

Plié, Tendu, Rond de Jambe

Klassisches Ballett mit tänzerischen Elementen am Zentrum für Hochschulsport

Die Ballettstunde für Fortgeschrittene hat gerade begonnen. „Tendu vor, seit und rück, plié“, wiederholt Dr. Malda Denana (38) die Elemente, die ihre Schüler relativ synchron im Rhythmus zur Musik einüben. Sie alle haben sich an insgesamt vier Ballettstangen mit Blick zum Spiegel positioniert. Eine Hand hält die Stange fest, um das Gleichgewicht besser halten zu können. „Rippen bleiben geschlossen, und das Brustbein bleibt weich“, korrigiert Denana. Nach jeder Übung werden die Seiten an der Stange gewechselt. Knapp 19 Tänzerinnen und ein Tänzer sind heute zum Training gekommen.

Denana tanzt, seit sie drei Jahre alt ist, mit großer Leidenschaft Ballett. „Es ist wie eine eigene Welt, in die ich gerne eintauche“, beschreibt die Tanzlehrerin ihre Leidenschaft. Sie hat die Gruppenleitung für Ballett und Modern Dance am Zentrum für Hochschulsport vor 15 Jahren übernommen, nachdem sie dort selbst zwei Jahre aktiv getanzt hat. „Damals, als ich anfing, gab es nur ein oder zwei Klassen. Ich habe dann viele zusätzliche Klassen aufgebaut, die auch unterschiedliche Niveaus haben“, sagt die promovierte Philosophin, Tanzwissenschaftlerin und -pädagogin. Im Anfängerkurs werden die Grundlagen des klassischen Balletts erarbeitet. An der Stange und in der Mitte werden Positionen und Bewegungsabläufe vermittelt und so die Körperspannung und -beherrschung geschult. Beim Mittelstufenkurs liegt der Schwerpunkt auf Schritt- und Sprungkombinationen, in denen

die Teilnehmer ihre Kraft, Beweglichkeit und künstlerische Ausdruckskraft üben können. Der Fortgeschrittenenkurs richtet sich an Teilnehmer mit mehrjähriger Erfahrung im klassischen Ballett.

Ein Mix aus russischer, englischer und französischer Schule

Das Ballett entstand zwischen dem 15. und 16. Jahrhundert aus Stücken, die an italienischen und französischen Fürstenthöfen aufgeführt wurden. Zunächst durften nur Männer auf der Bühne Ballett tanzen. Ab 1681 war es auch Frauen erstmals offiziell erlaubt. Während früher die Frauen in der Minderheit waren, sind es heute die Männer. Als einziger an diesem Trainingstag hat sich Christian Griesbeck (48) unter die vielen Tänzerinnen gemischt. Der Promotionsstudent im Fach Philosophie ist im Alter von 25 Jahren zum Ballett gekommen: „Ich dachte mir, entweder ich fange jetzt damit an oder es wird nie was.“ Es sei eine der körperlich anspruchsvollsten Tätigkeiten, die man machen kann und sei gut für die Haltung. „Ich bin drei Zentimeter gewachsen, seitdem ich mit Ballett angefangen habe“, freut sich Griesbeck. Seit zehn Jahren ist der begeisterte Tänzer nun bereits beim Hochschulsport aktiv. Vorurteile, weil er als Mann Ballett tanzt, sind ihm nie begegnet.

Denana unterrichtet hauptsächlich das klassisch russische Ballett. Wobei sie auch teilweise Elemente der französischen und englischen Schule mit einfügt. „Viele Techniken aus anderen Schulen, die ich sinnvoll finde, wie beispielsweise schöne lange Arme, übernehme ich einfach.

Insgesamt gestalte ich die Übungen sehr tänzerisch“, sagt Denana. Dem Ballettcodex gemäß wird immer eine Reihenfolge von Bewegungselementen wie Plié, Tendu, Rond de Jambe geübt, die, je fortgeschrittener die Klasse ist, zu immer komplexeren Kombinationen zusammengefügt werden. Gwendolyn Zeuner (20) gefällt der Ballettunterricht am Zentrum für Hochschulsport: „Meine alte Ballettlehrerin war sehr streng. Malda ist unglaublich nett und es ist überhaupt nicht schlimm, wenn man was falsch macht. Das finde ich sehr angenehm.“ Seit Beginn ihres Jurastudiums vor zwei Semestern ist sie mit dabei. Mit Ballett hat Zeuner angefangen, als sie sieben Jahre alt war. Zeuners damalige Grundschullehrerin war der Meinung, sie sei zu unsportlich. Daraufhin hat ihre Mutter sie in der Ballettschule angemeldet. „Mir gefällt mittlerweile sehr gut dabei, dass man sich sehr konzentrieren muss. Es hat viel mit Spannung und Kontrolle zu tun. Man weiß, wie es perfekt ist und danach kann man streben“, sagt Zeuner. Nach ein paar Übungen steht den Ballettschülern der Schweiß auf der Stirn. Sie sind konzentriert bei der Sache und versuchen, die einzelnen Übungselemente zu präzisieren. Denana gibt weitere Anweisungen: „Nicht auf die Füße gucken und immer die Zehen in der Länge halten.“ Nach 45 Minuten wird sich gedehnt. Dabei kann die Gruppe etwas entspannen. *Katharina Frerichs*

