Erkenntnisse gewonnen, die sie auch ohne Laufschuhe umsetzen können.
Foto: Volker Hey

>>



Privat sind sie ein Team, während der Challenge waren sie auch Gegner: Kristina Kratz und Christoph Bachmann. Foto: Volker Hey

Grenzen bestehen nur im Kopf

Ich bin schon vorher regelmäßig gelaufen, durch die Challenge war mein Interesse aber mehr denn je geweckt: Ich mit meinen Mädels für ein gemeinsames Ziel kämpfen? Ich bin dabei!

Schon in der ersten Woche zeigte sich, dass die Mädels sich gegenseitig enorm unterstützten und anfeuerten. Wir wollten den Jungs zeigen, welches das starke Geschlecht ist. Und siehe da, nach der ersten Woche lagen wir in Führung.

In der zweiten Woche zeigten sich allerdings erste Ermüdungserscheinungen: Die Beine taten weh und die eine oder andere Blase an den Füßen war dazu gekommen. Jetzt aufgeben? Nicht die Mädels! Wir schmiedeten Pläne, wer wann wie lange am Tag laufen konnte. Und wenn eine von uns aufgrund einiger Beschwerden mal nicht laufen konnte, glich es eine andere von uns aus. Dafür wurden wir mit einem erneuten Wochensieg belohnt.

Ich habe aus dieser Lauf-Challenge, abgesehen von einem wunderbaren Aufbau der Grundlagenkondition, einiges mitgenommen. Ich bin an meine Grenzen gegangen und zum Teil auch darüber hinaus, weil ich wusste, dass das Team auf mich zählt. Ich musste mir an einigen Tagen eingestehen, dass ich meine gesetzten Ziele nicht erreichen konnte, an anderen Tagen bin ich dafür über mich hinausgewachsen. Es ist ein unfassbares Gefühl, wenn man seinen ersten Halbmarathon absolviert hat. Und das ist wieder einmal der Beweis dafür, dass Grenzen nur im Kopf bestehen. Ohne die Unterstützung meiner Mädels wäre das aber nicht möglich gewesen.

Auch in diesen schwierigen Zeiten haben wir als Gruppe ein gemeinsames Ziel verfolgt, und dieses gemeinsam zu erreichen, ist ein unvergleichbares Gefühl. Der Zusammenhalt und die gegenseitige Unterstützung in dieser Zeit waren und sind der absolute Wahnsinn.

Kristina Kratz

Nur ich selbst stehe mir im Wege

Als klar war, dass wegen der Corona-Pandemie bis auf weiteres kein Training stattfinden kann, hat Sandra Kärger uns ein Online-Fitnesstraining zweimal die Woche angeboten. Das war natürlich kein Vergleich zum regulären Trainingsbetrieb. Unabhängig voneinander haben viele Tänzer*innen des A- und B-Teams das Joggen für sich entdeckt, um ihre Grundlagenausdauer aufrecht zu erhalten und auszubauen. Aus der flüchtigen Idee, unsere Jogging-Aktivitäten zu tracken, wurde Realität. Das Motto „Mädels gegen Jungs“ war schnell klar. Dabei achteten wir aber darauf, dass beide Teams in der Teilnehmerzahl ausgeglichen waren.

Da wir nicht alle gemeinsam joggen gehen konnten, haben wir unsere WhatsApp-Gruppen genutzt, um uns geschlechtsintern zu pushen, zu beraten und zu motivieren. Ich muss aber zugeben, dass die Mädels schneller besser organisiert waren und strukturierter ans Werk gingen. So war es kein Zufall, dass nach dem anfänglichen Vorsprung der Jungs die Mädels nach der ersten Woche klar in Führung gingen. Aber mithilfe dezenter Hinweise von Astrid schafften auch wir Jungs, uns zu organisieren. Jedes Mitglied wurde angefeuert. Live während des Laufs über die App sowie auch im Anschluss beim Veröffentlichen des Laufes. Wenn wir Schmerzen oder Probleme hatten, bekamen wir in unserer Gruppe immer Unterstützung, Tipps und Ratschläge. Musste jemand auf Grund von Schmerzen, beruflich oder wegen Erschöpfung pausieren, war das völlig in Ordnung und die Kilometer, die pro Tag gelaufen werden sollten, um die Mädels einzuholen, zu überholen und abzuhängen, wurden auf andere

Teilnehmer aufgeteilt. So lautete zumindest der Plan. Denn auch in der Umsetzung hatten wieder die Mädels die Nase vorn.

Die Challenge war unfassbar motivierend für mich persönlich. Besonders deshalb, weil ich diese Saison ins A-Team wechselte und mich als Neuling im Team nicht hintenstellen wollte. Ich wollte mir und dem Team beweisen, dass ich alles gebe. Vorher ging ich eher unregelmäßig und auch nicht weit joggen. Nun gab es Tage, an denen ich los lief und es war toll. Ich stellte regelmäßig neue persönliche Rekorde auf. Der längste Lauf ging über 18 Kilometer am Stück. An diesem Tag lief ich dreimal und schaffte insgesamt 27 Kilometer. Das war ein unbeschreibliches Gefühl. Ich war stolz auf mich, die Jungs feuerten mich online an und der Schmerz in den Beinen wurde irgendwann vom Körper ausgeblendet.

Dann gab es die Tage, an denen gar nichts ging. Die Gelenke schmerzten, die Beine waren schwer und ich merkte die vorangegangenen Läufe im gesamten Körper. Dann hieß es: Aufgeben oder weitermachen. Konnte ich die Jungs hängen lassen? Wollte ich die Mädels kampfflos gewinnen lassen? Hatte ich die Grenzen meines Körpers erreicht? Nein, lautete meine Antwort.

Von Tag zu Tag und von Kilometer zu Kilometer wurde mir immer klarer, dass es nicht nur um allgemeine Fitness im Team oder den Kampf der Geschlechter ging, sondern darum, die eigenen Grenzen zu überwinden. Ich bin der Einzige, der mir im Weg steht, wenn ich Ziele erreichen möchte. Getreu dem Motto „No Limit“.

Ich lebe in einem Haus mit Kristina, die während der Challenge nicht nur meine Freundin und mein Teammitglied, sondern auch meine Jogging-Gegnerin war. Das war für uns aber kein Problem. Es war klar, dass Tina als jahrelanges Mitglied im A-Team fitter war als ich. Also feierten wir uns gegenseitig. Wir feierten meine persönlichen Rekorde, ihren Vorsprung in der Mädels-Gruppe sowie den einen oder anderen spontan gelaufenen Halbmarathon. Wir meckerten uns an, wie wir unseren Körper so an die Limits bringen konnten, lachten uns im Anschluss genau über diese Tatsache aus und erzählten uns von unseren Blasen und Schmerzen.

Christoph Bachmann

»Mitläufer«

Artur Balandin und Anna Salita, die sich kurz vor dem Corona-Shutdown noch den nordrhein-westfälischen Landesmeistertitel der Hauptgruppe S-Latein sichern konnten, machen beim 1. TSZ Velbert regelmäßig Basic-training.

Als sie von der Challenge hörten, wollten sie auch mitlaufen. Insbesondere die Unterstützung des Teams über die App hat die beiden angespornt.

Foto: Volker Hey



Von Absperrbändern und Schoko-Eselsbrücken

*Hessen war eines der ersten Bundesländer in Deutschland, in denen die Tanzsportvereine ihre Pforten nach dem Lockdown aufgrund der Corona-Pandemie Ende März wieder öffnen durften. Während andere Länder noch immer auf eine solche Entscheidung warten, hat die Hessische Landesregierung bereits Anfang Mai eine schrittweise Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs gestattet. Die Tanzspiegel-Redaktion hat eine Bestandsaufnahme bei den Vereinen von Nord- nach Süd- und von Ost- nach West-Hessen unternommen und sich einige Beispiele angeschaut, wie die Vorstände, Tänzer*innen und Trainer*innen eine langsame Rückkehr zur Normalität umgesetzt haben.*

Foto: Symbolbild/©Corinna-Adobe Stock



Nach der Zwangspause darf in Hessen wieder getanzt werden

Am 7. Mai lautete die erste Ansage der Hessischen Landesregierung, dass das Tanzen grundsätzlich wieder erlaubt war, allerdings nur im Freien und ohne Körperkontakt. Für die hessischen Tanzpaare eine wenig befriedigende Regelung. Daher nahm sich nur einen Tag später das Präsidium des Hessischen Tanzsportverbandes des Themas an, um eine bessere Ausgangssituation für seine Sportler*innen zu schaffen.

Nach regen Diskussionen veröffentlichten die HTV-Funktionäre am 8. Mai Empfehlungen, wie der Tanzsport auf Grundlage der aktuellen Corona-Verordnung des Landes wieder stattfinden könnte.

Dort war festgehalten, dass ab dem 9. Mai der Sportbetrieb auch innerhalb von geschlossenen Sportstätten in vollem Umfang sowohl für den Leistungs- als auch für den Breitensport wieder möglich war. Allerdings unter strengen Auflagen: So mussten zum einen die geltenden Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen sorgsam befolgt und während der gesamten Trainingszeit ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen eingehalten werden. Der HTV empfahl seinen Mitgliedsvereinen, eine Liste für die Raumnutzung zu erstellen, um etwaige Massenansammlungen zu vermeiden. Eine vorgeschriebene Personenzahl oder eine Maskenpflicht hatte die hessische Landesregierung nicht festgelegt, so lange die Abstandsregelungen eingehalten wurden.

Losfahren, aussteigen, Abstand halten

Der Körperkontakt während des Trainings blieb jedoch weiterhin untersagt. Tanzformen wie Hip-Hop oder Breakdance hatten somit zwar grünes Licht bekommen, der Paartanz hing jedoch weiterhin in der Warteschleife. Das galt zu diesem Zeitpunkt auch für Paare, die in einer häuslichen Gemeinschaft leben – jedenfalls dann, wenn sie innerhalb einer Sportstätte gemeinsam trainieren wollten.

Schon kurz nach der Veröffentlichung auf der Verbandshomepage äußerten viele Paare laut ihren Unmut darüber, dass sie zwar zusammenleben und zum Training fahren durften, sobald sie aus dem Auto ausstiegen aber Abstand wahren mussten. HTV-Präsident Jörg Hillenbrand fackelte nicht lange und wandte sich noch einmal an das Innenministerium. Seine Argumente waren so überzeugend, dass die Verantwortlichen die besondere Situation der Tanzsportler*innen erkannten und umgehend die Entscheidung trafen, dass zusammenlebende Paare gemeinsam trainieren durften.

Ein Happy End mit einigen Tücken

Ein Happy End, das so manche Herausforderung für die Vereine bereithielt. Immerhin lag es nun an ihnen, innerhalb von wenigen Stunden entsprechende Hygienekonzepte zu erstellen. Jene Klubs mit eigenen Trainingsräumlichkeiten waren gezwungen, sämtliche Umkleide- und Gemeinschaftsräume zu schließen.

Die Vorstandsmitglieder bastelten zahlreiche Hinweisschilder, die auf Verhaltensregeln und Verbote hinwiesen. Sie besorgten Desinfektionsmittel und platzierten das gesamte Material innerhalb der Clubräume. Gleichzeitig informierten sie ihre Mitglieder und Trainer*innen per Telefon, Mailings und Homepages über die Maßnahmen, unter denen ein Trainingsbetrieb wieder anlaufen konnte. Ein enormer Aufwand für die Beteiligten.

Vereine, die auf Räume unter städtischer oder kommunaler Verwaltung angewiesen sind, mussten allerdings noch ein wenig warten, denn für viele Träger kam diese Öffnung doch etwas früher als erwartet und die organisatorische Vorbereitung dauerte somit etwas länger.

>>



*Auf eine Maskenpflicht hat die hessische Landesregierung verzichtet.
Foto: Symbolbild/Kolleshi*



*Auch wenn der Lockdown beendet ist, ist das tanzsportliche Leben noch weit von der Normalität entfernt.
Foto: Symbolbild/Geyer*



*Innerhalb der Trainingssäle müssen die Tänzer*innen auf die strengen Hygienemaßnahmen achten.
Foto: Symbolbild/Akyurt*

*Alle Gemeinschaftsräume bleiben vorerst dicht.
Foto: Cornelia Straub*



Viele kreative Konzepte

Die Umsetzungskonzepte der rund 300 Tanzsportvereine in Hessen waren wahrscheinlich so vielfältig wie der Tanzsport selbst. Einige davon haben wir hier exemplarisch zusammengestellt. Sie können dem einen oder anderen Verein, der seine Türen noch nicht wieder öffnen durfte, vielleicht als Inspirationsquelle dienen für den Zeitpunkt, an dem endlich der Startschuss für den Neustart fällt.

„Wir haben unser Breitensport-Training wieder aufgenommen“, vermeldeten die **Tanz-Freunde Fulda** Mitte Mai freudig via E-Mail. „180 Breitensport-Paare tanzen in 26 Gruppen an fünf Tagen in der Woche in 14-täglichem Wechsel.“ Wie das trotz Abstandsregeln möglich ist? Da haben sich die Tanz-Freunde etwas Kreatives einfallen lassen: Sie zückten kurzerhand einige rot-weiße Absperrbänder und teilten damit die Fläche in Quadrate ein, in denen jeweils ein Paar trainieren durfte, das in häuslicher Gemeinschaft lebt.

Auch der **TC Blau-Orange Wiesbaden** setzte auf Absperrungen und nutzte dafür sogar echtes Polizeiband. Da die hessische Corona-Verordnung vorschreibt, dass Sportler*innen schon in Trainingskleidung zur Sportstätte kommen und umgehend nach dem Training wieder gehen müssen, bleiben die Umkleidekabinen erst einmal Sperrgebiet.

Damit auch die vielen Breitensportpaare wieder trainieren können, haben die Tanz-Freunde Fulda Quadrate abgesteckt, innerhalb derer sich Paare, die in einer häuslichen Gemeinschaft leben, frei bewegen können.
Foto: Dirk Andrä



Was im ersten Moment einen Kriminalfall beim TC Blau-Orange Wiesbaden vermuten lassen könnte, ist in Wahrheit eine Absperrung der Umkleidekabinen zum Schutz vor Corona. Foto: Jörg Hillenbrand

Foto rechts: Ein Schild am Spiegel erinnert innerhalb des Kasseler Trainingssaals an die Einhaltung des Mindestabstandes. Um diesen zu gewährleisten, arbeiten einige Gruppen mit einer begrenzten Teilnehmerzahl und Voranmeldungen.
Foto: Binja Svea Rassner

Die Vorstände des **Rot-Weiss-Klub Kassel** hatten gleich zwei Trainingsstätten zu präparieren. Sie entschieden sich für große Hinweisschilder, die auf die geltenden Abstandsregeln hinwiesen. Das Hygienekonzept konnten die Mitglieder auf der Homepage einsehen. Kassels Sportwart Harald Wenzel brütete viele Stunden über einer Planung, die die einzelnen Gruppen entsprechend ihrer Größe auf die vorhandenen Säle verteilen konnte. Einige Gruppen entschieden sich dazu, mit Voranmeldungen zu arbeiten, damit die entsprechend begrenzte Teilnehmerzahl nicht überschritten wurde.

Auch im **Blau-Gold Casino Darmstadt** lief der Trainingsbetrieb langsam wieder an. Um insbesondere die Nachwuchstänzer*innen auf die neuen Abstandsregeln aufmerksam zu machen, hatte sich Lateintrainerin Danijela Mandic eine Eselsbrücke der besonderen Art einfallen lassen: Sie verteilte kleine Hinweiszettel mit einer süßen Überraschung an ihre Tanzknirpse.

