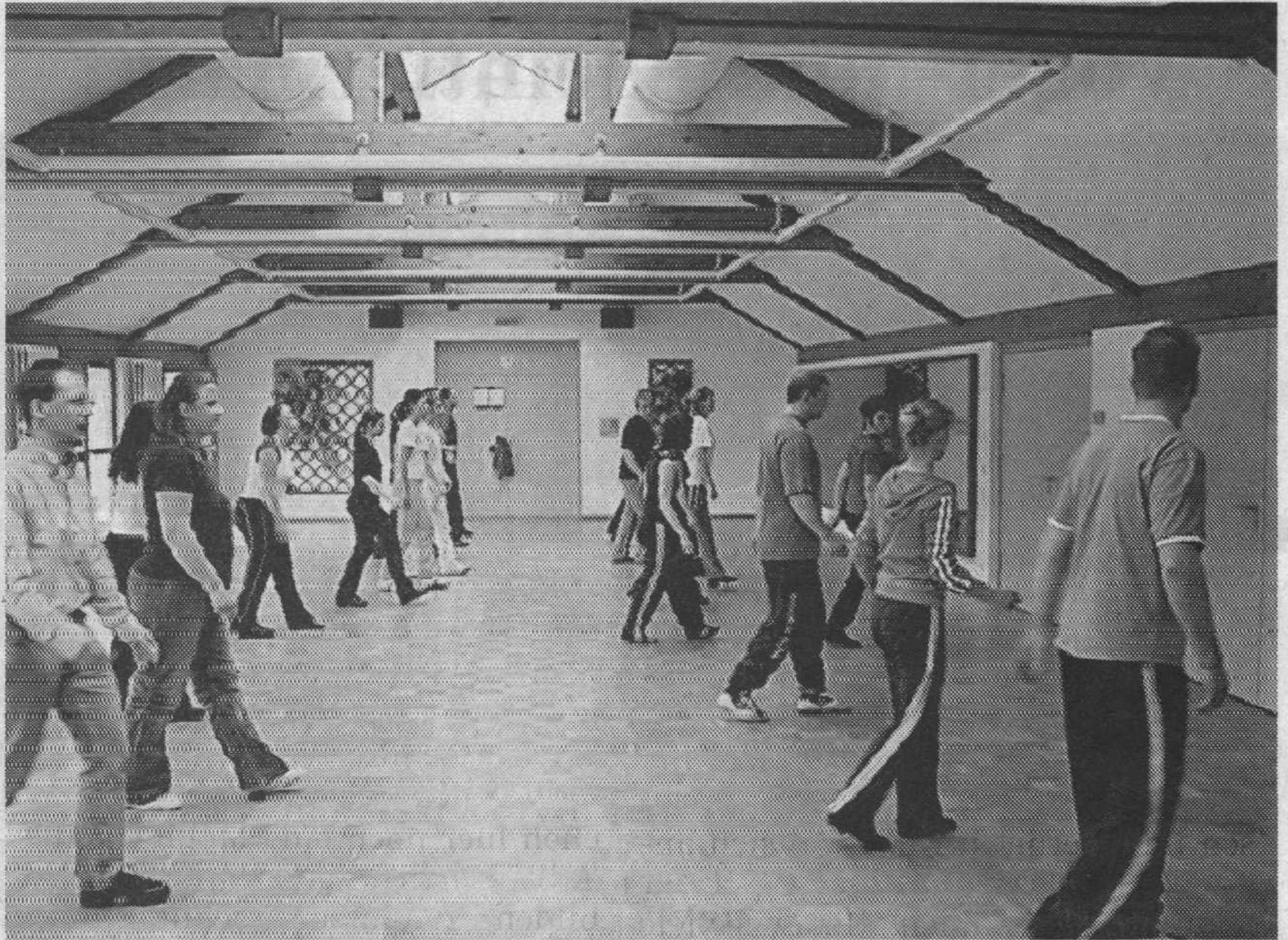


# Fortbildung für Trainer

## TSC-Abteilungen nun auf neuestem Stand

Dingolfing. Zunächst wurde bei dem Ausbildungspunkt „Tanzen ohne Kraft“ auf die jüngsten physiologischen Kenntnisse über Muskelaufbau und Körperstruktur berichtet.



Bei den Bewegungsabläufen wurden neue Gesichtspunkte aufgezeigt

Den Trainern wurde der Bewegungsablauf unter neuen Gesichtspunkten aufgezeigt und so wurde versucht, tanzen mit einer „gesunden“ Haltung zu verbinden. Im Anschluss genossen die Ausbilder eine Auffrischung ihrer Erste Hilfe Kenntnisse. Das Programm wurde jedoch speziell auf Tanzsportunfälle angepasst und so sind die Trainerinnen und Trainer bestens unterrichtet, wenn einem Mitglied mal ein Missgeschick passieren sollte.

Damit der Spass nicht zu kurz kam durften im dritten Ausbildungspunkt die Teilnehmer in tänzerisches Neuland schnuppern und so lernten sie

binnen kürzester Zeit drei neue Choreographien in Line-Dance. Einer Tanzart, die in Gruppen (in Kreisform oder, wie der Name schon sagt, in Linienform) zusammenhängende Figurenfolgen herkömmlicher Tänze so aneinander reiht, dass eine entsprechende tänzerische Gruppendynamik entsteht.

Mit Wissen vollgestopft gingen die einzelnen Trainer nach einem anspruchsvollen Nachmittag nach Hause, mit vielen Ideen und Anregungen, die sie in ihre Gruppen einfließen lassen und von denen jedes einzelne Mitglied des TSC Rot Weiß Casino Dingolfing profitieren wird.