

Bericht über das 39. Ostsee Tanzsportseminar vom 27.03. – 02.04.2015

In dem Zeitraum vom 27.03. bis 02.04.2015 fand in Heiligenhafen das 39. Ostsee Tanzsportseminar statt.

Wir haben zum ersten Mal daran teilgenommen und waren schon am ersten Abend beim Empfang und Gala-Dinner positiv überrascht. Jeder wurde persönlich begrüßt und erhielt die Seminarunterlagen. Nach dem sehr guten und abwechslungsreichen Buffet stellten sich alle Paare kurz vor. Dabei stellte sich heraus, dass viele Paare schon zum wiederholten Male dabei sind. Wir selbst tanzen in der Senioren III C und wünschten uns, im Wesentlichen unserer Tanztechnik zu verbessern.

Am darauffolgenden Tag begann dann das eigentliche Tanzseminar. Die Teilnehmer wurden in zwei Gruppen aufgeteilt, so dass die Gruppengröße ein gutes Training ermöglichte und die Trainer auch den einzelnen Paaren Tipps geben konnten. Am ersten Tag ging es im Wesentlichen um Haltungsaufbau und Grundlagen. An den weiteren 5 Tagen wurden technischen Grundlagen für jeweils einen Tanz (Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Slow Foxtrott, Quickstepp und Tango) beigebracht und vertieft. Während der täglich zwei Doppelstunden war man voll gefordert, konnte aber gut folgen und bekam viele praktische Tipps, wie man seine Tanztechnik verbessern kann.

Neben den auf den jeweiligen Tanz bezogenen Trainingseinheiten gab es täglich weitere Seminarinhalte, wie z. B. Fitness- und Aufwärmtraining, Posen, Turnier-Präsentation und für die Damen an vier Tagen Schminkkurse mit unterschiedlichem Inhalt.

Zu den Zeiten, an denen keine Trainingseinheit stattfand, konnte man immer frei trainieren. Dazu wurde die Tanzfläche geteilt, so dass immer genug Platz war, um gut trainieren zu können. Zweimal standen beim freien Training auch die Trainer für Fragen zur Verfügung.

Neben dem Tanzen lernten wir auch einige Paare näher kennen, man tauschte sich aus, half sich gegenseitig bei Tanzfragen, ging zusammen Essen oder Kaffee trinken. Highlight war beim Rahmenprogramm der Ostseeabend mit Quiz und Kegelspaß. Der gesamte Rahmen des Tanzsportseminars war sehr gelungen und man fühlte sich stets wohl, auch wenn es natürlich anstrengend war. Am letzten Tag gab es dann noch ein gemeinsames Kaffeetrinken mit Showprogramm.

Die Zeit verging, wie im Flug. Wir haben viel an neuen Eindrücken mitgenommen und können jetzt beim weiteren Training einiges aufarbeiten, was uns gezeigt wurde.

Renate und Wolfgang Eisenhart