Infos zu den Übungszeiten unter:
<http://zfh-db.sport.uni-frankfurt.de>



Foto: Rolf Oeser



Lisa Mayer siegt im Finale über 60 Meter. Foto: adh

DHM Leichtathletik: vier Medaillen für Sportler der Goethe-Uni

Spannende Wettkämpfe, enge Entscheidungen und gute Leistungen zeigten die Aktiven bei der DHM Leichtathletik (Halle) in Frankfurt. Die Studierenden der Goethe-Universität gewannen bei den Meisterschaften vier Medaillen. Die erste Medaille des Tages gewann Christina Kiffe im Kugelstoßen. Die Mehrkämpferin behauptete sich im Feld der Spezialistinnen und erzielte die drittgrößte Weite der Konkurrenz, was mit der Bronzemedaille belohnt wurde. Über 60 m dominierte Lisa Mayer im stark besetzten Feld die Konkurrenz. Mit 7,53 Sekunden gewann sie mit deutlichem Vorsprung, nachdem sie bereits im Vorlauf die schnellste Zeit gelaufen war. Die zweite Goldmedaille für die Goethe-Universität gewann Gesa Katharina Kratsch im Weitsprung. Mit einer Siegleite von 5,89 m lag sie 15 cm vor der Zweitplatzierten. Im abschließenden Staffelwettbewerb waren die Frankfurter Studentinnen ein weiteres Mal siegreich. In der Besetzung Gesa Katharina Kratsch, Jessica Hesse und Christina Kiffe gewann das Trio mit deutlichen Abstand vor den Staffeln der Uni Freiburg und der Uni Hamburg. *Karin Werkmann*

Medien-Tipps

„Legal, illegal, ganz egal?“ ist eine arte-Reportage über den Verkauf und Konsum der Droge Cannabis in Europa. Auch Experte Dr. Bernd Wersing vom Centre for Drug Research (CDR) an der Goethe-Universität kommt zu Wort.

➤ <http://bit.ly/1A6Fjqf>

„Just another Chinese Guy“ ist ein Film von UniReport-Mitarbeiterin Melanie Gärtner über einen chinesischen Migranten in Südafrika. Der Film ist entstanden im Rahmen des Projektes AFRASO – Afrikas Asiatische Optionen, das an der Goethe-Universität angesiedelt ist.



➤ www.youtube.com/channel/UCC8Z4mYuoG692Wc7PaWSk0A

Qualitätsoffensive Lehrerbildung

Die Goethe-Universität ist mit ihrem Konzept „LEVEL – Lehrerbildung vernetzt entwickeln“ erfolgreich aus dem Ausschreibungsverfahren im Rahmen der „Qualitätsoffensive Lehrerbildung“ hervorgegangen. Die gemeinsame Initiative von Bund und Ländern verfolgt das Ziel, Strukturreformen anzustoßen und die Qualität der Lehrerbildung langfristig zu verbessern. Dazu werden ausgewählte, lehrerbildende Hochschulen gefördert, an denen neue Modelle erprobt und in tragfähige Konzepte überführt werden sollen. In dem Förderprogramm werden bis zum Jahr 2023 in zwei Förderphasen insgesamt 500 Millionen Euro zur Verfügung gestellt. In der ersten Förderphase, an deren Ausschreibung sich 80 Projektanträge aus 16 Bundesländern beteiligten, werden 19 ausgewählte Konzepte gefördert, darunter jenes der Goethe-Universität. Der Antrag der Goethe-Universität entstand in Kooperation von Vertreter(inne)n verschiedener Fächer und Abteilungen der Goethe-Universität und wurde von der ABL zentral koordiniert.

➤ www.abl.uni-frankfurt.de/49664734/Meldungen