

Fitnessstanz für einen guten Zweck

Zumba ist ein Fitnessstanz, der immer beliebter wird. Bei einer Benefiz-Party in Au sammelten die Tänzer 2500 Euro zu Gunsten des Hospiz

Auf den ersten Blick erinnerte die Veranstaltung am Freitagabend an eine Disco-Party: Beim Betreten der Josef-Weikmann-Halle schallten den Besuchern fetzige lateinamerikanische Klänge entgegen. Drinnen wurde getanzt, Lichteffekte blitzten. Wer aber dachte, die Gäste seien nur zum Feiern nach Au gekommen, wurde eines Besseren belehrt: Es ging ums Helfen. Mit der Zumba-Party wurde Geld für den Förderverein des Illertisser Hospizes gesammelt. Der Plan ging auf: Die 150 Teilnehmer der Zumba-Trainingsstunden spendeten durch ihre Kursgebühr 2500 Euro.

In drei Schichten konnten sich Sportbegeisterte bei dem Tanz-Fitness-Programm, das in den 90er-Jahren in Kolumbien entwickelt wurde und nun weltweit im Trend liegt, so richtig austoben. Drei Profi-Trainer machten die Übungen vor, die Teilnehmer folgten ihnen so gut es ging. „Wirklich toll an Zumba ist, dass jeder mitmachen kann und die mitreißende Musik sehr motivierend wirkt“, sagte Trainer Magnus Hennek. Egal ob Salsa, Merengue oder Samba - Hennek zufolge eignen sich alle lateinamerikanischen Tänze für ein Zumba-Training. „Die Bewegungen sind effektiv für den ganzen Körper. Pro Trainingsstunde werden 800 bis 1000 Kalorien verbrannt“, erklärte er.



Die Benefiz-Party war für den Förderverein des Hospizes eine neue Erfahrung. „Wir waren zuerst sehr skeptisch, ob eine Zumba-Party sich mit den Anliegen des Fördervereins verbinden lässt“, sagte die Vorsitzende Roswitha Nodin. Ihre Zweifel lösten sich auf. Nodin: „Ich hätte nicht für möglich gehalten, dass die Veranstaltung gleich beim ersten Mal so gut ankommt.“

Die Idee zur Party hatte die Fitness- und Ernährungsberaterin Elke Biebinger, die Zumba beim TSV Weißenhorn kennen gelernt hat. Auch Biebinger engagiert sich im Förderverein und hat die Party zusammen mit anderen Mitgliedern organisiert. Das Gesundheitszentrum Illervital aus Vöhringen stellte die Trainer zur Verfügung.

Ein Jahr Zumba-Erfahrung brachte Maria Wiesener mit. Die Benefiz-Party war für sie ein Pflichttermin: „Ich bin selbst Hospiz-Helferin und weiß, dass das Geld gut angelegt ist. Es ist einfach schön, wenn man die Freude an der Bewegung mit einer Spende für einen guten Zweck verbinden kann.“

Vortänzer: Zumba-Trainer Magnus Hennek in Aktion. Foto: Matthias