Kreative Ideen brauchten auch die Darmstädter Formationstänzer*innen. Die Paare leben in der überwiegenden Mehrzahl nicht in einer häuslichen Gemeinschaft, so dass sie entsprechend der Verordnung noch nicht zusammen trainieren durften. Der Unterricht begann für sie daher in getrennten Gruppen aufgeteilt in Damen und Herren, innerhalb derer sich die Sportler*innen vor allem mit ihrer Fitness, Figuren und dem Bildertraining beschäftigten.

Da die meisten Darmstädter Formationspaare nicht zusammen unter einem Dach leben, mussten sie zunächst einzeln und in nach Geschlechtern getrennten Gruppen trainieren. Foto: Christoph Völzke





Um mögliche Infektionsketten rasch nachvollziehen zu können, mussten sich Tänzer*innen in vielen Vereinen vor Betreten des Trainingssaales in Listen eintragen und ihre Kontaktdaten hinterlassen.
Foto: Cornelia Straub

Der **TanzSportClub Rödermark** startete nach der Wiedereröffnung erst einmal damit, an der Fitness der Turnierpaare zu arbeiten. Da schon drei Tage nach der Verordnung der Hessischen Landesregierung geklärt war, dass Ehepaare zusammen Sport treiben dürfen, konnten die Sportler*innen in Rödermark enger zusammenrücken. Den Abstand zu anderen Paaren mussten sie allerdings wahren.

Personen, die in die Trainingsäle möchten, müssen sich – wie bei den meisten anderen Vereinen auch – mit ihren Kontaktdaten registrieren und anschließend die

Hände desinfizieren. Auf diese Weise soll sichergestellt werden, dass eine mögliche Infektionskette schnell nachvollzogen werden kann. Sollte also jemand mit dem Virus infiziert sein, können andere Mitglieder, die zur gleichen Zeit im Klubheim waren und sich angesteckt haben könnten, schnell kontaktiert werden.

Weiterhin müssen in vielen Sportarten die verwendeten Trainingsgeräte desinfiziert werden. Tänzer*innen bezeichnen gerne ihren Partner als Trainingsgerät, der aber glücklicherweise nicht rundum eingesprüht werden muss. Da es zum Tanzen aber Musik braucht, unterliegt die jeweilige Anlage in den Vereinen den Hygieneregeln und ist nach dem Trainingsende zu säubern.

Weiterhin tabu bleibt ein gemütliches Beisammensein innerhalb der Gesellschaftsräume des Vereins. Diese müssen bis auf weiteres geschlossen bleiben.

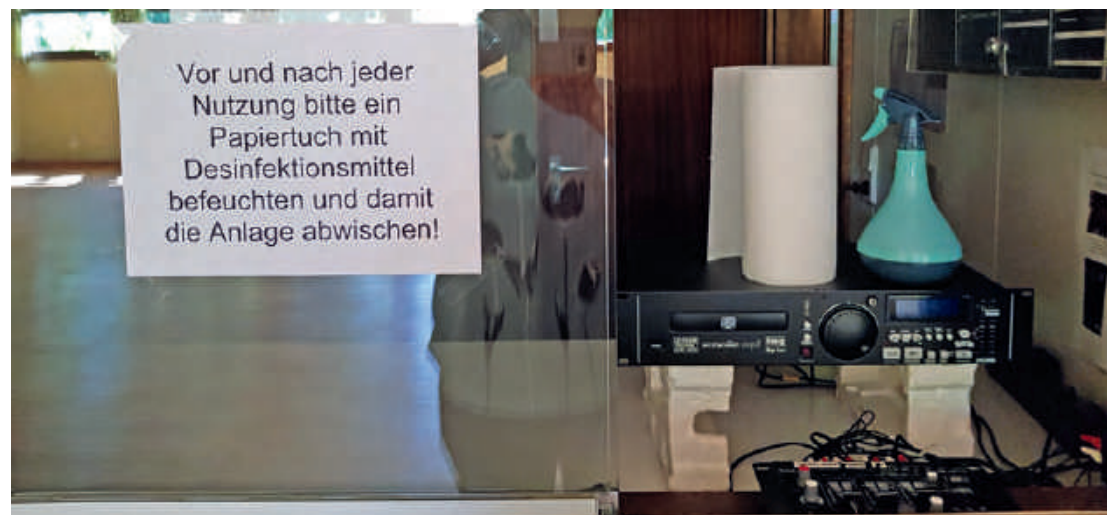
Für die Überprüfung, ob die Verordnungen eingehalten werden, sind die örtlichen Behörden zuständig, die den Vereinen unter Umständen auch einen spontanen Besuch abstatten. So klingelte an einem Mittwochvormittag um 11 Uhr das Telefon bei Rödermarks Sportwart Hans-Joachim Straub: „Hier ist das Gesundheitsamt. Wir möchten begutachten, ob im Clubhaus die Hygieneregeln eingehalten werden“, erklärte ein Mitarbeiter, der sich nur 30 Minuten später vor Ort ein Bild machte und bestätigte: Hier wird alles richtig gemacht.

Das Fazit des hessischen Neustarts nach Corona: Auch wenn das Training momentan nur unter einer Vielzahl von Einschränkungen stattfinden kann und der Organisationsaufwand extrem hoch ist, überwiegt bei allen Beteiligten die Freude, dass es nach dem Shutdown in Hessen endlich wieder losgehen konnte.

Cornelia Straub

Da die Musikanlage eine Art Sportgerät darstellt und von allen Tänzer*innen beim Training genutzt wird, muss sie regelmäßig desinfiziert werden.
Foto: Cornelia Straub

Erinnerungshilfe für die Kleinen: Danijela Mandic, Kindertrainerin beim Blau-Gold Casino Darmstadt, setzt auf persönliche Nachrichten und süße Erinnerungshilfen, um auf die neuen Abstandsregeln aufmerksam zu machen.
Foto: Christoph Völzke



So trotzts Tanzsport Deutschland Covid-19

Unsere Leser*innen berichten
von ihren Erfahrungen in der Krisenzeit

*Obwohl die internationale Tanzsportwelt seit Mitte März diverse Einschränkungen bis hin zum völligen Stillstand in Kauf nehmen musste, ließen sich die Tänzer*innen niemals außer Gefecht setzen und begegneten dem Virus mit viel Kampfgeist und Kreativität. Einige Leser*innen sind dem Aufruf in unserer Mai-Ausgabe gefolgt und haben uns erzählt, wie sie mit der Krise umgegangen sind.*

Online-Angebote sind lediglich ein Notbehelf

[von HELMUT KERSCHSIEPER, TSC Neuwied] Nachdem die erste Schockstarre überwunden war, machten sich die Trainer und der Vorstand des TSC Neuwied Gedanken über ein Online-Angebot, damit die Mitglieder aktiv bleiben konnten, ohne im Club zu sein. So wurden auf unserer Homepage Dancit-Fitness-Sequenzen eingestellt, und unser Standard-Turniertrainer hat Unterrichtseinheiten sowie Fitnessübungen über Zoom angeboten. Das Training auf kleinstem Raum ohne Schaden an Möbeln und Personen daheim anzurichten, war nicht ganz einfach umsetzbar, aber wir haben die Schwierigkeiten gemeistert. Die Teilnehmer waren begeistert und haben sich darüber gefreut, zumindest kleine Parts üben zu können. Weiterhin wurden Trainingsvideos auf YouTube hochgeladen und Unterricht über WhatsApp abgehalten. Die Hip-Hop-Gruppen nutzen Skype.

Obwohl die Online-Angebote sicherlich hilfreich waren, stehen und fallen ihre Möglichkeiten mit der Internetverbindung: Insbesondere diejenigen, die auf dem Land leben, haben häufig einen Nachteil. Online-Trainings sind daher nur ein schlechter Notbehelf und hoffentlich zeitlich beschränkt.

Wir alle sehnen uns nach dem Training im Clubheim und nach den sozialen Kontakten, die wir Tänzer sehr intensiv und gerne pflegen. Jeder Tag mehrt das Bewusstsein des Verlustes der Trainingsmöglichkeiten in den Hallen des Clubheims. Jede Woche lässt dieses Bewusstsein zum Schmerz anschwellen, der kaum noch zu ertragen ist. Wir wollen alle wieder tanzen dürfen, und wir hoffen, bald aus diesem Alptraum zu erwachen.

Vorbereitungen für einen schwungvollen Neustart

[von NORBERT KUNZE, ATC Elz Limburg Bad Camberg] Im ATC Oranien Elz Limburg Bad Camberg veranstaltete unser Trainer das Turniertraining während der Krise humorvoll und nicht minder schweißtreibend online mittels einer Zoom-Konferenz im Wohnzimmer, Partykeller oder auf sonstigen Freiflächen in den eigenen vier Wänden zuhause. Wir wurden mit Haltungsübungen, Basics und Balancequalereien auf Trab gebracht, auf dass es nach Corona einen schwungvollen Neustart geben kann. Zusätzlich gab es ein wöchentliches Online-Körpertraining für Kraft, Kondition, Dehnfähigkeit und Beweglichkeit über 60 Minuten.

INFORMATIONEN KURZBERICHTE

BAYERN
HESSEN
NIEDERSACHSEN
NORDRHEIN-WESTFALEN
SAARLAND
RHEINLAND-PFALZ



➔ BAYERN

Tanzclub Blau-Gold Regensburg feiert 60-jähriges Bestehen – Geburtstagsparty verschoben –

Der Tanzclub Blau-Gold Regensburg wird am 26. November 60 Jahre alt und wollte dieses Jubiläum mit einem rauschenden Tanzsportfest begehen. Aufgrund der Corona-Pandemie und der damit verbundenen Einschränkungen hat der Klub nun beschlossen, die Feierlichkeiten auf das kommende Jahr 2021 zu verschieben.

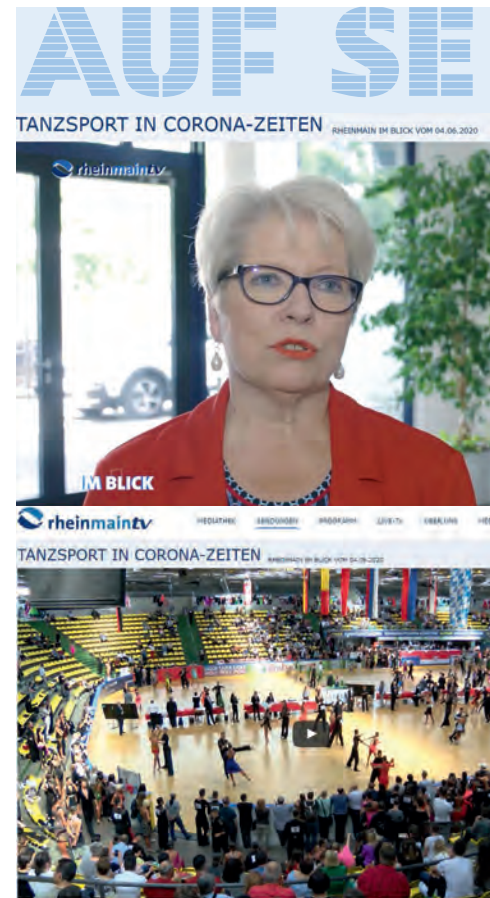
Acht Gründungsmitglieder hoben den Verein 1960 im Hinterzimmer einer Gaststätte aus der Taufe, 1979 zog der TC ins erste eigene Clublokal am Flachberg, 1995 in die Vereinsräume in der Puricellstraße im Regensburger Westen um. Seit der Kündigung durch den Vermieter 2016 nutzten die Mitglieder unterschiedliche Räumlichkeiten in der ganzen Stadt und suchten nach einem neuen Vereinsheim.

Schon immer lagen der Vorstandsriege ein vielfältiges Angebot und die Nachwuchsförderung am Herzen. Im Leistungssportbereich Standard und Latein blickt der Verein auf 47 Bayerische und einen Deutschen Meistertitel zurück, was auch der Arbeit der Trainerriege zu verdanken ist, in die sich unter anderem Manfred Kober, Thomas Reichert, Christian Polanc und Melissa Ortiz-Gomez, Andrea Weber und Franz Skupin sowie Rudi Grabon und Dragan Meshkov einreihen. In der Ballettsparte profitierte der Verein von der Nähe zum Ballettensemble des Stadttheaters Regensburg und gewann international bekannte Größen wie Julia Leidhold, Chia Ling oder Nyla Castilla für sich.

Bei der Überbrückung der coronabedingten Trainingszwangspause hilft derzeit ein Online-Angebot mit verschiedenen Kursen.

Irene Böttcher

Seit 60 Jahren steht der TC Regensburg für seine vielfältigen Angebote. Das runde Jubiläum kann jedoch erst im nächsten Jahr gefeiert werden. Collage: Jörg Böttcher

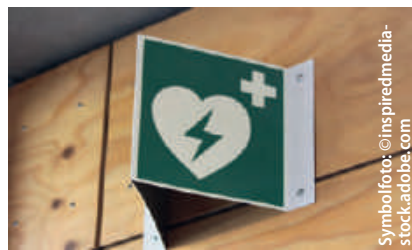


➔ NIEDERSACHSEN

Im Ernstfall lebensrettend

NTV schafft Defibrillator zum Ausleihen an

Kürzlich hat der Niedersächsische Tanzsportverband zwei Defibrillatoren angeschafft. Einer befindet sich im Landesleistungszentrum in Braunschweig, der zweite – und das ist für alle Turnierveranstalter interessant – steht in der NTV-Geschäftsstelle in Hannover als Leihgerät für Veranstaltungen bereit. Beide Geräte sind handlich, vollautomatisch und im Notfall selbsterklärend zu bedienen. Die Vorhaltung eines Defibrillators ist sehr wichtig, kann dieser doch im Ernstfall lebensrettend sein.



Symbolfoto: ©inspiredmedia-stock.adobe.com

Angefragt werden kann das Leihgerät über unsere Geschäftsstelle. Bei allgemeinen Fragen zum Thema Defibrillator helfen unsere Verbandsärzte Christine und Dr. Jürgen Flimm weiter: verbandarzt@ntv-tanzsport.de.

Martina Lotsch

➔ RHEINLAND-PFALZ

Nachruf Dierk Johann



Foto: Archiv

Am 9. Juni 2020 ist Dierk Johann im Alter von 77 Jahren verstorben. Gemeinsam mit seiner Frau Waltraud war er seit vielen Jahren mit Leib und Seele dem Tanzsport verschrieben.

1986 absolvierten Dierk und Waltraud ihre Turnierleiter-Ausbildung und waren in diesem Jahr auch erstmals im Einsatz. Über 30 Jahre leiteten die beiden unzählige Turniere.

Nach dem Edelstein-Tanz-Club Idar-Oberstein und dem TC Rot-Weiß Kaiserslautern hatte das Ehepaar seit einigen Jahren beim TSC Crucenia Bad Kreuznach eine tänzerische Heimat gefunden.

Neben seinem Engagement in der Turnierleitung war Dierk lange Jahre als DTSA-Prüfer im Einsatz. Mit seiner tänzerischen Erfahrung unterstützte er aktiv den TSC Crucenia und war bis zuletzt aktiv im Vorstand tätig.

Das Ehepaar Johann war auch selbst lange Jahre als Turnierpaar aktiv, welches weit über die Grenzen unseres Bundeslandes hinaus in der höchsten Amateurklasse getanzt hat.

Kajo Heinzen

➔ NORDRHEIN-WESTFALEN

Anzeige

immer die Neuesten Modelle am Lager

E.V. - A.S.
Tanzschuh

Theaterstr. 83
52062 Aachen
Tel. 02 41 / 2 85 81 • Fax: 400 27 32
Int. www.evastanzschuh.de
E-Mail: evastanzschuh@freenet.de

**Gymnastik-
Ballettmoden**

*Werner Kern
exclusiv im Raum Aachen*

NDUNG

➔ HESSEN

In seiner Serie „Rheinmain im Blick“ befasste sich Moderator Yannick Michel mit dem Thema „Tanzsport in Corona-Zeiten“.

