



Main-Kinzig

Ihre Redaktion
Anne Zegelman
(06101) 800732
badvilbel@fnp.de

Orchestermusik als Höhepunkt

Nidderau. Am kommenden Wochenende findet das jährliche Orchesterkonzert der Musikschule Nidderau, Schöneck, Niederdorfelden in der Kultur- und Sporthalle Heldenbergen, Friedberger Straße 92, statt. Das Auswahl-Sinfonieorchester und die Jungen Sinfoniker haben ein sinfonisches Programm erarbeitet. Das Konzert beginnt am Samstag um 19 Uhr und am Sonntag um 17 Uhr. Beide Konzerte kosten keinen Eintritt. *cwi*

Drei Kilometer durch Ostheim

Nidderau. Im Zuge der zehnten Naturschutz-Erlebnistage Hessen laden die Ostheimer Vogelschützer, die Jäger und der Obst- und Gartenbauverein Ostheim für Sonntag, 31. Mai, zu einer geführten, drei Kilometer langen Wanderung durch die Ostheimer Gemarkung ein. Unter dem Motto „Biologische Vielfalt in Hessen erleben“ wird an verschiedenen Haltepunkten über den Vogelschutz und die Hege informiert. Die Interessierten treffen sich um 10 Uhr, rechts am Waldrand an der Chaussee von Ostheim nach Rommelhausen (L 5547). Informationen unter Telefon (06187) 3488 oder E-Mail Herrmann-nidderau@t-online.de. *cwi*

Heute wird wieder erzählt

Schöneck. Es wird wieder nach Herzenslust erzählt und erinnert: Die Nachbarschaftshilfe Schöneck lädt für den heutigen Freitag, 29. Mai, zu einem weiteren Teil der beliebten Reihe Erzähl-Café ein. Das gesellige Treffen findet von 15 bis 17 Uhr im Treffpunkt am Kirchplatz 1a in Kilianstädten statt, eine Anmeldung ist nicht nötig. *cwi*

Tanzen aus dem Bauch heraus

Sport wie aus Tausendundeiner Nacht: Der SV Oberdorfelden bietet Kurse für orientalische Bewegungen an



Übungsleiterin Nuran Zinnel tanzt mit Hilfe eines Tuches den Orientalischen Tanz.

Fotos: Georgia Lori

Übungsleiterin Nuran Zinnel entführt Tänzerinnen in den Orient. An Teilnehmerinnen, die Freude an grazilen Bewegungen, schillernden Kostümen und rhythmischer Musik haben, mangelt es nicht.

■ Von Georgia Lori

Schöneck. Sie üben ohne und mit Musik. Die Finger bewegen sich grazil, das Becken beschreibt kleine Kreise und die Schritte werden fast vorsichtig auf den Fußboden der Nidderhalle gesetzt. Die Bewegungen sehen anmutig aus, wirken beinahe verführerisch. Fast könnte man vergessen, dass man sich in Oberdorfelden befindet – und nicht in Marrakesch, Kairo oder einem anderen Ort der arabischen Welt.

„Linke Seite drehen, Hände tauschen, drop, kick, drop, kick, rechtes Bein vor und zurück, kick, kick!“ Die Tanzbefehle Nuran Zinnels folgen schnell und konzentriert. Die Frauen üben sich in den Bewegungen und Schrittcombinationen, den Blick nur zu Beginn immer fest auf die Leiterin gerichtet. Anfänger lernen zunächst die Technik der Bewegungen und die Koordination. Zu Beginn stehen einfache Bewegungen für Schultern, Hüfte oder Arme. Doch für Einsteiger ist auch das bereits eine Herausforderung. Die ungewohnten Bewegungen bereiten schnell Muskelkater.

