

Solotanz-Vorbereitungslehrgang in Göttingen



Solotanz-Vorbereitungslehrgang Während andere noch das faule Feriendasein nach Weihnachten und Sylvester genossen, ging es für 7 Läuferinnen der TGS-Ober-Ramstadt turbulent zu. Sie hatten die Möglichkeit beim Vorbereitungslehrgang Solotanz und Rolltanz des Deutschen Rollsport- und Inline-Verbands in Göttingen teilzunehmen. An diesem Saisonauftakt nahmen ca. 100 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von Kiel bis Freiburg, Berlin bis Wuppertal teil. Bei den international erfahrenen Spitzentrainern Cinzia Bernadi und Alessandro Spigai sowie der deutschen Bundestrainerin Annette Ziegenhagen-Gielnik und weiteren fachlich ausgezeichneten Coaches konnten sie sich vom 04.01.-06.01.2019 in sechs verschiedenen Alterskategorien auf die kommende Saison vorbereiten und wichtige Elemente des Solotanz erlernen und verfeinern. Die beim TGS neu aufgebaute Sparte innerhalb des Rollkunstlaufs, „Solotanz“, wurde in den Kategorien Mini (bis 2008), Espoir (2006-2007), Cadet (2004-2005) und Senior (ab 2000) beim Lehrgang vertreten. Wer bis dahin dachte, tanzen sei eben nur tanzen, wurde schnell eines Besseren belehrt. In Teildisziplinen wie Konditionstraining, für Ausdauer und Muskelkraft, Ballett, Verbesserung der Haltung, und Tanzgymnastik, für Ausdruck, wurden die Kompetenzen der Tänzerinnen und Tänzer erweitert. Der Schwerpunkt des Lehrgangs lag aber in der Verfeinerung der beim Solotanz relevanten technischen Grundlagen. Neben dem harten Trainings gab es ausreichend Gelegenheit zum Fachsimpeln und Erfahrungsaustausch. Viele neue Kontakte konnten geknüpft werden. Ein großer Dank gilt dem austragenden Verein 1. RC Göttingen e.V., der durch eine tolle Organisation, leckerem Catering und bester Laune zum Erfolg des Lehrgangs beitrug.