Rede und Antwort standen ihm zu dieser Thematik die Pressesprecherin des HTV, Cornelia Straub, der Formationstrainer der ortsansässigen Lateininformationsgemeinschaft Rhein-Main, Björn Langpaap sowie Fabian Täschner/Darja Titowa. *red*

www.ogy.de/htv062020



➔ SAARLAND

Zehn Wochen lang stand bei den Tänzerinnen und Tänzern im Saarland – wie in vielen anderen Bundesländern auch – alles still.

In der ersten Juniwoche gab es erste leichte Öffnungen und seit dem 2. Juni sind etwas größere Gruppen erlaubt. Trotzdem regt sich immer noch Widerstand gegen die aus Sicht der Szene zu harten Beschränkungen.

Hier der Bericht des [Saarländischen Regionalfernsehens](#) mit einem Schwenker über den Breitensport hin zur JMC- und Hip-Hop-Szene zur aktuellen Situation. *red*



www.ogy.de/slt062020



Screenshots/QR-Codes: Quintana



Die Bewerbungsfrist für den DTV-Tanz des Jahres 2020 endete am 24. Februar. Drei Wochen später erwischte uns alle der Lockdown. Die Folgen und Konsequenzen (nicht nur) für den gesamten Tanzsport sind und bleiben beispiellos.

Viele Trainerinnen und Trainer hatten sich jedoch noch vor Ablauf der Bewerbungsfrist Gedanken gemacht und waren mit ihren Tänzerinnen und Tänzern kreativ im Einsatz. Vier Vorschläge haben es bis zur Finalabstimmung geschafft.

Weil die obligatorische Präsentation der eingereichten Vorschläge durch den Ausfall der Superkombi in Enzklösterle nicht möglich war, haben wir uns dazu entschieden, in diesem Jahr den Tanz des Jahres über ein Onlinevoting zu ermitteln. Entscheiden Sie in Ruhe Zuhause vor Ihren Bildschirmen, welcher Vorschlag aus Ihrer Sicht die Vorgaben erfüllt.

Wählen Ihren

Folgende Kriterien sollten nach Ausschreibung erfüllt werden:

- ⌚ Der Tanz sollte innerhalb von 10 Minuten erlernbar sein.
- ⌚ Nicht länger als drei bis vier Minuten dauern.
- ⌚ Einfache, unkomplizierte, nicht zu komplexe Schrittkombinationen enthalten.
- ⌚ Auf eine aktuelle Musik getanzt werden und
- ⌚ einen kreativen Namen haben.

V1 | VORSCHLAG 1

MUSIK

Dance Monkey von Tones and I

TANZ

»Easy Dance«

CHOREOGRAPHIE

Kristen Hansch
in Zusammenarbeit mit der
Möwenseegrundschule und
dem OTK Schwarz-Weiß Berlin

V2 | VORSCHLAG 2

MUSIK

Senorita von Shawn Mendes,
Camila Cabello

TANZ

»Senorita«

CHOREOGRAPHIE

Maria Dehner



Sie Favoriten

Nun sind Sie gefordert:

Die Videos der Vorschläge V1 bis V4 finden Sie auf der DTV-Homepage unter: Sportentwicklung -> Breiten- und Freizeitsport -> Tanz des Jahres Onlinevoting.

Schauen Sie sich die Videos in Ruhe an. Probieren Sie vielleicht selbst ein paar Schritte und geben Sie dann Ihre Stimme für Ihren Favoriten ab. Folgen Sie dem Link zur Doodle-Abfrage. Hier finden Sie die Vorschläge V1 bis V4.

Wichtig dabei ist:

Sie haben nur eine einzige Stimme! Setzen Sie den Haken unter den Vorschlag, der Ihnen persönlich am besten gefallen hat, klicken Sie auf absenden und fertig!

Die Abstimmung endet am 20. Juli 2020 um Mitternacht!

Alle Teilnehmer können jeweils nur ihr eigenes Abstimmungsergebnis sehen. Also bitte nicht wundern, wenn nur jeweils ein Teilnehmer aufgeführt ist.


Uns bleibt nur noch, Ihnen viel Spaß beim Ansehen und beim Ausprobieren zu wünschen verbunden mit einem Dankeschön für Ihre Teilnahme!

Gaby Michel-Schuck

VIDEOS plus STIMMZETTEL [Link]



UNTER

 [DTV-HOMEPAGE]
www.tanzsport.de/de/sportentwicklung/breiten-und-freizeitsport/tanz-des-jahres-onlinevoting

 [KURZLINK]
www.ogy.de/tj2020videos



V3 | VORSCHLAG 3

MUSIK Est-ce que tu m'aimes von Maître Gims
TANZ »French clap«
CHOREOGRAPHIE Marcell Kutzler

V4 | VORSCHLAG 4

MUSIK Don't start now von Dua Lipa
TANZ »Start Now«
CHOREOGRAPHIE Bianca Eder

Screenshots: Quintana



Was ist eigentlich

Garde- und

Schautanz?



TEIL 3

unserer Serie über
die Fachverbände
des Deutschen
Tanzsportverbandes

Die Standard- und Lateinamerikanischen Tänze zählen zu den sprichwörtlich bunten Hunden unter den tänzerischen Stilrichtungen, binden die meisten Mitglieder und bilden folglich die größte Sparte innerhalb des Deutschen Tanzsportverbandes – aber nicht die einzige. In unserer Serie „Was ist eigentlich ...?“ werfen wir einen Blick über den Parkettrand des klassischen Paartanzes hinaus und in die vielfältigen Angebote unserer Fachverbände hinein.

Worum geht es beim Deutschen Verband für Garde- und Schautanzsport (DVG)?

Der DVG ist für alle Tänzer*innen aller Altersstufen der Stilrichtungen Garde- und Schautanz die Plattform zur tänzerischen und sportlichen Entwicklung. Hierfür hat der DVG über die Jahre hinweg ein Turniersystem, ein umfassendes Regelwerk und ein Wertungssystem geschaffen. Meisterschaften in Solo-, Duo-, Paar- und Formationsdisziplinen auf Landes-, Bundes- und europäischer Ebene bilden die alljährlichen Höhepunkte der Wettbewerbssaison.

Mit welcher Sportart ist er vergleichbar?

Der Schautanz hat seine Wurzeln in Jazz-Tanzstilen und im modernen und klassischen Ballett. Der Gardetanzsport hat sich aus dem karnevalistischen Tanz zu einer freieren, sportlichen Stilrichtung mit verschiedenen Disziplinen entwickelt. Sowohl im Garde- als auch Schautanz haben Elemente der Sportgymnastik und -akrobatik Einzug gehalten sowie Hebefiguren ähnlich dem Cheerleading.

Wie kam es dazu, dass zwei so verschiedene Stilarten in einem Verband vereint sind?

Der DVG wurde 1986 zunächst als Deutscher Verband für Gardetanzsport zur Austragung von sportlichen Wettkämpfen von zahlreichen Gardegruppen gegründet. Ein Jahr später, am 5. September 1987, wurde der DVG als „Fachverband mit besonderer Aufgabenstellung“ im Deutschen

Tanzsportverband und damit im Deutschen Sportbund aufgenommen. Gardetanz ist seitdem eine anerkannte Sportart. Im Laufe der Jahre haben die Schautänze stark an Bedeutung und Mitgliedern gewonnen. Seit 1996 ist dies im Namen des Verbands „Deutscher Verband für Garde- und Schautanzsport“ erkennbar.

Beide Stilarten sind mit ihren jeweiligen Disziplinen die tragenden Säulen des DVG.

Welche Disziplinen werden unterschieden?

Im Sport- und Turniersystem gibt es elf Disziplinen: fünf im Gardetanz und sechs im Schautanz.

Der Gardetanz umfasst Polka, Marsch, Solo, Paartanz und Gardetanz mit Hebefiguren. Eine Besonderheit des DVG ist es, dass zwischen der Stilrichtung Marsch und Polka strikt unterschieden wird. Während die Polka Einflüsse aus der slawischen Folklore aufgreift und solistische Elemente beinhaltet, orientiert sich der Marsch an einer geradlinigen und beinahe militärischen Ausführung in vielfältigen Formationen. Spagat und andere solistische Details sind im Marsch nicht enthalten.

Der Schautanz besteht aus Charakter, Freestyle, Modern, Solo, Duo und Schautanz mit Hebefiguren. Sei es die Erzählung einer Geschichte, die Darstellung von Gefühlen oder die Auseinandersetzung mit gesellschaftskritischen Themen – der Schautanz lässt Raum für Fantasie, Experimente und Dynamik. Jede der sechs Disziplinen spricht für sich und hat ihre eigene Eleganz.

>>

Zwei Sparten, ein Verband:
Im DVG gehören Garde- und
Schautanz zusammen.
Foto: Klaus Gruber



Cute Generation aus Haitz zeigt eine Polka, die besonders durch ihre akrobatischen Elemente wie Räder, Sprünge und Spagat attraktiv anzuschauen ist. Foto: Daniel Schrick

Was ist die spektakulärste Disziplin im DVG?

Jede Tanzrichtung ist auf ihre eigene Art faszinierend. Zu den spektakulärsten Disziplinen zählen sicherlich die Formationen mit Hebefiguren. Die Fang- und Wurfakrobatiken sorgen beim Publikum immer wieder für überraschende Erlebnisse.

Welche Voraussetzungen muss man mitbringen, wenn man in den Sport einsteigen will?

Man sollte Freude am Tanzen und an der Bewegung im Verein haben. Das muss nicht unbedingt ein Mitgliedsverein sein. Auch Vereine, die nicht dem DVG angehören, haben in der „Offenen Klasse“ die Möglichkeit, Turnierluft zu schnuppern und den Verband kennenzulernen.

In der Charakter-Disziplin, hier von Mi Destino aus Darmstadt auf die Bühne gebracht, finden sich Tänze, die eine Geschichte erzählen. Egal ob komisch, ernst, tragisch oder rührend, folkloristisch, Musical, Hommage, echt oder erfunden Geschichte – der Fantasie sind hier kaum Grenzen gesetzt. Foto: Daniel Schrick

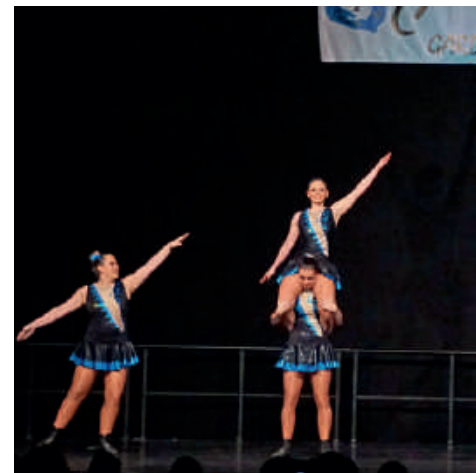


Wie erfolgt die Wertungsvergabe und wie viele Punkte können für einen Tanz höchstens vergeben werden?

Grundsätzlich wird nach dem Punktesystem von 0 bis 100 offen und unmittelbar nach Beendigung des Tanzes gewertet. Die höchste und niedrigste Punktzahl von insgesamt fünf Wertungen werden gestrichen. Die verbleibenden drei werden addiert und ergeben die ertanzte Gesamtpunktzahl. Somit kann ein Tanz im normalen Turnierbetrieb maximal 300 Punkte erzielen.

Wie bildet sich die Rangliste für die unterschiedlichen Disziplinen?

Jede erzielte Punktzahl eines Tanzes fließt in eine Rangliste ein. In der Rangliste sind die drei höchsten Punktwertungen der Saison entscheidend. Diese werden addiert und bilden das Ergebnis für den Tanz in der Saison. Sieger der Rangliste ist, wer in der Disziplin die höchste Endpunktzahl erreicht hat, also maximal 900 Punkte (3 x 300). Die Qualifikation zur deutschen Meisterschaft erfolgt über die Rangliste. Bei den Meisterschaften erfolgt die Wertung über eine Platzierungswertung nach dem Majoritätsprinzip. >>



Die Wild Frogs aus Großbottwar Oberstenfeld bringen ideenreiche Hebefiguren und Formationsbilder in Verbindung mit Tanzelementen aus Marsch und Polka auf die Bühne. Foto: Philipp Skrzybski

Harmonische und fließende Formationsbilder im perfekten Einklang mit der Musik sind ein besonderes Merkmal der Freestyle-Disziplin, hier präsentiert von Futuro aus Altlußheim. Foto: Stefan Schaffner





*Der Marsch, hier gezeigt von den Tigern aus Frankfurt, ist die klassische Disziplin des Gardetanzens. Im Blickpunkt stehen die verschiedenen Formationen und harmonischen Bildwechsel sowie die Battemenvariationen aller Art.
Foto: Hans Knechtskern*

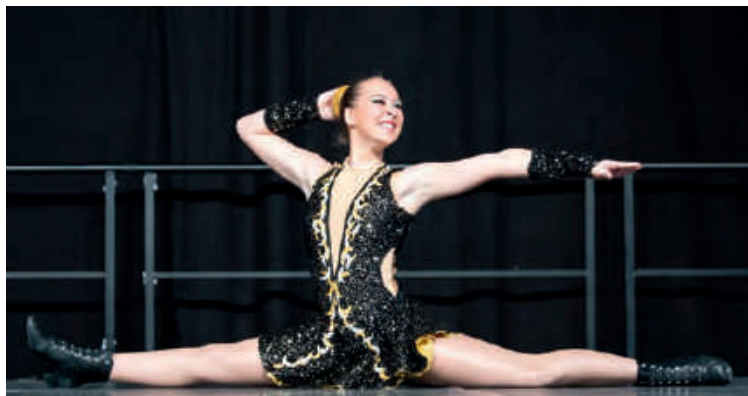


*Der Schautanz mit Hebefiguren ist die jüngste und spektakulärste Disziplin im DVG, hier gezeigt von den Dexi Dancers aus Dexheim. Dabei kommen auch Drehungen sowie kontrollierte Wurf- oder Schleuderfiguren zum Einsatz.
Foto: Hans Knechtskern*



*Energiegeladene Choreographien, eine Vielzahl von Formationen und Bildern sowie Geschwindigkeitswechsel auf fetzige Musik – damit überzeugen die Little Puppets aus Ottobrunn beim Schautanz Modern.
Foto: Carsten Schindler*





Solistin Johanna Meusel aus Rodgau bringt eine Vielzahl von Schwierigkeiten scheinbar mühelos auf die Bühne. Foto: Klaus Gruber

Hannah Rützel und Sophia Bleuel aus Künzell drücken als Duo in perfekter Einheit aus, was in einer Gruppe schwer darstellbar und im Solo unmöglich ist: Ein Wechselspiel der Beziehungen zueinander. Foto: Hans Knechtskern



Sina Krogmann und Kevin Krumpek aus Frankfurt vollführen beim Paartanz ein harmonisches Zusammenspiel zwischen Tänzerin und Tänzer mit Hebungen, Sprüngen und gemeinsamen Tanzschritten. Foto: Stefan Schaffner

Ist das Turniersystem für Gruppen und Solisten einheitlich?

Gruppen und Solisten durchlaufen unterschiedliche Turniersysteme. Die Gruppen tanzen um die Platzierung in der Rangliste, aus der sich am Ende der Saison die Qualifikationen zu den Meisterschaften ergeben.

Im Solobereich gibt es eine Qualifikations- und eine Finalphase. Die Besten der Qualifikation treten in Halb- und Finalwettbewerben an. Die „Besten der Besten“ treffen sich dann bei den saisonalen Endmeisterschaften zum Kampf um die Titel.