Nuran Zinnel kennt den Grund. Denn, wenn der Mensch sich im Alltag bewegt, arbeiten meist viele Muskeln zusammen. Typisch für den Bauchtanz oder Orientalischen Tanz sind jedoch die isolierten Bewegungen einzelner Körperpartien. Es ist schwierig nachzuvollziehen, wenn sich ein Teil des Oberkörpers bewegt, während ein anderer Teil stillsteht, oder sich in einem völlig anderen Rhythmus bewegt. Im Kurs werden die Bewegungen dann nach und nach kombiniert.

Es gibt nur wenige Männer, die den Orientalischen Tanz selbst lernen möchten. Die meisten Teilnehmer von Bauchtanz-Kursen sind Frauen. Doch sie kommen meist nicht ohne Grund. Einigen Frauen gefällt es nicht, wenn der Mann den Ton angibt, wie beim Tango, oder sie haben keinen Partner, den sie beim Salsa benötigen. Beim Bauchtanz entdecken viele Frauen

ihren eigenen Körper wieder und können solo tanzen.

„Ich wollte mit meinem Mann Standard tanzen, doch er wollte nicht. Eine Freundin hat mir vom Bauchtanz erzählt und ich habe es ausprobiert“, sagt die Teilnehmerin Johanna. Die Bewegungen und die Schrittfolgen machen der 44-jährigen Spaß. Zum eineinhalbstündigen Training kommt sie aus Niederdorfelden. Die fließenden, harmonischen Bewegungen machen auch der 42-jährigen Claudia aus Schöneck Spaß, reizen zum Weitermachen. Sie schwärmt vom Rumpfnacken-Training. Auch Hüfte, Bauch, Beine, Arme würden trainiert, sagt sie. Der Orientalische Tanz mache viel Spaß.

Bis zum kleinsten Finger

Die über 50 verschiedenen Bewegungen und Schrittcombinationen sind auch für Ungeübte ein Ganzkörpertraining. Sie kräftigen nicht nur die Muskulatur, sondern lösen auch Verspannungen. Zinnel weiß, dass eine fünfminütige Schlängelbewegung der Oberarme jeden Muskel bis zum kleinen Finger trainiert.

Breitbeinig stehen die Tänzerinnen vor dem wandhohen Spiegel. Die Haltung verlagert den Körperschwerpunkt in das Becken. „Tanzen macht die Frauen frei. Durch

das Tanzen können sie Hemmungen abbauen, werden locker, knüpfen untereinander Kontakte“, sagt Zinnel. Die 60-jährige Türkin lehrt die ägyptische Richtung des Bauchtanzes.

Münzen klimpern am Tuch

Für Ägypter gehört der Tanz zur gehobenen Unterhaltungskultur und fehlt bei keiner Hochzeitsfeier. Ursprünglich komme der Bauchtanz jedoch aus Indien, sagt Zinnel während einer Pause.

Schon 15 Jahre unterrichtet sie orientalischen Tanz, nicht nur in Gemeinschaftshäusern wie in Oberdorfelden. Sie gibt auch Volkshochschul-Kurse in Friedberg und Frankfurt-Höchst. Die Kurse in Oberdorfelden werden ganzjährig angeboten. Träger ist der SV Oberdorfelden.

Die Frauen tanzen sehr konzentriert, folgen den Kommandos der Übungsleiterin. „Rechtskick, Linkskick, zurück, Hüftkreis“, befiehlt Zinnel. Sie ist so vertieft in ihre Arbeit, dass sich kein Lächeln auf ihren Lippen zeigt. Manchmal tanzen die Frauen mit Schleier, Stock oder einem Hüfttuch. An dem Tuch sind Münzen befestigt, die bei jeder Bewegung klimpern und eine Musik erzeugen, die nur der orientalische Tanz in dieser Weise möglich macht.



Johanna und Claudia (von links) üben ägyptische Bewegungen.

SERVICE Orientalisch fit werden

Fit werden und Spaß dabei haben: Damen, die gerne den orientalischen Tanz lernen möchten, können jederzeit einsteigen. Sie bekommen Informationen bei Vera

Engler unter der Telefonnummer (06187) 952005 oder online unter: www.svoberdorfelden.de. Dort können sie sich auch anmelden. *gia*