

- **Die Gesundheit** von Tänzerinnen und Tänzern zu erhalten, ist das Ziel von **TanzMedizin Deutschland** (TaMeD). Tänzern solle eine Vielzahl therapeutischer Hilfestellungen über den gesamten Zeitraum ihrer Laufbahn gegeben werden, heißt es. Es gelte, Ursachen von Verletzungen zu erforschen, Verletzungen nach neuesten Erkenntnissen zu therapieren und Tänzern eine optimale Rehabilitation zu gewährleisten.
- **Der Verein** wurde im Jahr 1997 von einer Gruppe von Ärzten und Tänzern in Frankfurt gegründet.
- **Zum Angebot** des Vereins gehört eine Fortbildung in Tanzmedizin mit Zertifikat für Tänzer, Pädagogen und an Bewegung interessierte Menschen.
- **Die Workshops** an verschiedenen Orten in Deutschland können auch unabhängig von der Zertifikatsausbildung belegt werden. Auf dem Lehrprogramm stehen die Bereiche Anatomie und Physiologie, Prävention und Rehabilitation, Psychologie, Ernährung und Praxis.
- **TaMeD** versteht sich als Netzwerk für therapeutische Betreuung von Tänzern, Information von Tänzern über Gesundheit und Prävention, Anregung von Forschung und Lehre auf dem Gebiet der Tanzmedizin und Förderung der Kommunikation zwischen Berufsgruppen im Umfeld der Tänzer. (abra)

Alles Wissenswerte dazu unter [www.tamed.de](http://www.tamed.de)

# Sport und Kunst zugleich

## Tanzmedizin Kongress in Basel befasste sich mit der Gesundheit von Tänzern aus neurologischer Perspektive

VON NORA ABDEL RAHMAN

**Basel** Tänzer weisen alle Formen von Verletzungen auf, die auch bei Hochleistungssportlern auftreten: umgeknickte Sprunggelenke, Bänderrisse, Hüft-, Rücken- und Schulterverletzungen. Auch emotionale Störungen aufgrund der hohen Erwartungen, die an Tänzer gestellt werden, zählen dazu. Dennoch haben Tänzer andere Anforderungen zu erfüllen als Sportler. Ihre Karriere ist nur von kurzer Dauer, so dass etwa die Teilnahme an jeder Premiere eine bedeutende Rolle spielt. Verschleppte Verletzungen und chronische Entzündungen, die sich nur schwer ausheilen lassen, sind die Folgen ständiger Überbelastung. Ein hoher, fortwährender Leistungsdruck, der nicht nur die sportliche Seite, sondern auch den künstlerischen Ausdruck betrifft, ist dabei nicht unerheblich.

Bei staatlichen und privaten Tanzakademien und Ballettschulen steht die Vermittlung der Tanztechnik an erster Stelle. Wie sich Tänzer jedoch besser vor Verletzungen schützen können, und wie sie gezielter mit den physischen sowie psychischen Strapazen des Tanzberufs umgehen lernen, ist in der Regel nicht Gegenstand des Lehrplans. Der Verein für Tanzmedizin in Deutschland (TaMeD) versucht

diese Lücke zu schließen. Über Arbeit und Ziele gab TaMeD kürzlich auf dem diesjährigen IX. Symposium für Tanzmedizin in Basel Auskunft. Unter dem Motto „Nervensache Tanz“ diskutierten Ärzte, Wissenschaftler, Tänzer und Pädagogen die Gesundheit von Tanzschaffenden aus neurologischer Perspektive.

Ein umfangreiches Workshop-Programm sorgte neben den Vorträgen für die praktische Umsetzung der Theorie in Tanz und Bewegung. Für die Neuro-

wissenschaft wird der Tanz auch in Zukunft ein wichtiges Erklärungsmodell sein. So stellte etwa der Psychiater und Neurologe Thomas Götz von der Charité in Berlin neue Erkenntnisse über das so genannte Spiegelneuronensystem vor. Spiegelneuronen sind Zellen im Gehirn, die beim Betrachten von Tätigkeiten so reagieren, als würde man diese selbst ausführen. Aktives Tanzen und damit die Erweiterung des eigenen Bewegungsrepertoires führt zu einer verbesserten Auffassungsgabe bei der bloßen Beobachtung einer Bewegung, erklärte Götz. Neuro-



**Tänzer sind ganz besonderen psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt. Der Verein für Tanzmedizin kümmert sich darum.**

Foto: Archiv

und Tanz können demnach von einander lernen und profitieren.

Auf das Thema Emotionale Intelligenz im Ballettraining kam der Tanzwissenschaftler und -psychologe Tom Hecht zu sprechen. Nach wie vor herrsche im Ballettunterricht ein dem 19. Jahrhundert entsprungenes Schüler-Meister-Verhältnis vor. Es unterwerfe die Tanzschüler und bringe zugleich ihre Körper zum Schweigen, so Hecht. Eine Möglichkeit, diese unkommunikative und für den Schüler nervlich belastende Situation im Ballett zu verändern, sieht der Wissenschaftler in einem an der Yale Universität entwickelten Workshop-Training. Es bietet methodische Werkzeuge, mit denen sich Emotionen im Tanzunterricht besser wahrnehmen und verarbeiten lassen.

Ein wichtiger und bis heute kaum hinterfragter Aspekt ist der Spiegel im Tanz. Mehrere Vorträge lieferten konkrete Untersuchungsergebnisse, die seine Abschaffung sinnvoll erscheinen lassen. Anstelle der Konzentration auf das eigene Spiegelbild beim Training sollte vielmehr ein Bewusstsein für die Vorgänge innerhalb des Körpers geschult werden, hieß es. Darüber und über viele weitere Aspekte rund um Tanz und Gesundheit wird das nächste Symposium Auskunft geben. Es findet vom 2. bis 4. Mai 2008 in Dresden statt.