



LAILA
DANESHMANDI

Hände und Füße im Takt

Wie ich beim Flamenco lernte, hart aufzutreten und gleichzeitig verspielt zu sein.

Tanzen ist Symbiose mit dem Partner. Jede Berührung, jeder Schritt, jede Drehung ist Ausdruck des Einklangs – vorausgesetzt der Mann kann führen. Flamenco tanzt die Frau hingegen alleine – kein Mann, der vorgibt, wo es lang geht. Die verschiedenen Facetten des Tanzes werden mir erst im Laufe des Unterrichts von Barbara Höll bewusst (Infos unter www.flamenkita.at).

Um ein erstes Gefühl für die Musik und den Takt zu bekommen, beginnen wir mit Klatschen – die *palmas soridas* werden mit hohlen Händen geklatscht und kommen bei melancholischen Liedern zum

Einsatz. Ist die Musik beschwingt, klatschen wir mit flachen Händen die *palmas claras*. Dann geht es an die Fuß-

technik – und mit meinen eigenen Tansschuhen fühle ich mich fast wie im Steppunterricht. Allerdings geht es hier nicht um leichtes Trippeln, sondern um festes Treten. Wir

stampfen im Takt und in verschiedenen Kombinationen mit dem ganzen Fuß, mit dem Absatz, der Absatzkante, dem Zehballen und der Zehenspitze. Ich bin nicht sicher, ob das

für die Füße, Waden und Oberschenkel anstrengender ist als für den Kopf. Den versuche ich aber auszuschalten und folge meinem Gehör und Gefühl.

Schließlich kommen die Arme dazu. Barbara achtet streng auf die Haltung: Ellenbogen nach außen, runde Formen, aufrechte Haltung, Spannung bis in die Fingerspitzen. Während die Beine sich mit

dem Boden verbinden, zieht der Oberkörper nach oben, die Arme bewegen sich im Takt, während sich die Hände um ihre eigene Achse drehen. Ach ja, die Hüfte sollte ebenfalls mitschwingen, der Rumpf bleibt stabil. Bei so viel koordinativer Herausforderung dreht



sich bald alles. Umso ästhetischer ist der Anblick von geübten Flamenco-Tänzerinnen, die sich in Takt und Melodie verlieren. Wer braucht da schon einen Tanzpartner?

laila.daneshmandi@kurier.at

Alle bisherigen Tests:
kurier.at/bodyblog



Kurier Nr. 4. 2016