Wie laufen Wettkämpfe ab?

Die Turniersaison beginnt im November und endet mit den Europameisterschaften Anfang Mai. An einem Turniertag, der für die Tänzer*innen um neun Uhr startet, gehen bis zu 100 Tänze über die Bühne.

Wie viele Menschen in Deutschland betreiben Schau- und Gardetanz?

Es sind noch viel mehr, als wir wissen. Am Turnierbetrieb nahmen bis zum bedauerlichen Abbruch in der letzten Saison gut 3600 Tänzer*innen teil.

Gibt es spezielle Hochburgen in Deutschland?

Der DVG wird durch sechs Landesverbände in Bayern, Baden-Württemberg, Hessen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und Nord (Niedersachsen, Brandenburg, Sachsen) regional vertreten. Besonders viele Mitgliedsvereine sind in der Rhein-Main-Region, in Franken, in Südbayern und im Rhein-Ruhr-Gebiet zu Hause.

Sigrid Klemenz/Matthias Krödel

„Wir alle teilen eine Liebe“

Schautänzerin Melina Nastvogel erklärt, weshalb das Tanzen viel mehr ist als eine Sportart

*Melina Nastvogel tanzt seit 2018 als HAUPTCHAUSOLO des TSC Stadtlauringen, ist amtierende Bayerische Meisterin und gehörte in ihrer Disziplin in der vergangenen Saison zu den besten zehn Athlet*innen in Deutschland. Die Liebe zum Tanz entdeckte sie aber schon, als sie noch ein kleines Mädchen war. Wie sie ihren Weg vom Ballett über Contemporary und Hip Hop zum Schautanz fand, erzählt sie im Interview.*

*„Das Tanzen ist für mich viel mehr als eine Sportart. Es ist Kunst, Therapie für die Seele, Freude, Liebe und Schweiß sowie unbändiger Zusammenhalt“, sagt Melina Nastvogel, die seit 2018 als Schautanzsolo auftritt.
Foto: Philipp Skrzybski*



Mit drei Jahren nahm Melina Nastvogel ihre erste Ballettstunde, seitdem lässt sie die Leidenschaft für das Tanzen nicht mehr los. Foto: Philipp Skrzybski

Seit wann betreibst du Schau- und Gardetanz?

Ich bin noch relativ neu im DVG und auch im Schautanzbereich. In der Saison 2018 habe ich als Hauptchausolo des TSC Stadtlauringen begonnen. Ich tanze allerdings schon, solange ich zurückdenken kann. Als ich drei Jahre alt war, bin ich beim Ballettunterricht an der Akademie Vieru unter der Leitung des Ballettmeisters Nicolae Vieru eingestiegen. Von ihm und seinem Unterricht profitiere ich noch immer. Nach 14 Jahren Ballett-, Modern- und Charakterunterricht habe ich mich einem weiteren Genre, dem Hip-Hop, gewidmet. Mein Herz schlug und schlägt jedoch für Contemporary, was die Brücke zum Schautanz bildet.

Was waren deine größten Erfolge im Wettkampfbereich?

In meiner ersten DVG-Saison konnte ich den Bayernpokal ergattern und bin amtierende Bayerische Meisterin. In der leider sehr kurzen Saison 2019/2020 habe ich an der Master Trophy teilgenommen und mich dabei mit den besten zehn Athlet*innen aus Deutschland gemessen. Im Hip-Hop habe ich im Finale des DAT Hip-Hop Day 2010 den zweiten Platz in der Kategorie Adults Duo sowie zweimal den ersten Platz mit der damaligen Formation beziehungs-

weise Small Group belegt. Natürlich sind das Erlebnisse, die ich nicht missen möchte und die zeigen, inwieweit sich harte Arbeit auszahlen kann. Meine größten Erfolge sind aber diejenigen, die sich nicht in Plätzen oder Pokalen messen lassen: Zum Beispiel, wenn ich es schaffe, das Publikum zu begeistern und die Zuschauer für eine kurze Zeit aus ihrem Alltag zu entreißen.

Was möchtest du noch erreichen?

Es wäre großartig, wenn ich es auf die Deutsche Meisterschaft schaffen würde und wenn ich mich in den Top 10 halten könnte. Jedoch weiß ich, dass es da draußen so viele talentierte und ehrgeizige Tänzer*innen gibt, die es genauso verdient hätten wie ich. Mein größter Wunsch ist es, noch sehr lange tanzen zu dürfen und junge Talente weiterhin zu fördern. Niemals die Gabe zu verlieren, das Publikum zu begeistern und meine unbändige Freude am Tanzen bis ins hohe Alter behalten zu können.

Wie bist du zu dieser Sportart gekommen?

Meine Mutter sagt, dass ich im Alter von zwei Jahren auf sie zukam und nur ein Wort sagte: „Ballett“. Niemand wusste, wo ich das Wort überhaupt aufgeschnappt hatte. Aber da begann wohl meine Liebe zum Tanz. Eine andere Sportart kam für mich niemals in Frage. Zum Schautanz kam ich durch meine Trainerin Tanja Schaefer, die ich schon mehrere Jahre kannte. Irgendwann hat sie mich einfach zum Training mitgenommen, und seitdem bin ich mit ganzem Herzen dabei.

Was macht diese Sportart für dich persönlich aus?

Das Tanzen ist für mich mehr als eine Sportart: Es ist Kunst, Therapie für die Seele, Freude, Liebe und Schweiß sowie unbändiger Zusammenhalt. Es ist eine Art zu kommunizieren und eine Möglichkeit der Verarbeitung aller belastenden Faktoren im Alltag. Es ist unfassbar schön zu sehen, wie viele Menschen eine Liebe teilen und einen gemeinsamen Traum haben. Die Möglichkeit, eine Geschichte auf kreative Art und Weise zu erzählen und die Menschen an dieser teilhaben zu lassen, ist einzigartig. Es ist unglaublich zu sehen, was man nur mit seinem eigenen Körper, seiner eigenen Kraft und seiner Liebe erschaffen kann. Diese Sportart ist Leben und ich möchte sie niemals missen.

Was war dein schönstes Erlebnis?

Wer mich kennt, weiß, dass ich sehr kritisch mit mir bin und alles andere als selbstsicher, wenn es um meine Leistung geht. Ich bin wie viele Tänzer*innen unheimlich aufgeregt bevor ich auf die Turnierbühne gehe. Oft versuche ich meine Unsicherheit hinter einem breiten Grinsen zu verstecken. Ich bin nie zufrieden mit meiner Leistung und frage immer sofort, nachdem ich von der Bühne komme, so etwas wie „Wie war’s? Ich glaube, es war nicht so gut, hoffentlich habe ich mich nicht blamiert ...“. Meine Trainerin und alle, die zum Turnier mitkommen, versuchen mich dann zu beruhigen, doch egal was sie sagen, die Angst jemanden zu enttäuschen überwiegt. Bei einem DVG-Turnier kamen Tänzer*innen und Trainer*innen aus anderen Vereinen von selbst auf mich zu, sprachen mich an und sagten, wie toll sie meinen Tanz und mich auf der Bühne fanden. Ihnen war es egal, ob wir Konkurrenten sind oder ob ich ein paar mehr oder weniger Punkte als sie hatte. Da wurde mir klar, dass wir zwar alle aus anderen Vereinen kommen, jedoch eine große Familie sind und eine Liebe teilen.

Gibt es auch eine lustige Anekdote?

Allerdings, die gibt es. Ich bin ziemlich tollpatschig und sehr oft auch ein wenig schräg oder überdreht. Bei der Siegerehrung der Bayerischen Meisterschaft im letzten Jahr hatten wir alle einen langen Tag hinter uns, waren müde und gespannt auf die Verkündung. Als ich dann meinen Namen hörte und meine Trainerin mir plötzlich um den Hals fiel, wusste ich erst gar nicht so richtig, was gerade geschieht. Ich wusste plötzlich gar nicht mehr, wie es genau auf der Siegerehrung abläuft und wann ich mich wo hinstellen soll. Als ich auf dem Podest stand, bekam ich meinen Pokal und die Musik lief und lief. Dann wurde der Applaus langsam weniger, und ich dachte, ich könnte nun zurück zu den anderen Tänzer*innen laufen. Ich sprang nicht gerade grazil vom Podest, sondern eher wie ein nasser Sack und rief dabei irgendetwas wie „Hoppsala“. Genau in diesem Moment stoppte jedoch die Musik, und jeder, aber auch jeder, konnte meinen Ruf und meine Landung genauestens mithören. Alle lachten und auch noch später in der Umkleidekabine war ich die „Hoppsala-Königin“ des Abends.

Sigrid Klemenz

So stabilisieren Sie Ihre Körpermitte

Gastbeitrag: Ein Trainingsjahr mit Rafael Grüninger und Hubert Müller (Teil 1 von 12)

*Rafael Grüninger und Hubert Müller sind seit 2001 für die sportphysiologische Betreuung der deutschen Kaderpaare verantwortlich. Für die Tanzspiegel-Leser*innen haben sich die beiden etwas Besonderes ausgedacht: In einer zwölfteiligen Serie stellen sie monatlich eine Übung vor, mit der Tanzsportler*innen ihren Muskelapparat auf Vordermann bringen können. Die Einheiten bauen aufeinander auf und werden jeweils in einer Einsteiger- und einer Profiversion präsentiert. Zu den Erläuterungen in unserem Printmagazin wird es Videotutorials geben, die auf der DTV-Homepage veröffentlicht werden.*

Symbolfotos:
©Pixel-Shot-Adobe Stock (1)
Quintana (Belchonock/1, Archiv/2)



TEIL 1

Bauchmuskulatur

Übungen mit Videotutorials



Als Tänzer*innen hören wir oft, dass wir unser Zentrum kontrollieren sollen, dass wir die Bewegungen aus dem Zentrum heraus starten sollen. Je stärker unser Zentrum muskulär ausgestattet ist, desto einfacher können wir diesen Vorgaben folgen. Ein starkes Zentrum verbindet die Beine mit dem Oberkörper. Es hilft dabei, die Wirbelsäule schon im unteren Bereich in eine Position zu bringen, die für die geforderten Rotationen beim Tanzen notwendig sind. Es ist die Grundlage für eine stabile Mitte und entlastet daher den Oberkörper beim Erstellen einer aufrechten, tänzerischen Körperposition. Daher sorgt es dafür, dass sich der Oberkörper und die Arme spielerisch und leicht bewegen lassen. Bei der Ausführung der ersten Variante lernen wir zusätzlich, unseren Schwerpunkt zu erfüllen. Eine nicht zu unterschätzende Fähigkeit ...

>>

Bauchmuskel-Übung für |●| DTV-Kaderathleten

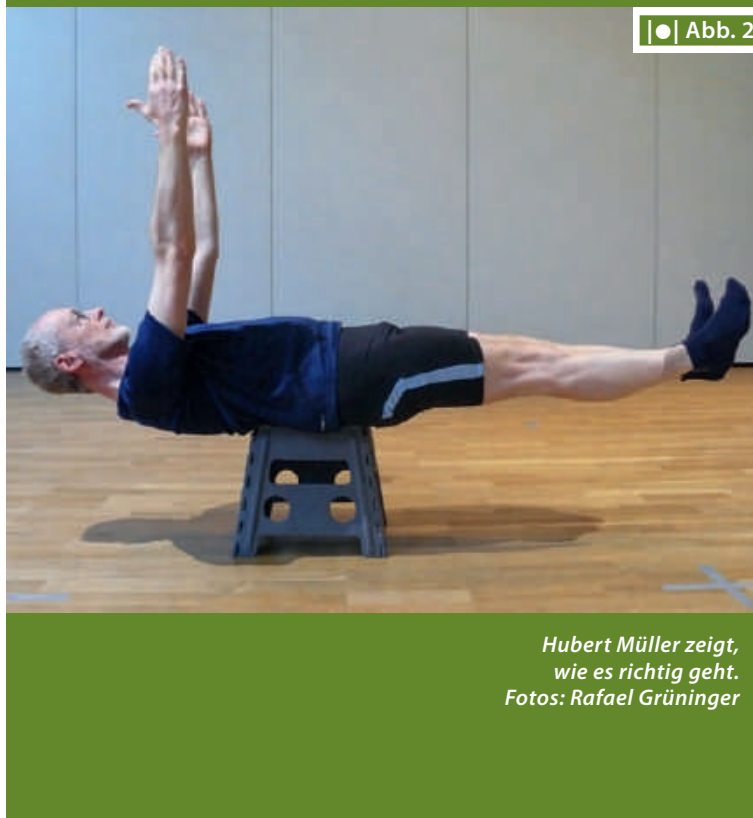


DTV-HOMEPAGE
www.tanzsport.de/de/sportwelt/lehre/lehrgaenge/lehrmaterialien

KURZLINK
www.ogy.de/ue-kader-1



Diese spezielle Form des „Functional Training“ befördert ein dynamisches, raumfüllendes Volumen auf der Tanzfläche (Präsenz), weil es dazu beiträgt, möglichst lange ökonomisch und somit unverkrampft zu tanzen. Ein weiterer Vorteil ist eine langfristige Verbesserung von muskulären Dysbalancen und somit eine Vermeidung von potentiellen Körperschädigungen.



Hubert Müller zeigt, wie es richtig geht.
 Fotos: Rafael Grüninger

ASTE (= AusgangsSTellung) |●| Abb. 1

Sitzend an gepolsterter Hockerkante mit gehaltener Grundspannung der Beckenbodenmuskulatur. Zur Kontrolle einige Male das Becken vor und zurück kippen, um ein aufgerichtetes Becken mit flacher Lende einzunehmen.

Aktion

Mit dieser Haltung in Rückenlageposition gehen. Hüfte und Knie sind dabei jeweils erst 90° gebeugt. Die gestreckten Arme zeigen senkrecht zur Decke. Den Rumpf nicht zum Boden hin absinken lassen, sondern waagrecht halten.

ESTE (= EndSTellung) |●| Abb. 2

Nun ebenfalls die Beine in Verlängerung zum Rumpf möglichst waagrecht strecken und statisch-isometrisch dauerhaft halten und gleichmäßig weiteratmen. Kein Hohlkreuz dabei entstehen lassen – Lende flach halten.

Dosierung

B- und A-Kaderpaare sollten in der Lage sein, diese Position bis zu zwei Minuten korrekt zu halten. C-Kaderpaare 60 bis zu 75 Sekunden. Mit zwei bis drei Tagen Abstand kann dies bis zu dreimal pro Woche geübt werden.

Hinweis

Eine korrekte Ausführung geht immer vor Tempo, Steigerung der Zeitdauer, Wiederholungszahlen oder Erhöhung der Trainingseinheiten pro Woche. Eventuell auftretende Schmerzen sind natürlich dabei zu berücksichtigen und der Trainingsplan ist gegebenenfalls anzupassen.

Ziel

Rumpfstabilisierung, Center-Aufbau

Bauchmuskel-Übung für Breiten-/Gesundheitssportler

ASTE (= AusgangsSTellung) | Abb. 1

Rückenlage auf einer Gymnastikmatte. Mit gehaltener Grundspannung der Beckenbodenmuskulatur eine Position mit aufgerichtetem Becken und flacher Lende einnehmen. Die gestreckten Arme zeigen senkrecht zur Decke. Die Kopf-/Nackensposition in Verlängerung vom Rumpf ausrichten. Mit dieser Haltung werden Hüfte und Knie jeweils auf 90° gebeugt.

Aktion

Bei stabilem Rumpf werden nun dynamisch und langsam die Beine so weit in Richtung Streckung und wieder zurückgebracht, dass die Lende noch weiterhin am Boden gehalten werden kann.

