

Entscheidung zwischen Musik und Sport?

Die ist nicht mehr nötig. Steptanz bietet beides. Schritt für Schritt haben wir es ausprobiert

Von Corinna Ten-Cate

Wetter. Dadata, dadata, dacka. Der Rhythmus halt durch das Studio, bringt den Holzboden zum Vibrieren. Es klingt und groovt. Dabei gibt keine Band den Rhythmus vor – sondern Füße. Beim Steptanz sind sie die Musik, der Takt. „Zur ersten Hälfte sind wir Percussionist, erst zur anderen Hälfte Tänzer“, erklärt Vera Schimetzek. Den Begriff Percussion kennt man sonst nur aus dem Bereich der Schlag- und Effektinstrumente. Da man auch das Händeklatschen als älteste Form von Percussion verstehen kann, ist verständlich, dass Steppen, was ja gewissermaßen als Klatschen mit den Füßen beschrieben werden kann, auch dazu zählt. Bei dieser Sportart spielt man also gleichzeitig auch ein Instrument.



Der Praxistest

Heute: Steptanz

Vera Schimetzek ist begeisterte Steptänzerin und Lehrerin. Und heute wage ich mich das erste Mal in Steptanz-Schuhen aufs Parkett. Doch noch sind die anderen dran. Der „Anfänger-Kurs mit Vorkenntnissen“ trainiert im Studio Battuta Tap. Vor der großen Spiegelfläche im Hagener Postsportheim gehen die Tänzer immer wieder die Choreographie durch. Schritt für Schritt. Tap für Tap. „Lockstep. Drehung. Break und dann Twist auf der Ferse“ gibt die Wetteranerin die Richtung vor. Mir sagen die „Kommandos“ nicht viel, aber getanzt sieht es gut aus – und hört sich gut an. Auch wenn beim heutigen Training aufgrund der Grippewelle einige fehlen: Die drei Tanzschülerinnen bringen viel Rhythmus und

Spaß in das Sportlerheim. „Steptanz hat mich schon als Kind fasziniert. Mit meinen Großeltern habe ich immer die Filme mit Fred Astaire geschaut“, erzählt Tanzschülerin Kirsten Klima in einer kurzen Pause. Mittlerweile steppt sie seit zwei Jahren selbst. Zwischen 14 und 66 Jahre alt sind die Tänzer, die hier gemeinsam trainieren. „Steptanz ist für jede Altersstufe etwas“, sagt die Trainerin. Das kann Christa Löbe bestätigen. Sie zählt zu den Älteren in der Gruppe und möchte noch lange nicht aufhören: „Solange die Gesundheit mitmacht, bin ich dabei.“

Die drei K's des Steptanzens

Es geht weiter. Konzentriert und aufmerksam folgen die drei Frauen wieder den Schritten von Vera Schimetzek. Mit viel (Takt-)Gefühl geht die Tänzerin immer wieder die einzelnen Kombinationen durch, erklärt und verbessert. Ich versuche von meinem Platz aus zu folgen, gebe aber erstmal auf: Es sind viele Schritte, viele Kombinationen. Und die Arme müssen ja auch noch mitschwingen, die Hände klatschen, die Finger schnipsen. Ohne einen einzigen Schritt gemacht zu haben, merke ich schon jetzt: Steptanz verlangt Koordination, Konzentration und Kondition.

„Steptanz ist für jede Altersstufe etwas.“

Vera Schimetzek, Trainerin

Das Training der fortgeschrittenen Anfänger ist vorbei. Ich bin dran. Ich schlüpe in die schwarzen Schuhe mit den glänzenden Platten unter der Sohle und gehe ein paar Meter. Klick, klack. Jeder Schritt wird zum Ton. Oder zu mehreren

Tönen: „Mit nur einem Fuß kann man beim Steptanz drei Töne erzeugen“, erklärt Vera Schimetzek – und demonstriert es mir direkt. Schnell, kräftig und klangvoll. Bei mir blei-

ben es erst einmal zwei Töne: Vorne mit der Spitze beim „step“, hinten mit der Hacke beim „heel“.

Erst bekomme ich eine Kurzeinweisung zu Haltung, Gewichtsverlagerung und den wichtigsten Begriffen beim Steptanz. Dann der erste Rhythmus. Tack, tack, tack. Drei Viertel-Takt. Ich schaue auf die Füße, konzentriere mich. Schließlich sollen die Töne möglichst klar klingen – und der Rhythmus muss auch gehalten werden. Dann versuchen wir den „Calypso“ – und es klappt. Ich werde etwas sicherer. Samba? Geht auch. Langsam. Aber es geht. Und macht Spaß.

Vom Ballett zum Steptanz

Vera Schimetzek ist eine gute Lehrerin, geduldig und voller Begeisterung für „ihren“ Tanz. „Ich bin seit gefühlten Jahrhunderten beim Steptanz hängen geblieben“, erzählt sie und lacht. Über Klassisches Ballett und Jazz Dance ist sie 1993 zum Steptanz gekommen. Seit 1995 unterrichtet sie ihn auch. „Mit Steptanz kann ich mich einfach ausdrücken“, sagt sie. Und zeigt mir Schrittfolgen, die mich schwindelig machen, so schnell, so präzise wirbeln ihre Füße über den Holzboden. Ich bleibe beim Calypso. Wir üben weiter, während mir Vera Schimetzek von den Ursprüngen des Steptanzes als Straßentanz erzählt, von der engen Verbindung zum Jazz, von Steptanzgrößen und -stilen. Ich lerne viel an diesem Abend. Am Ende sogar einen ers-

Erst machen die Füße Musik, dann Instrumente

Am 19. und 20. November finden im Battuta Tap-Studio **Workshops mit Steptänzer und Choreograph Thomas Kolczewski** statt. Der zweifache Deutsche Meister und Weltmeister im Steptanz unterrichtet Swing Tap für Anfänger (12 bis 13.30 Uhr), für die Mittelstufe (14 bis 15.30 Uhr) und gibt eine Schnupperstunde Improvisation (16 bis 17 Uhr).

Gleichzeitig sucht Vera Schimetzek dringend Musiker, die Zeit und Lust haben, im Nachgang zu dem Workshop ab 18 Uhr eine kleine **Jam-Session** im Studio auf die Beine zu stellen. Infos unter: www.battuta-tap.de

Der Steptanz entstand in den 1830-er Jahren in New York. Er ist eine **Mischung** verschiedener Tanzstile aus völlig unterschiedlichen Regionen der Welt.

ten, kurzen Teil der Choreographie, die vorhin im Training durchgegangen wurde. Etwas holprig zwar, aber immerhin.

Und auf dem Weg zurück zum Auto sind meine Schritte zwar wieder klanglos, aber der Rhythmus bleibt im Kopf. Dadata, dadata, dacka.



Corinna Ten-Cate macht den Praxistest Steptanz.



Zu Beginn schaut die Autorin noch zu und sieht die Tänzerinnen und ihre Lehrerin (2.v.li.) von hinten und im Spiegel auch von vorn.

FOTOS: JÜRGEN THEOBALD