



**Wild-West-  
Wirbel:  
Square-  
dancer  
in Aktion**

bedeutet das: schnell und flexibel reagieren. Nicht einmal die Paare bleiben zusammen – zwischendrin tanzt jeder mit jedem. Das schult nicht nur Koordination und Konzentration, sondern auch Anpassungs- und Teamfähigkeit.

Damit alles klappt, müssen die Teilnehmer die einzelnen Figuren und ihre englischen Titel perfekt beherrschen.

### Clubs und Informationen

Adressen von Square-Dance-Clubs erhalten Sie bei der **European Association of American Square Dancing Clubs**, Telefon 01 77/8 63 98 96, oder im Internet unter [www.eaasdc.de](http://www.eaasdc.de)

Die Ausbildung, auch Class genannt, beginnt meist im Herbst und dauert etwa ein halbes Jahr. Das Erlernen der Bewegungsabläufe fordert dem Gedächtnis einiges ab. Aber die Mühe lohnt sich. Da die Bezeichnungen international einheitlich sind, kann jeder, der die Figuren beherrscht, weltweit mittanzen.

Doch Square Dance ist nicht nur erholsam. Bis zu acht Kilometer pro Abend legt ein fleißiger Tänzer angeblich im Takt der Musik zurück. Da ist es wenig verwunderlich, dass im Bürgeraal so manchem Paar der Schweiß auf der Stirn steht. Einige legen schon die erste Verschnaufpause ein und stärken sich mit Apfelschorle.

„Square Dance trainiert die Ausdauer, fördert soziale Kontakte und hilft,

Stress abzubauen“, betont der Verbandsarzt des Deutschen Tanzsportverbandes, Thomas Wirth. Ausüben kann den Sport fast jeder, denn Altersgrenzen gibt es keine.

„In unserem letzten Anfängerkurs befanden sich Personen von unter 20 bis über 70 Jahren“, sagt Ninaus. Nur für Menschen, die ihre Bewegungsabläufe schlecht koordinieren oder sich nicht entsprechend belasten können, ist Square Dance ungeeignet.

### Nicht nur für Westernfans

Man muss nicht unbedingt Westernfan sein, um an dem Tanz Gefallen zu finden. „Im Gegenteil“, sagt Stefan Lankutis, Präsident des ältesten deutschen Square-Dance-Clubs, der Beaux & Belles Frankfurt, „musikalisch geht der Trend eher weg von den Country-Liedern, hin zu Rock, Klassik und Musical.“

So viel Spaß der Tanzsport macht – auch Georg Ninaus braucht ab und zu eine Pause. Erschöpft lässt er sich auf einen Stuhl fallen und wischt sich den Schweiß von der Stirn. „Da ist das Handtuch am Gürtel richtig praktisch“, meint er lachend. Lange bleibt der Ingenieur aber nicht sitzen. Schon bald springt er auf und zieht seine Frau wieder auf die Tanzfläche.