

# Darf ich bitten?

## Tanzen lernen beim TSC Dingolfing

**Dingolfing. Spätestens bei der Heirat rächt es sich, wenn man niemals Tanzen gelernt hat. Tanzen besitzt zwar nicht mehr den Stellenwert, den es noch vor einigen Jahrzehnten hatte, doch wer beim Auftakt seiner eigenen Hochzeit unbeholfen über das Parkett stolpert, gibt auch heute noch ein bemitleidenswertes Bild ab.**

Die eigene Hochzeit ist dabei nur ein Beispiel von vielen, wo man sich als geübter Tänzer von der Masse abheben kann. Während sich andere krampfhaft an ihrem Getränk festhalten und Stoßgebete gen Himmel schicken, auf dass sie ja niemand auffordert, sammeln die Könner wichtige Pluspunkte beim anderen Geschlecht. Auch im Beruf kann man sich blamieren, da in vielen Branchen Bälle nach wie vor Teil der offiziellen Veranstaltungen sind. Offiziersanwärter der Bundeswehr zum Beispiel können ihr Patent nur dann erwerben, wenn sie vorher einen Tanzkurs erfolgreich abgeleistet haben.

Tanzen ist aber nicht nur eine gesellschaftliche Schlüsselqualifikation, sondern vor allem eines: Eine wunderbare Sportart, die Geist und Körper gleichermaßen fit und kräftig hält. Eine Studie des Herzinstituts im italienischen Ancona hat ergeben, dass man mit Tanzen, verglichen mit „einseitigen“ Ausdauersportarten wie Laufen oder Radfahren, wesentlich bessere Herz-Lungen- beziehungsweise Ausdauerwerte erreichen kann. Außerdem

schult die Bewegung zu Musik, sowie die gemeinsame Aktion mit dem Tanzpartner das logische Denkvermögen und regt das Gehirn an neue Nervenverbindungen zu knüpfen. Wer tanzt trainiert also nicht nur alle Muskelgruppen seines Körpers, sondern auch seine geistigen Kapazitäten, aber vor allem die Seele. Tanzen wirkt wie Balsam für das Gemüt, baut Stress ab und setzt Glückshormone frei.

Im Landkreis Dingolfing-Landau, und darüber hinaus bietet kein Tanzverein ein so breit gefächertes und qualitativ hochwertiges Angebot im Bereich der Standard- und Lateinamerikanischen Tänze wie



Beim TSC kann man Standard-Tänze lernen

der TSC Dingolfing. Ab Sonntag, 21. September, beginnen die neuen Trainings des TSC Dingolfing im Mehrzweckgebäude am Stadion (zweiter Stock). Einfach vorbeikommen, mitmachen und sich vom Tanzfieber anstecken lassen. Beim TSC bekommt man viel Tanzen für wenig Geld. Wer am 21. September ausgerechnet keine Zeit hat – auch kein Problem – der Einstieg ist ohne große Probleme noch bis Ende Oktober möglich.

Das Anfängertraining findet immer sonntags von 16 bis 17.30 Uhr statt. Im Anschluss, von 17.30 bis 19 Uhr haben dann fortgeschrittenere Tänzer die Möglichkeit ihr Können zu erweitern.