ESTE (= EndSTellung) | Abb. 2

Diese Übung möglichst lange korrekt durchführen und gleichmäßig weiteratmen. Kein Hohlkreuz dabei entstehen lassen – Lende flach halten.

Dosierung

Jeweils bis zu fünf Sekunden für die Kniestreckung mit einer kurzen statischen Haltezeit von circa zwei Sekunden ansetzen. Der Rückweg in die Beugung kann mit circa drei Sekunden schneller erfolgen. Das Ganze bis zu fünf Mal langsam hintereinander wiederholen. Dies entspricht einem Durchgang. Nach einer jeweiligen Pausenzeit von mindestens 1,5 bis 3,0 Minuten (je nach Kondition) nochmals bis zu drei Durchgänge. Mit zwei bis drei Tagen Abstand kann dies zweimal pro Woche geübt werden.

Hinweis

Eine korrekte Ausführung geht immer vor Tempo, Steigerung der Zeitdauer, Wiederholungszahlen oder Erhöhung der Trainingseinheiten pro Woche. Eventuell auftretende Schmerzen sind natürlich dabei zu berücksichtigen und der Trainingsplan ist gegebenenfalls anzupassen.

Ziel

Rumpfstabilisierung, Center-Aufbau



Hubert Müller zeigt, wie es richtig geht.
Fotos: Rafael Grüninger



DTV-HOMEPAGE
www.tanzsport.de/de/sportwelt/lehre/lehrgaenge/lehmaterialien

KURZLINK
www.ogy.de/ue-bs-1



Diese spezielle Form des „Functional Training“ befördert ein dynamisches, raumfüllendes Volumen auf der Tanzfläche (Präsenz), weil es dazu beiträgt, möglichst lange ökonomisch und somit unverkrampft zu tanzen. Ein weiterer Vorteil ist eine langfristige Verbesserung von muskulären Dysbalancen und somit eine Vermeidung von potentiellen Körperschädigungen.

Ausschreibungen 2021 Formationswettbewerbe 2. Bundesliga



Die Ausschreibungen für die Formationswettbewerbe der 2. Bundesligen Standard und Latein Süd/West/Nord für das Wettkampfsjahr 2021 sind online zu finden unter www.tanzsport.de

→ Sportwelt → Sportbetrieb → Ausschreibungen

Bewerbungen sind bis zum 30. Juni 2020 an die DTV-Geschäftsstelle zu richten. Die Termine für die 2. Bundesligen sind nicht verbindlich vorgegeben. Es können Bewerbungen für alle Samstage und Sonntage zwischen dem 09.01.2021 und dem 30.04.2021 (außer Ostern) abgegeben werden.

Wettbewerbe im Breitensport

Datum LTV	Beginn	Altersgruppe / Tänze	Clubname Veranstaltungsadresse
22.08.2020 HATV		2. Duvenstedter Breitensporttag Einzelwettbewerbe Standard	TSC Casino Oberalster, Duvenstedter Markt 2, 22397 Hamburg. Meldungen bis 18.8. per E-Mail an: petra.franz@tscco.de Mädchenpaare bei den U18- und Equality-Paare bei den Erwachsenenwettbewerben zugelassen. Startgeld: 6 Euro, Kinder und Jugendliche sind frei. Telefon am Veranstaltungsort: 0176-76567206.
	13:00	10 bis 12 Jahre	
	14:00	13 bis 17 Jahre	
	15:00	ab 18 Jahre	
	17:00	ab 65 Jahre	
	17:30	ab 55 Jahre	
	18:00	ab 45 Jahre	
	18:30	ab 35 Jahre (Standard) Pflicht: LW, TG, Q Einzelwettbewerbe Latein	
	13:30	10 bis 12 Jahre	
	14:30	13 bis 17 Jahre	
	15:30	ab 18 Jahre	
	16:00	ab 35 Jahre Pflicht: CC, RB, JV	
	16:30	Einzelwettbewerb Discofox für alle VR, A- u. B-Finale	
	23.08.2020 TNW	11:00	BSW-Wanderpokal des TZ Niederrhein, Senioren ab 35 Jahre, 1 Herr darf jünger sein, 3-5 Paare pro Mannschaft, davon 3 gewertet Pflicht: LW, TG, QS und 2 aus WW, SF, SB, CC, RB, PD, JV, DF. 2 gewertete Durchgänge
29.08.2020 LTV Berlin	12:00	Einzelwettbewerbe Standard, 9 bis 11 Jahre (Kinder) und 12 bis 13 Jahre (Junioren I), Pflicht: LW, TG, QS, Durchgänge: Vorrunde, kleines und großes Finale	Turniertanzkreis am Bürgerpark Berlin, Kreuzstraße 3-4, 13187 Berlin. Meldungen bis 23.8. per E-Mail an: sportwart@ttk-buergerpark.de , Fax 030-4851716.

Versicherungshinweis:

Paare, die keinem Verein angehören, der Mitglied in einem LSB ist, sind grundsätzlich bei einem Sportwettbewerb nicht über die Sportversicherung der ausrichtenden Vereine versichert.

Lehrgänge und Schulungen August 2020

LTV Hessen

22.08.2020	Lizenerwerbslehrgang für Trainer C Breitensport 22./23.08.2020, 26./27.09.2020, 24./25.10.2020 jeweils Sa 10:00 bis 18:00 Uhr, So 9:00 bis 17:00 Uhr, am Prüfungstag entsprechend Teilnehmerzahl 25447 Reiskirchen, Schulstr. 19, Bürgerhaus Reiskirchen
Vorgesehene LE:	36 fachlich, 12 überfachlich
Referent:	Michael Fischer
Teilnehmerzahl:	30
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	250,- € inkl. Prüfungsgebühr
Schulungsinhalte:	Gemäß DTV-Schulungsunterlagen: Modul Boogie Woogie
Meldung bis:	14 Tage vor Lehrgangsbeginn
Meldung an:	HTV-Geschäftsstelle, Wächtersbacher Str. 80, 60386 Frankfurt, E-Mail: mail@htv.de
Überweisung an:	IBAN: DE55 5139 0000 0091 2141 99
Verwendungszweck:	"BWO-2020" + Teilnehmername
29.08.2020	Lizenerhaltslehrgang für Trainer C / B Leistungssport 29.08.2020, 11:00 bis 18:00 Uhr 60437 Frankfurt, Harheimer Weg 18-22 Saalbau Haus Nidda
Vorgesehene LE:	8 fachlich
Referent:	Oliver Rehder
Teilnehmerzahl:	unbegrenzt
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	30,- € HTV / 35,- € andere LTV - bei Bezahlung vor Ort 5,- € mehr
Schulungsinhalte:	Gemäß DTV-Schulungsunterlagen: Standard, Swing and Shape
Meldung an:	HTV-Geschäftsstelle, Wächtersbacher Str. 80, 60386 Frankfurt, E-Mail: mail@htv.de
Überweisung an:	Konto des HTV IBAN: DE83 5085 0150 0023 0114 17 Sparkasse Darmstadt
30.08.2020	Lizenerhaltslehrgang für Trainer C Breitensport 30.08.2020, 10:00-17:00 Uhr 60437 Frankfurt, Harheimer Weg 18-22 Saalbau Haus Nidda
Vorgesehene LE:	8 fachlich
Referent:	Oliver Rehder
Teilnehmerzahl:	Unbegrenzt
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	30,- € HTV / 35,- € andere LTV - bei Bezahlung vor Ort 5,- € mehr
Schulungsinhalte:	Gemäß DTV-Schulungsunterlagen: Standard, Swing and Shape
Meldung an:	HTV-Geschäftsstelle, Wächtersbacher Str. 80, 60386 Frankfurt, E-Mail: mail@htv.de
Überweisung an:	Konto des HTV IBAN: DE83 5085 0150 0023 0114 17 Sparkasse Darmstadt

LTV Nordrhein-Westfalen

22.08.2020

Lizenzwerbslehrgang für Wertungsrichter C

22./23.08.2020, 10:00 bis 17:30 Uhr
44388 Dortmund, Volksgartenstr. 11
TSC Dortmund

Vorgesehene LE: 15 fachlich
Referent: Oliver Kästle
Teilnehmerzahl: 10–25
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 105,- € pro Person
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen:
Vorbereitungs-Seminar für WR C (Standard)
Meldung bis: 16.08.2020
Meldung an: Tanzsportverband Nordrhein-Westfalen
Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
E-Mail: geschaeftsstelle@tnw.de
Überweisung an: TNW
IBAN: DE30 3305 0000 0000 6478 91
BIC: WUPSDE33XXX | Stadtparkasse Wuppertal
Als Verwendungszweck bitte angeben: LG 15/20

29.08.2020

Lizenzwerbslehrgang für Wertungsrichter C

29./30.08.2020, 10:00 bis 17:30 Uhr
44388 Dortmund, Volksgartenstr. 11
TSC Dortmund

Vorgesehene LE: 15 fachlich
Referent: Oliver Kästle
Teilnehmerzahl: 10–25
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 105,- € pro Person
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen:
Vorbereitungs-Seminar für WR C (Latein)
Meldung bis: 16.08.2020
Meldung an: Tanzsportverband Nordrhein-Westfalen
Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
E-Mail: geschaeftsstelle@tnw.de
Überweisung an: TNW
IBAN: DE30 3305 0000 0000 6478 91
BIC: WUPSDE33XXX | Stadtparkasse Wuppertal
Als Verwendungszweck bitte angeben: LG 16/20

05.09.2020

Lizenzwerbslehrgang für Wertungsrichter C

05./06.09.2020 | 12./13.09.2020 | 19./20.09.2020
03./04.10.2020 | 10./11.10.2020 | 07./08.11.2020

Vorgesehene LE: 90 fachlich
Referent: Oliver Kästle
Teilnehmerzahl: 25–50
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 560,- € inkl. Prüfungsgebühr / 40,- € Nachprüfungsgebühr
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen:
Wertungsrichter C Ausbildung
Meldung bis: 21.08.2020
Meldung an: Tanzsportverband Nordrhein-Westfalen,
Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
E-Mail: geschaeftsstelle@tnw.de
Überweisung an: TNW
IBAN: DE30 3305 0000 0000 6478 91
BIC: WUPSDE33XXX | Stadtparkasse Wuppertal
Als Verwendungszweck bitte angeben: LG 17/20

LTV Rheinland-Pfalz

30.08.2020

Lizenzerhaltslehrgang für Trainer C / B / A Leistungssport, Wertungsrichter C / A

30.08.2020, 10:00 bis 14:00 Uhr
Online

Vorgesehene LE: 4 fachlich
Referent: Florenzio Lopez Garcia
Teilnehmerzahl: 50
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 20,- €
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen:
Latein Dynamik und Musik
Meldung bis: 29.08.2020
Meldung an: Online: www.trp-tanzen.org
Überweisung an: Rechnung wird bei Anmeldung versendet.
(Paypal/Überweisung)

LTV Schleswig-Holstein

30.08.2020

Lizenzerhaltslehrgang für Wertungsrichter C / A

30.08.2020, 13:00 bis 16:00 Uhr
23714 Bad Malente-Gremsmühlen, Eutiner Straße 45
Sport- und Bildungszentrum des LSV

Vorgesehene LE: fachlich
Referent: Horst Beer, Manuela Faller
Teilnehmerzahl: Unbegrenzt
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 20,- € / pro Person
– bei Teilnahme ohne vorherige Anmeldung zzgl. 5,- €.
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen
Meldung bis: 23.08.2020
Meldung an: Birgit Bendel-Otto, Landeslehrwartin TSH
Tannenallee 39, 21465 Reinbek
E-Mail: bendel-otto@tanzen-in-sh.de
Überweisung an: Bar vor Ort

30.08.2020

Lizenzerhaltslehrgang für Trainer C / B Leistungssport, Trainer C Breitensport, Wertungsrichter C / A

30.08.2020, 9:00 bis 12:00 Uhr
23714 Bad Malente-Gremsmühlen, Eutiner Straße 45
Sport- und Bildungszentrum des LSV

Vorgesehene LE: 5 überfachlich
Referent: Timm Wohlsen (Physiotherapeut)
Teilnehmerzahl: Unbegrenzt
Zulassungsbereich: DTV
Teilnehmergebühr: 20,- € / pro Person + 8,- € Mittagessen (bitte bei der Anmeldung angeben) – bei Teilnahme ohne vorherige Anmeldung zzgl. 5,- €.
Schulungsinhalte: Gemäß DTV-Schulungsunterlagen:
Meine Faszien und Muskeln, so richtig in Form bringen
Meldung bis: 23.08.2020
Meldung an: Birgit Bendel-Otto, Landeslehrwartin TSH
Tannenallee 39, 21465 Reinbek
E-Mail: bendel-otto@tanzen-in-sh.de
Überweisung an: Bar vor Ort

i Anmeldungen zu Lehrgängen in fremden Landestanzsportverbänden müssen schriftlich vom eigenen Sportwart/Lehrwart genehmigt werden. Unterrichtseinheiten und neu erworbene Lizenzen werden ohne Genehmigungsvermerk nicht anerkannt.



Deutsche
Sporthilfe

Vorschau September 2020

Deutscher Tanzsportverband e.V.

04.09.2020	Lizenzierungslehrgang für Trainer/-in B JMC Leistungssport
04.09. bis 06.09.2020	64546 Mörfelden, Okrifteler Str. 6, TGS Walldorf
13.11. bis 15.11.2020	66740 Saarlouis, Augustinerstr. 1-3, tanz S.A.L.
29.01. bis 31.01.2021	10437 Berlin, Falkplatz 1, Max-Schmeling-Halle
20.02. bis 21.02.2021	NN
Vorgesehene LE:	75 (fachlich und überfachlich)
Prüfung:	20./21.02.2021
Referent:	Gabriele Steiger, Anna Sanchez, Andreas Lauck, Claudia Laser-Hartel, Thorsten Süfke u. a.
Teilnehmerzahl:	25-30
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	500,- €
Meldung bis:	01.07.2020
Meldung an:	Anmeldung mit dem Anmeldeformular unter tanzsport.de > Sportwelt JMD > Lehre. Erst nach Geldeingang ist die Anmeldung verbindlich. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht kann der Lehrgang abgesagt werden. Es ist keine Rückzahlung bei Nichtteilnahme möglich.
Überweisung an:	Zahlbar per Überweisung bei der Anmeldung an das Konto: Deutscher Tanzsportverband e.V. IBAN: DE33500100600115021605, bei der Postbank Frankfurt VWZ: 20 005 TRBN + Name

LTV Baden-Württemberg

10.09.2020	Lizenzierungslehrgang für Trainer C Breitensport
10.09. bis 13.09.2020, 10:00 Uhr bis 12:00 am 13.09.	72461 Albstadt, Vogelsangstr. 21, Landessportschule
Vorgesehene LE:	30 fachlich
Referent:	Bernd Junghans
Teilnehmerzahl:	25
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	200,- € für TBW / 270,- € für andere LTV - inklusive Übernachtung im DZ und Vollverpflegung
Schulungsinhalte:	Gemäß DTV-Schulungsunterlagen: Modul New Vogue
Meldung bis:	08.08.2020
Meldung an:	Maritta Böhme, Kantstr. 9, 73457 Essingen, Tel: 07365 6927, E-Mail: Boehme@TBW.de
Überweisung an:	TBW, IBAN: DE90 6704 0031 0362 1505 00, BIC: COBADEFF670

LTV Niedersachsen

12.09.2020	Lizenzierungslehrgang für Trainer C Breitensport
12./13.09.2020, 26./27.09.2020 mit Prüfung	Samstags jeweils 12:00 bis 19:00 Uhr, Sonntags 10:00 bis 17:00 Uhr
	38102 Braunschweig, Böcklerstr. 219, Landesleistungszentrum
Vorgesehene LE:	35 fachlich
Referent:	Thomas Rostalski
Teilnehmerzahl:	Begrenzt
Zulassungsbereich:	DTV
Teilnehmergebühr:	NTV-Gebührenmarke oder 30,- € / andere LTV 30,- €/Tag
Schulungsinhalte:	Gemäß DTV-Schulungsunterlagen: Modul Standard
Meldung bis:	22.08.2020
Meldung an:	Niedersächsischer Tanzsportverband e.V., Geschäftsstelle, E-Mail: geschaeftsstelle@ntv-tanzsport.de , Fax: 0511 887946, Stichwort: LG 101
Überweisung an:	IBAN: DE35 2504 0066 0338 8717 00, BIC: COBADEFFXXX Als Verwendungszweck bitte angeben: LG 101

Erläuterungen zum Wettkampfkalender:

Startmeldungen:

Mit dem Beginn der Turnierabwicklung über das neue Tanzsport-Portal am 1. Juli 2015 (ESV-Portal) ist die Meldung von Paaren zu Turnieren nur noch „Online“ durch die Paare oder Vereinssportwarte möglich. Weitergehende Informationen finden Sie auf der Homepage des Deutschen Tanzsportverbandes e.V. —> <http://www.tanzsport.de/esv>

Startberechtigung:

Grundsätzlich sind Paare des DTV sowie der Nachbarländer im kleinen Grenzverkehr, wenn deren Verbände der WDSF angeschlossen sind, startberechtigt. Bei Einschränkungen sind die startberechtigten LTVs hinter den Startklassen angegeben.

Vergütungen:

Vergütungen werden bei offenen Turnieren grundsätzlich nicht gezahlt. Abweichungen sind angegeben.

Startgebühren:

Werden Startgebühren erhoben, sind diese angegeben.

Tanzfläche:

Grundsätzlich Parkett. Abweichungen sind angegeben (K = Kunststoff).

Genehmigungsvermerk DTV für Turnieranmeldungen:

Offene Turniere gelten als genehmigt, wenn innerhalb 6 Wochen nach Eingang der Turnieranmeldung kein Widerspruch erfolgt. Eine Rücksendung mit Genehmigungsvermerk erfolgt nur, wenn ein frankierter und adressierter Rückumschlag beiliegt.

Hinweis zum Doping:

Mit der Meldung zum Turnier erkennen die Sportler die Verbandsgerichtsordnung und die Turnier- und Sportordnung des DTV sowie den NADA-Code als für sich verbindlich an und unterwerfen sich für den Fall von Regelverstößen der Disziplinargewalt des DTV, insbesondere den in der Verbandsgerichtsordnung vorgesehenen Sanktionen.

Gegen eine Entscheidung des Sportgerichts des DTV in einer Streitigkeit, die einen Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen zum Gegenstand hat, kann unter Ausschluss des ordentlichen Rechtsweges ein Rechtsmittel gemäß § 45 der Sportschiedsgerichtsordnung der Deutschen Institution für Schiedsgerichtsbarkeit e.V. (DIS) (DIS-SportSchO) eingelegt werden. Nach § 38.2 der DIS-SportSchO kann in einer Streitigkeit, die einen Verstoß gegen Anti-Doping-Bestimmungen zum Gegenstand hat, gegen den Schiedsspruch ein Rechtsmittel zum Court of Arbitration for Sport (CAS) in Lausanne eingelegt werden.

Beim Turnier werden die genannten Regeln zur Einsicht bereit liegen.

Abkürzungen zum Wettkampfkalender:

Meisterschaften/Turniere:

GM	= Gebietsmeisterschaft
DP	= Deutschland-Pokal
LM	= Landesmeisterschaft
DM	= Deutsche Meisterschaft
DTV RL	= Ranglistenturnier

Landesverbände:

HATV	= Hamburg
HTV	= Hessen
LTV Br	= Brandenburg
NTV	= Niedersachsen
SLT	= Saarland
TBW	= Baden-Württemberg
TMV	= Mecklenburg-Vorpommern
TNW	= Nordrhein-Westfalen
TRP	= Rheinland-Pfalz
TSH	= Schleswig-Holstein
TTSV	= Thüringen
TVSA	= Sachsen-Anhalt

Offene Turniere

08. August

53125 Bonn Gaustr. 1 Hardtberghalle 0174 3604242	TSC Blau-Gold-Rondo Bonn e.V. und TSC Royal Bonn e.V. Bonner Sommerpokal Startgebühr je 8,- €/Paar Gesamtes Turnier abgesagt!	20x10	10:00	HGR D ST 92443
				HGR C ST 92444
				HGR B ST 92445
				HGR A ST 92446
				HGR II D ST 92447
				HGR II C ST 92448
				HGR II B ST 92449
				HGR II A ST 92450
				SEN I D ST 92451
				SEN I C ST 92452
				SEN I B ST 92453
				SEN I A ST 92454
				SEN I S ST 92455
				SEN II D ST 92456
				SEN II C ST 92457
				SEN II B ST 92458
				SEN II A ST 92459
				SEN II S ST 92460
				SEN III D ST 92461
				SEN III C ST 92462
				SEN III B ST 92463
				SEN III A ST 92464
				SEN III S ST 92465
				HGR D LAT 92466
				HGR C LAT 92467
				HGR B LAT 92468
				HGR A LAT 92469
HGR II D LAT 92470				
HGR II C LAT 92471				
HGR II B LAT 92472				
HGR II A LAT 92473				
SEN I D LAT 92474				
SEN I C LAT 92475				
SEN I B LAT 92476				
SEN I A LAT 92477				

09. August

53125 Bonn Gaußstr.1 Hardtberghalle 0174 3604242	TSC Blau-Gold-Rondo Bonn e.V. und TSC Royal Bonn e.V. Bonner Sommerpokal Startgebühr je 8,- €/Paar Gesamtes Turnier abgesagt!	20x10	10:00	HGR D ST 92478
				HGR C ST 92479
				HGR B ST 92480
				HGR A ST 92481
				SEN I D ST 92482
				SEN I C ST 92483
				SEN I B ST 92484
				SEN I A ST 92485
				SEN I S ST 92486
				SEN II D ST 92487
				SEN II C ST 92488
				SEN II B ST 92489
				SEN II A ST 92490
				SEN III D ST 92491
				SEN III C ST 92492
				SEN III B ST 92493
				SEN III A ST 92494
				HGR D LAT 92495
				HGR C LAT 92496
				HGR B LAT 92497
				HGR A LAT 92498
				SEN I D LAT 92499
				SEN I C LAT 92500
				SEN I B LAT 92501
				SEN I A LAT 92502

www. *Falk* - fashion . net
 Turnierkleider - Tanzsportbedarf
 66484 Dietrichingen Tel: 06338 1255
 Nähe Outlet Zweibrücken

Tanzträume Alles für's Tanzen
 Tanzschuhe
 Turnierkleider
 Trainingskleidung
 Konfektionsfräcke
 Petra Voosholz
 Steinfurter Str. 51 · 48149 Münster
 Di-Fr 14-18 Uhr · Sa 10-14 Uhr
 0251-6865070 · www.tanztraeume.de

Atelier Kerstin Peuker
Hamburg
 www.atelierkerstinpeuker.de
 info@atelierkerstinpeuker.de
 Persönliche Sofortberatung unter: 040/645 48 44

CORO DANCE GRIP
DAS SPRAY FÜR ERFOLGREICHE AUFTRITTE!
 • Sicherer Halt auf Tanzböden
 • Sofortige Wirkung, ohne Treibgas
 • Spielend leicht dosierbar
 • Sprühdose aus jeder Lage funktionsfähig
 • Kein Verhärten der Schuhsohlen
 Find us on  www.facebook.com/CoroDanceGrip 
 Coro Products UG · Am Mittelfad 59 · 65468 Trebur · Tel.: 06145-9549922

**DANCE
 VIBES
 BERLIN** by *BCG*
 Atelier Britta Gericke
 Neubauernweg 9a
 15366 Hoppegarten
 Telefon: +49 3342 423 85 64
www.dancevibes-berlin.de
 Besuchen Sie unseren Online-Shop!

i Wir empfehlen, sofern eine Internet-Adresse beim Turnier angegeben ist, sich dort einige Tage vor dem Turnier über Zeitverschiebungen und Turnierausfälle zu informieren.

11. August

70174 Stuttgart Kongresszentrum Liederhalle 0171 6403687	Veranstaltergemeinschaft Tanzsportverband Baden-Württemberg e.V. / TSC Astoria Stuttgart e.V. / Tanzsportzentrum Stuttgart-Feuerbach e.V. 34. German Open Championships Meldeschluss: 04.08.2020 Startgebühr WDSF-Turniere: – Meldung bis 30.06.2020 36,- €/Paar/Tag – Meldung ab 01.07.2020 46,- €/Paar/Tag Gesamtes Turnier abgesagt!	22x15	09:00	JUG B/A ST 91958 WDSF Open Youth /DTV-Rangliste
		10:00	SEN III A/S ST 91959 1. Runde WDSF Open Senior III /DTV-Rangliste	
			11:30	HGR A/S ST 91960 1. Runde Rising Star – nicht startberechtigt Platz 1–50 der WDSF-Weltrangliste
			09:30	JUN I B KOMBI 91962 international offen (10 Tänze)
			10:30	JUN II B KOMBI 91963 international offen (10 Tänze)
			13:30	SENI A/S ST 91964 WDSF Open Senior I und DTV-Rangliste
			15:00	SENI A ST 91965 international offen
			16:00	WDSF-PD LAT 91966 Super Grand Prix
			21:00	PD ST 91967 GOC PD Professional Standard Show

12. August

70174 Stuttgart Kongresszentrum Liederhalle 0171 6403687	Veranstaltergemeinschaft Tanzsportverband Baden-Württemberg e.V. / TSC Astoria Stuttgart e.V. / Tanzsportzentrum Stuttgart-Feuerbach e.V. 34. German Open Championships Meldeschluss: 04.08.2020 Startgebühr WDSF-Turniere: – Meldung bis 30.06.2020 36,- €/Paar/Tag – Meldung ab 01.07.2020 46,- €/Paar/Tag Gesamtes Turnier abgesagt!	22x15	08:00	HGR A/S LAT 91968 1. Runde Rising Star – nicht startberechtigt Platz 1–50 der WDSF-Weltrangliste
		08:00	JUN II B ST 91970 international offen und DTV-Rangliste	
			09:00	JUG B/A LAT 91971 WDSF Open Youth und DTV-Rangliste
			10:00	KIN II C KOMBI 91972 international offen (8 Tänze)
			15:00	HGR A/S ST 91973 2. Runde Rising Star bis Finale
			11:30	SEN III A/S ST 91974 2. Runde WDSF Open bis Finale
			14:00	SEN II A ST 91975 international offen

13. August

70174 Stuttgart Kongresszentrum Liederhalle 0171 6403687	Veranstaltergemeinschaft Tanzsportverband Baden-Württemberg e.V. / TSC Astoria Stuttgart e.V. / Tanzsportzentrum Stuttgart-Feuerbach e.V. 34. German Open Championships Meldeschluss: 04.08.2020 Startgebühr WDSF-Turniere: – Meldung bis 30.06.2020 36,- €/Paar/Tag – Meldung ab 01.07.2020 46,- €/Paar/Tag Gesamtes Turnier abgesagt!	22x15	08:00	HGR A/S ST 91978 1. Runde WDSF Grand Slam /DTV-Rangliste
		08:00	JUN I B LAT 91979 international offen	
			08:00	SEN II A/S LAT 91980 WDSF Open Senior II
			09:30	KIN I C LAT 91981 international offen
			09:30	WDSF-PD ST 91982 Open Master Class I
			11:30	HGR A/S LAT 91983 2. Runde Rising Star bis Finale
			12:00	KIN I C KOMBI 91984 international offen (6 Tänze)
			12:00	HGR A ST 91985 international offen
			12:00	U21 A/S ST 91986 WDSF Open U21
			14:00	WDSF-PD ST 91987 Super Grand Prix
			14:30	SEN IV A/S ST 91988 WDSF Open Senior IV
			22:00	PD LAT 91990 GOC PD Professional Latin Show

14. August

70174 Stuttgart Kongresszentrum Liederhalle 0171 6403687	Veranstaltergemeinschaft Tanzsportverband Baden-Württemberg e.V. / TSC Astoria Stuttgart e.V. / Tanzsportzentrum Stuttgart-Feuerbach e.V. 34. German Open Championships Meldeschluss: 04.08.2020 Startgebühr WDSF-Turniere: – Meldung bis 30.06.2020 36,- €/Paar/Tag – Meldung ab 01.07.2020 46,- €/Paar/Tag Gesamtes Turnier abgesagt!	22x15	08:00	KIN II C ST 91991 international offen
		08:00	SEN II A/S ST 91992 1. Runde WDSF Open Senior II und DTV-Rangliste	
			08:00	HGR A/S LAT 91993 1. Runde WDSF Grand Slam /DTV-Rangliste
			10:30	U21 A/S LAT 91994 WDSF Open U21
			11:30	HGR A/S ST 91995 2. Runde bis Finale WDSF Grand Slam
			12:00	JUN II B LAT 91996 international offen
			13:00	WDSF-PD ST 91997 Open Master Class II
			13:30	HGR A LAT 91998 international offen
			16:30	PD ST 91999 GOC PD Professional Rising Star

Anzeige

Gute Trainer – Bessere Leistungen

Tanzsporttrainer-Vereinigung

Qualifizierte Trainer aus Ihrer Region finden Sie unter: www.tstvev.de

Baden-Württemberg

Karlsruhe - Martin Buri

Tanzsporttrainer – Tanzlehrer Mobil: 0176-98437170
 Privatstunden – Workshops – Lectures E-Mail: info@martin-buri.de

Thierry Ball

Diplomierter Sportmental-Coach & Systemiker Telefon: 0173-3140674
 Mental-Coaching im Tanzsport E-Mail: kontakt@thierry-ball.de
 Privatstunden – Workshops – Impulsvorträge www.thierry-ball.de

Hamburg

Christine Heitmann

Deutsche Meisterin Standard
 mehrfache EM und WM-Finalistin
 Deutsche Vizemeisterin Profi Standard
 Privatstd. – Lectures – Workshops www.christine-heitmann.de
 Trainerin A E-Mail: christineheitmann@gmx.de

Nordrhein-Westfalen

Sybill Daute

Weltmeisterin über 10 Tänze
 3-fache Worldcupsiegerin über 10 Tänze
 3-fache Deutsche Meisterin über 10 Tänze
 WM-Finalistin Standard Mobil: 0151-41904835
 Trainerin – A E-Mail: sybill.daute@gmx.de

Schleswig-Holstein

Tanja Larissa & Thomas Fürmeyer

mehrfache Deutsche- und Europameister Professional
 Trainer A DOSB/DTV, WR S/WDSF Mobil: 0172-9779033
www.Fuermeyer.de E-Mail: Thomas.Fuermeyer@t-online.de

In diese Rubrik werden Trainer von
 Mitgliedsvereinen des DTV aufgenommen.

15. August

70174 Stuttgart
Kongresszentrum
Liederhalle
0171 6403687

Veranstaltergemeinschaft
Tanzsportverband
Baden-Württemberg e.V. /
TSC Astoria Stuttgart e.V. /
Tanzsportzentrum
Stuttgart-Feuerbach e.V.

34. German Open
Championships

Meldeschluss: 04.08.2020
Startgebühr WDSF-Turniere:
– Meldung bis 30.06.2020
36,- €/Paar/Tag
– Meldung ab 01.07.2020
46,- €/Paar/Tag

**Gesamtes Turnier
abgesagt!**

22x15	08:00	SEN II A/S ST	92001
		2. Runde bis Finale WDSF Open Senior II	
	09:00	JUG B/A KOMBI	92002
		international offen (10 Tänze)	
	09:30	JUN I B ST	92003
		international offen	
	10:00	HGR A/S LAT	92004
		2. Runde bis Finale WDSF Grand Slam	
	11:00	KIN I C ST	92005
		international offen	
	14:30	SEN I A/S LAT	92006
		WDSF Open Senior I	
	15:00	KIN II C LAT	92007
		international offen	
	17:00	PD LAT	92008
		GOC PD Professional Rising Star	

23. August

63477 Maintal-Dörnigheim
Berlinerstr. 64
Maintalhalle
0173 6577819

1. Maintaler TSC e.V.
Blau-Weiß
6. Bembelturnier
Info: www.maintalercs.de
Aktueller Zeitplan auf
Homepage Veranstalter
Absatzschonerpflicht
Startgebühr je 5,- €/Paar

**Gesamtes Turnier
abgesagt!**

17x11 PVC	11:00	SEN II C ST	90884
		SEN II B ST	90885
		SEN II A ST	90886
		SEN III C ST	90887
		SEN III B ST	90888
		SEN III A ST	90889
		HGR D ST	90890
		SEN II D ST	91046

28. August

24217 Schönberg/Holm
Tropischer Palmengarten
Festsaal im
Ostseeferienpark Holm
0151 5417278

Tanzsportgemeinschaft
Creativ Norderstedt e.V.
„Die Ostsee tanzt“
– Pokalturniere
Detaillierter Zeitplan ab
26.8.2020 abends unter
www.die-ostsee-tanzt.de
Turnierabsagen bitte per
E-Mail: thomas.fuermeyer
@t-online.de

ID-Kartenannahme schließt
60 Min. vor Turnierbeginn.
Startgebühr: je 15,- €/Paar
(bei Meldung bis 18.8.2020,
danach 20,- €), ab 2 Starts
10,- € pro Turnier/Tag bei
gleichzeitigem Check-in

18x12	09:00	SEN IV D ST	92833
		SEN IV C ST	92834
		SEN III D ST	92835
		SEN III C ST	92836
		SEN III B ST	92837
		SEN IV B ST	92838
		SEN III A ST	92839
		SEN IV A ST	92840
		SEN II D ST	92841
		SEN II C ST	92842
		SEN II B ST	92843
		SEN II A ST	92844
		SEN III D LAT	92845
		SEN II D LAT	92846
		SEN I D LAT	92847
		SEN III C LAT	92848
		SEN II C LAT	92849
		SEN I C LAT	92850
		SEN III B LAT	92851
		SEN II B LAT	92852
		SEN I B LAT	92853
		SEN III A LAT	92854
		SEN II A LAT	92855
		SEN I A LAT	92856
		SEN III S LAT	92857
		SEN II S LAT	92858
		SEN I S LAT	92859
		SEN IV S ST	92860
		SEN III S ST	92861
		SEN II S ST	92862

29. August

21423 Winsen
Borsteler Weg 20
Sportzentrum Jahnplatz
0151 52569734
oder 04171 72334

1. TC Winsen im
TSV Winsen von 1850 e.V.
**3. Niedersächsische
Landesmeisterschaften**
Alle Klassen offen NTV

Einlass Paare 60 Min. vor
jeweiligen Turnierbeginn!
Startgebühr je 5,- €/Paar

18x10	13:00	SEN III B ST	93062
	15:30	SEN III A ST	93063
	18:00	SEN III S ST	93064



COUTURE STOFFE ACCESSORIES

Oldenburger Straße 112, D-27753 Delmenhorst
www.edda-hsu.com, info@edda-hsu.com, Tel. +49 4221 987590

29. August

24217 Schönberg/Holm Tropischer Palmengarten Festsaal im Ostseeferienpark Holm 0151 54172778	Tanzsportgemeinschaft Creativ Norderstedt e.V. „Die Ostsee tanzt“ – Pokalturniere Detaillierter Zeitplan ab 26.8.2020 abends unter www.die-ostsee-tanz.de Turnierabsagen bitte per E-Mail: thomas.fuermeyer @t-online.de ID-Kartenannahme schließt 60 Min. vor Turnierbeginn. Startgebühr: je 15,- €/Paar (bei Meldung bis 18.8.2020, danach 20,- €), ab 2 Starts 10,- € pro Turnier/Tag bei gleichzeitigem Check-in	18x12	09:00	SEN III	D	ST	92864
				SEN III	C	ST	92865
				SEN IV	B	ST	92866
				SEN III	B	ST	92867
				SEN IV	A	ST	92868
				SEN III	A	ST	92869
				SEN II	D	ST	92870
				SEN II	C	ST	92871
				SEN II	B	ST	92872
				SEN II	A	ST	92873
				SEN I	D	LAT	92874
				SEN I	C	LAT	92875
				SEN II	D	LAT	92876
				SEN II	C	LAT	92877
				SEN III	D	LAT	92878

42103 Wuppertal Alte Freiheit 9 Einkaufszentrum City-Arkaden 0173 7225066	Grün-Gold-Casino Wuppertal e.V. 9. Wuppertaler Tanztag Startgebühr je 6,- €/Paar Gesamtes Turnier abgesagt!	12x8 Stein	12:00	HGR	D	LAT	92516
			13:00	HGR	C	LAT	92517
			14:00	HGR	B	LAT	92518
			15:00	HGR	A	LAT	92519

46117 Oberhausen Wittekindstr. 47 Clubheim TTC Oberhausen 0208 74152451	TTC Oberhausen e.V. Jugendmeeting Zeitplan wird nach Meldeschluss veröffentlicht. Startgebühr je 5,- €/Paar	17x12	12:00	JUG	D	LAT	92520
				JUG	C	LAT	92521
				JUG	B	LAT	92522
				JUG	A	LAT	92523

52070 Aachen Professor-Wieler-Str.12 0241 535300	TSC Schwarz-Gelb Aachen e.V. NRW-Pokal Endgültige Startzeiten werden 2 Tage nach Meldeschluss unter www. schwarz-gelb-aachen.de bekannt gegeben. Startgebühr je 6,- €/Paar	18x12	10:00	SEN II	D	ST	88627
				SEN II	C	ST	88628
				SEN II	B	ST	88629
				SEN II	A	ST	88630
				SEN III	D	ST	88631
				SEN III	C	ST	88632
				SEN III	B	ST	88633
				SEN III	A	ST	88634
				SEN IV	B	ST	88635
				SEN IV	A	ST	88636

30. August

24217 Schönberg/Holm Tropischer Palmengarten Festsaal im Ostseeferienpark Holm 0151 54172778	Tanzsportgemeinschaft Creativ Norderstedt e.V. „Die Ostsee tanzt“ – Pokalturniere Detaillierter Zeitplan ab 26.8.2020 abends unter www.die-ostsee-tanz.de Turnierabsagen bitte per E-Mail: thomas.fuermeyer @t-online.de ID-Kartenannahme schließt 60 Min. vor Turnierbeginn. Startgebühr: je 15,- €/Paar (bei Meldung bis 18.8.2020, danach 20,- €), ab 2 Starts 10,- € pro Turnier/Tag bei gleichzeitigem Check-in	18x12	09:00	SEN II	D	ST	92892
				SEN II	C	ST	92893
				SEN II	B	ST	92894
				SEN II	A	ST	92895
				SEN I	D	ST	92896
				SEN I	C	ST	92897
				SEN I	B	ST	92898
				SEN I	A	ST	92899
				SEN III	D	ST	92900
				SEN III	C	ST	92901
				SEN III	B	ST	92902
				SEN III	A	ST	92903
				SEN IV	D	ST	92904
				SEN IV	C	ST	92905
				SEN IV	B	ST	92906
	SEN IV	A	ST	92907			

45149 Essen Fullermer Str. 223 Clubhaus 0201 718116	casino blau-gelb essen e.v. Aktuelle Startzeiten nach Meldeschluss auf www.tanzsport-essen.de Startgebühr je 7,- €/Paar	17x12	10:00	SEN II	D	LAT	92537
				SEN II	C	LAT	92538
				SEN II	B	LAT	92539
				SEN II	A	LAT	92540
				SEN II	S	LAT	92541

46117 Oberhausen Wittekindstr.47 Clubheim TTC Oberhausen 0208 74152451	TTC Oberhausen e.V. Kinder/Junioren-Meeting Zeitplan wird nach Meldeschluss veröffentlicht Startgebühr je 5,- €/Paar	17x12	12:00	KIN I/II	D	ST	92524
				KIN I/II	C	ST	92525
				JUN I	D	ST	92526
				JUN I	C	ST	92527
				JUN I	B	ST	92528

46149 Oberhausen Brinkstr.31 Clubheim 0208 650365	TC Royal Oberhausen e.V. Tanztag Startgebühr je 5,- €/Paar	15x10	10:00	HGR	D	ST	92529
			11:00	HGR	C	ST	92530
			12:00	HGR	B	ST	92531
			13:00	HGR	A	ST	92532
			14:00	HGR II	D	ST	92533
			15:00	HGR II	C	ST	92534
16:00	HGR II	B	ST	92535			
17:00	HGR II	A	ST	92536			

48165 Münster Hansestr.74 0173 5203689	Die Residenz Münster e.V. Senioren-Turniertag Startgebühr je 5,- €/Paar	20x11	14:00	SEN III	S	ST	92542	
				SEN IV	S	ST	92543	
				SEN V	S	ST	92544	

52070 Aachen Professor-Wieler-Str.12 0241 535300	TSC Schwarz-Gelb Aachen e.V. NRW-Pokal Endgültige Startzeiten werden 2 Tage nach Meldeschluss unter www. schwarz-gelb-aachen.de bekannt gegeben Startgebühr je 6,- €/Paar	18x12	10:00	SEN II	D	ST	88637
				SEN II	C	ST	88638
				SEN II	B	ST	88639
				SEN II	A	ST	88640
				SEN III	D	ST	88641
				SEN III	C	ST	88642
				SEN III	B	ST	88643
				SEN III	A	ST	88644
				SEN IV	B	ST	88645
				SEN IV	A	ST	88646

65936 Frankfurt/Main -Sossenheim Siegenger Str. 22 Volkshaus 0177 1980177	Tanz-Sport-Club Telos e.V. Frankfurt LM Hessen D- u. C-Klassen offen DTV B-, A- u. S-Klassen nur HTV	18x13	11:30	SEN IV	D	ST	88268
			12:00	SEN IV	C	ST	88269
			12:45	SEN III	D	ST	88270
			13:30	SEN III	C	ST	88271
			14:30	SEN III	B	ST	88272
			15:45	SEN III	A	ST	88273
			16:45	SEN III	S	ST	88274

Einladungsturniere

28. und 29. August

24217 Schönberg/Holm Tropischer Palmengarten Festsaal im Ostseeferienpark Holm 0151 54172778	Tanzsportgemeinschaft Creativ Norderstedt e.V. „Die Ostsee tanzt“ 28.08.2020 Anti-Aging-Trophy 70+ 29.08.2020 Anti-Aging-Trophy 75+ und Anti-Aging-Trophy 80+ Detaillierter Zeitplan ab 26.8.2020 abends unter www.die-ostsee-tanz.de Turnierabsagen bitte per E-Mail: thomas.fuermeyer @t-online.de ID-Kartenannahme schließt 60 Min. vor Turnierbeginn. Startgebühr: je 15,- €/Paar (bei Meldung bis 18.8.2020, danach 20,- €), ab 2 Starts 10,- € pro Turnier/Tag bei gleichzeitigem Check-in	18x12	28.08.2020	18:00	SEN IV	A/S	ST	92863		
				18x12	29.08.2020	18:00	SEN IV	A/S	ST	92891

Turniere TAF

29. August

44809 Bochum Berggate 69	VfL Bochum 1848 e.V., TSA TAF German Masters Discofox 2020 Ansprechpartner: Nadine Schulze Telefon: 0160-95334358 E-Mail: nadine.schulze@vfl-tanzen.de http://www.vfl-tanzen.de Tanzfläche: 13x9	Disziplin: Discofox Klasse: Frei, Klasse C, B, A, S, Sichtung Kategorie: Paare Altersgruppe: Erwachsene, Erwachsene 2, Erwachsene 3, Junioren Discofox
------------------------------------	--	--

Anzeige

Tanzsport-Trainer mit A-Lizenz

Klaus Genterczewsky

Kurfürstenstraße 58-60 Mobil: 0179-3238036
56068 Koblenz klausgenterczewsky@hotmail.com

Oliver Kästle

– Diplomsportlehrer DSHS – Telefon: 0221-544781
In der Lößbörde 12, 50859 Köln E-Mail: okaestle@t-online.de
www.profitanzen.de

Udo und Ute Rosanski Mobil: 0151-127816-50 (Ute) – 49 (Udo)
13581 Berlin Telefon: 030-35139955
E-Mail: u.rosanski@t-online.de Telefax: 030-35130529

Udo Schmidt

Willringhauser Straße 6 Telefon: 02333-973915
58256 Ennepetal Telefax: 02333-973916
www.tanzen-ist-musik.de

Anne-Lore Zimmermann

Feldenkrais Pädagogin Mobil: 01522 8736019
83410 Laufen/Bayern www.freedom-of-movement.de
www.dancesmartnow.com



Fachorgan des Deutschen Tanzsportverbandes e.V. im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Herausgeber: Deutscher Tanzsportverband e.V.
Adresse siehe rechts auf dem Rand | E-Mail: tanzspiegel@tanzsport.de
ISSN 0931-5640
Kontoinhaber: Deutscher Tanzsportverband e.V.
IBAN: DE08 5065 2124 0034 1166 24 BIC: HELADEF1SL

Geschäftsführerin: Ute Hillenbrand
DTV-Pressesprecherin: Gaby Michel-Schuck
Chefredaktion: Sandra Schumacher
Anzeigenverwaltung: Lara Ilène Schwitter

Ausschuss für Öffentlichkeitsarbeit

Baden-Württemberg: Lars Keller, Tel.: 0711-34238310, Mobil: 0170-2939122,
E-Mail: keller@tbw.de

Bayern: Mila Scibor, Mobil: 0177-6872577, E-Mail: presssprecher@ltvbv.de

Berlin: Nils Bengel, E-Mail: nils.bengel@tv-berlin.de

Brandenburg: Helmut Lindmair, Mobil: 0160-96729688,
E-Mail: pressewart@tanzsport-brandenburg.de

Bremen: Ralf Hertel, Tel./Fax: 04743-949928, Mobil: 0160-3548206,
E-Mail: presse@tvtbremen.de

Hamburg: Stefanie Nowatzky, Mobil: 0171-7474883,
E-Mail: stefanie.nowatzky@hatv.de

Hessen: Cornelia Straub, Tel.: 06074-90362, Mobil: 0172-6731997,
E-Mail: cornelia.straub@gmx.com

Mecklenburg-Vorpommern: Mario Wittkopf, Mobil: 0170-7529267,
E-Mail: mario.wittkopf@t-online.de

Niedersachsen: Martina Lotsch, Mobil: 0172-5248673,
E-Mail: presssprecher@ntv-tanzsport.de

Nordrhein-Westfalen: Volker Hey, Tel.: 0211-6025348, Mobil: 0173-4140316,
E-Mail: volker.hey@tnw.de

Rheinland-Pfalz: Christine Reichenbach, Tel.: 06307-9126827, Mobil: 0160-91077000,
E-Mail: presse@tanzen-in-rlp.de

Saarland: Oliver Morguet, Tel.: 06831-122597, Mobil: 0170-2836835,
E-Mail: oli.morguet@t-online.de

Sachsen: Rebecca Unger, Mobil: 0177-4803132,
E-Mail: pressewart@faszination-tanzen.de

Sachsen-Anhalt: Jette Schimmel, Tel.: 0345-5604202, Mobil: 0151-50407545,
E-Mail: jette.schimmel@yahoo.de

Schleswig-Holstein: Dr. Bastian Ebeling, Mobil: 0176-48101293, Fax: 03212-1086862,
E-Mail: ebeling@tanzen-in-sh.de

Thüringen: N. N.

Deutscher Rock'n'Roll- und Boogie Woogie Verband e.V.: Rüdiger Menken,
Tel.: 035205-74489, Mobil: 0173-6861735, E-Mail: vizepraesident@drbv.de

Deutscher Verband für Garde- und Schautanzsport e.V.: Sigrid Klemenz,
Mobil: 01578-0481123, E-Mail: presssprecher@dvg-tanzsport.de

Deutscher Twirling-Sport-Verband e.V.: Ann-Kristin Hildenhagen,
E-Mail: pressereferent@twirling.de

Deutscher Verband für Equality-Tanzsport e.V.: Henry Döllitzsch,
E-Mail: henry.doellitzsch@equalitydancing.de

Bundesverband für karnevalistischen Tanzsport in Deutschland e.V.:
Michael Danz, Tel.: 0361-3450085, E-Mail: danz@tanzsport-karnevaldeutschland.de

Bundesverband für Country- & Westertanz Deutschland e.V.: N. N.,
E-Mail: pressewart@bfcw.com

Bundesverband für Seniorentanz e.V.: Geschäftsstelle, Tel.: 0421-441180,
E-Mail: verband@seniorentanz.de

TAF Germany e.V.: Alexander Ratkovic, Tel.: 0711-9371926,
E-Mail: alexander@taf-germany.de

American Football Verband Deutschland e.V.: Robert Huber,
Tel.: 06104-4099092, E-Mail: r.huber@afvd.de

Tanzsporttrainer-Vereinigung e.V.: Stephan Frank,
Mobil: 0172-7888338, E-Mail: coach@holocoach.de

Vertreter der DTSJ: Eva Maria Sangmeister, E-Mail: eva.sangmeister@btsj.de

Beauftragter für das Internet: Tobias Hock, Tel.: 0241-92042682,
E-Mail: hock@tanzsport.de

DTV-Präsidium

Präsidentin: Heidi Estler, Mobil: 0172-9351531, E-Mail: estler@tanzsport.de

Vizepräsident: Thomas Wehling, Mobil: 0151-52557175, E-Mail: wehling@tanzsport.de

Vizepräsident: Dr. Tim Rausche, Mobil: 0151-25345900, E-Mail: rausche@tanzsport.de

Schatzmeister: Markus Sónyi, Mobil: 0171-7523259, E-Mail: sonyi@tanzsport.de

Sportwart: Michael Eichert, Mobil: 0172-3554673, E-Mail: eichert@tanzsport.de

Lehrwart: Birgit von Daake, Tel.: 05161-945555, E-Mail: vonDaake@tanzsport.de

Pressesprecherin: Gaby Michel-Schuck, Mobil: 0170-1874555,
E-Mail: michel@tanzsport.de

Jugendwartin: Sandra Bähr, Mobil: 0173-5850200, E-Mail: baehr@tanzsport.de

Vertreter der Fachverbände: Falk Scheibe-In der Stroth, Mobil: 0160-5511453,
E-Mail: scheibeinderstroth@tanzsport.de

Geschäftsführerin: Ute Hillenbrand, Tel.: 069-677285-33, Fax.: 069-677285-30,
E-Mail: hillenbrand@tanzsport.de

Design: Currydesign | Uwe Möller | Karlsruhe

Layout & Herstellung: Quintana GmbH | Cuxhaven

Druck & Verarbeitung: Henrich Druck + Medien GmbH | Frankfurt

Deutscher Tanzsportverband e.V. gegr. 1921

Fachverband für Tanzsport im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB)

Geschäftsstelle:

Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main
Telefon: 069 677285-0
Telefax: 069 677285-30
E-Mail: dtv@tanzsport.de
http://www.tanzsport.de

Bürostunden:

Mo.–Do. 9.00 bis 16.00 Uhr
Fr. 9.00 bis 15.00 Uhr



Die Verwendung des Logos, so wie es ist, ist allen Mitgliedsvereinen im DTV gestattet. Eine Veränderung an den Logos oder ein Ein-/Umbau für den Verein oder ähnliches ist nicht gestattet.

Anzeigen und Erscheinungsweise

Z. Zt. gültige Anzeigenpreisliste Nr. 1 vom 1.1.2019 für die Gesamtausgabe.

Anzeigenpreise für die Gebietsausgaben auf Anfrage.

Preise für Kleinanzeigen (netto zzgl. gesetzl. MwSt.)

- je angefangene Zeile 15,50 €
- Chiffre-Anzeige je angefangene Zeile 18,00 €
- Die Zuschriften auf Chiffre-Anzeigen werden kostenlos zugesandt.

Der Tanzspiegel erscheint monatlich und kommt am 25. des Vormonats zum Versand.

Redaktions- und Anzeigenschluss

5 Wochen vor dem Versandtermin.

Abonnement

Inland – Bezugspreis jährlich: 40,00 €
inkl. Postzustellung durch Postzeitungsverband.
Ausland – Bezugspreis jährlich: Europa: 55,00 €
Übersee: 68,00 €
inkl. Versandkosten. Versand ins Ausland nur gegen Vorkasse.

Kündigungsfrist

3 Monate vor Jahresende.

Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion gestattet. Einsender von Manuskripten, Briefen u. ä. erklären sich mit redaktioneller Bearbeitung einverstanden. Einzelne Beiträge müssen nicht in allen Fällen die Meinung der Redaktion wiedergeben. Die Redaktion haftet nicht für unverlangte Einsendungen.

Adolf Bernd verstorben

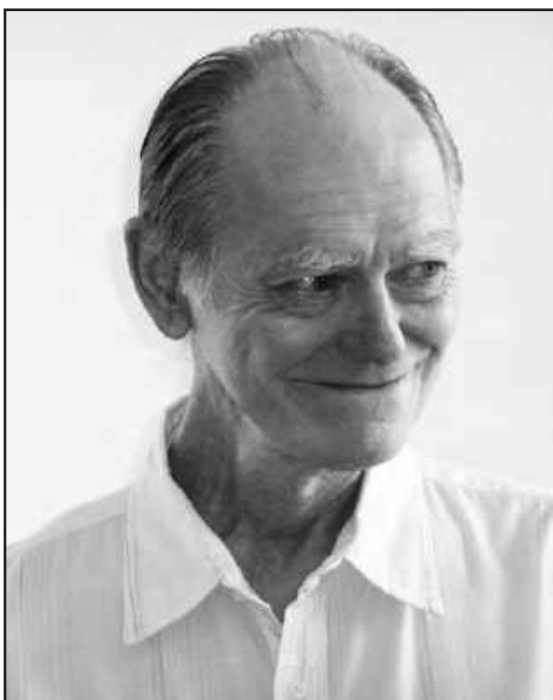
*8.4.1950 †10.6.2020

Seinen Ruhestand konnte Adolf Bernd nur knapp fünf Jahre lang genießen. Der langjährige Mitarbeiter in der DTV-Geschäftsstelle verstarb am 10. Juni im Alter von 70 Jahren an der Krebserkrankung, die ihn 2009 heimgesucht hatte.

Adolf Bernd war gelernter Steinmetz. Nach dieser Ausbildung absolvierte er das Studium der Sozialarbeit und schuf damit die Grundlage, um sich auch beruflich voll und ganz dem Tanzsport zu widmen. Er hatte selbst bis zur S-Klasse in beiden Sektionen getanzt und später die Turnierleiter- sowie die Wertungsrichter A-Lizenz erworben. 1992 übernahm er in der DTV-Geschäftsstelle (damals noch in Neu-Isenburg) die Position des Jugendreferenten. Er quartierte sich in einem möblierten Zimmer ein und fuhr spätestens zum Wochenende nach Hause – nach

Kaiserslautern. Sein ausgeprägtes „Hinnerpälzisch“, hochdeutsch „Westpfälzisch“ genannt, zeugte für seine Heimatverbundenheit. Aber Adolf Bernd sprach auch ausgezeichnet Englisch und Französisch und organisierte viele Jahre lang den deutsch-französischen Jugendaustausch der Tanzsportjugend. Für die jährliche Jugendfreizeit übernahm er den Materialtransport genauso wie für die Bundeswertungsrichterschulungen in Bad Harzburg oder Bad Kissingen, für Verbandstage oder andere DTV-Veranstaltungen. Aber er brachte auch die Musikanlage für den langjährigen zweiten Spielort von Hessen tanzt, die Fabriksporthalle im Frankfurter Osten, an den Ort des Geschehens und sorgte zwei Tage lang für die musikalische Begleitung des Turniergeschehens. Das war natürlich ehrenamtlich, aber bei Adolf Bernd verwischten sich bisweilen die Grenzen zwischen beruflichem und ehrenamtlichen Engagement – sehr zum Entsetzen der Geschäftsführung, die aus arbeitsrechtlichen Gründen auf die Einhaltung der Arbeitszeit bestehen musste und an den von Adolf Bernd aufgehäuften Urlaubstagen und Überstunden schier verzweifelte.

Ab November 2000 war Adolf Bernd in der Geschäftsstelle als Sportreferent für den Leistungssport zuständig. Michael Eichert, seit 1993 als Schriftführer und seit 1997 als Sportwart im DTV-Präsidium, bezeichnet die langjährige Zusammenarbeit als „wirklich hervorragend, freundschaftlich, fruchtbar und harmonisch. Die



Adolf Bernd. Foto: DTV-Archiv

Paare liebten ihn, weil er jederzeit hilfreich für sie erreichbar war. Für ihn war sein Beruf Berufung. Er war 7 Tage 24 Stunden für "seine" Paare und Formationen da.“ Ja, auch seine private Telefon- und Faxnummer, später natürlich auch die E-Mail-Adresse, waren in Tanzsportkreisen hinlänglich bekannt und wurden genutzt, wenn ein nach Ansicht des betroffenen Aktiven unaufschiebbares Problem auch noch am Freitagabend oder gar am Wochenende gelöst werden musste. Natürlich war Adolf Bernd auch zur Stelle, wenn es wirklich ernst war. So erinnert sich Michael Eichert an das Erdbeben im März 2011 in Japan: „Beispielhaft war unter vielen anderen Gelegenheiten die Rückholaktion für unsere Spitzenpaare bei dem schweren Erdbeben in Japan, wo wir gemeinsam Tag und Nacht am Telefon verbrachten.“

Als Adolf Bernd 2009 erkrankte und für rund anderthalb Jahre ausfiel, mussten die Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle zügig alles übernehmen, was sonst immer „der Herr Bernd“ gemacht hatte. Und das war sehr viel. Vor allem mussten sich einige „Stammkunden“ daran gewöhnen, dass nicht noch ein Visumantrag in letzter Minute oder am späten Freitagnachmittag ein Startbuch für den nächsten Tag ausgestellt wurde. Adolf Bernd war gutmütig bis zur Selbstverleugnung, aber in der Beziehung wirklich nicht zu ersetzen.

Ende August 2015 ging Adolf Bernd in den Ruhestand. Bundessportwart Michael Eichert und der damalige Schatzmeister Karl-Peter Befort kamen zum Abschied in die Geschäftsstelle nach Frankfurt und bedankten sich für die langjährige Zusammenarbeit. Die Kolleginnen und Kollegen der Geschäftsstelle hatten die Turnier- und Sportordnung (aktuelle Fassung, das wurde eigens betont) in rotes Leder binden lassen mit dem individuellen Aufdruck »Zur Erinnerung an 8552 Tage DTV«.

Das Präsidium des Deutschen Tanzsportverbandes und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der DTV-Geschäftsstelle sprechen den Angehörigen ihr tiefes Mitgefühl aus und werden Adolf Bernd ein ehrendes Andenken bewahren. (usr)

Das Präsidium von Tanzsport Deutschland

ICH
DEIN
AUTO

ab mtl. **279 €**

12-MONATS-NEUWAGEN-ABO*

RENAULT KADJAR

1.3 L | 140 PS | BUSINESS EDITION



ALLES DRIN - AUSSER TANKEN:

UNSER *NEUWAGEN-ABO: KFZ-Versicherung, KFZ-Steuer, Überführungs- und Zulassungskosten, 12 Monate Vertragslaufzeit, 20.000 km Freilaufleistung, keine Anzahlung & keine Schlussrate.

*Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Stand: 10.06.2020.



ICH BIN DEIN AUTO | Tel.: 0234 95128-40 | www.ichbindeinauto.de

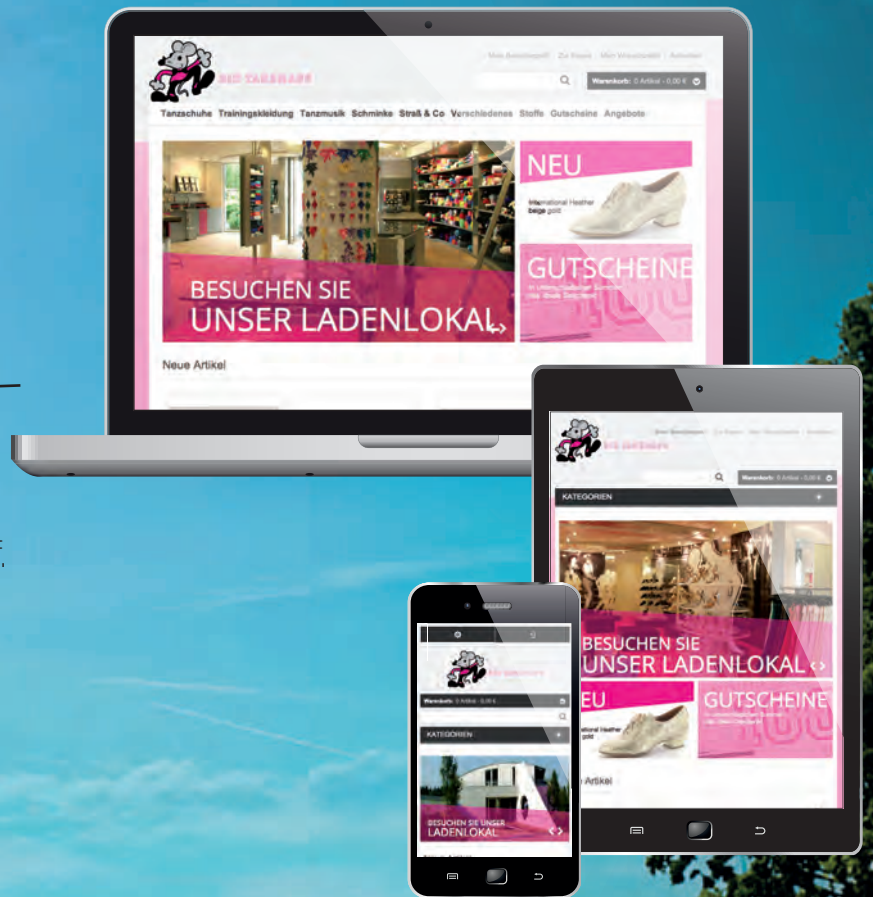
Partner des:



Schuhe . Kleidung . Strass
Stoffe . Schminke . Zubehör etc.

**Viele neue Angebote unter
www.Tanzmaus.de**

und in unserem Ladenlokal in Düsseldorf.
Eigene Parkplätze direkt vor der Tür.



IHR PROFI FÜR TANZSPORT- BEDARF



DIE TANZMAUS