

Profis raten



Urs Eiholzer,
Kinderarzt
und Hormon-
spezialist
in Zürich

Kleinwuchs hat viele Ursachen

Die Ursachen für Kleinwuchs sind mannigfaltig. Jede chronische Krankheit und Hormonstörung kann zu einem Wachstumsrückstand führen. Eine Abklärung ist angezeigt, wenn das Wachstum eines Kindes aus dem Familienrahmen fällt. Manche Kinder sind klein, weil sie die Pubertät später beginnen, diese Kinder wachsen aber dafür länger als die anderen.

Weitere Informationen: www.pezz.ch

Mann oh Mann

Erfolg ist im Gesicht zu lesen

• Der finanzielle Erfolg einer Firma soll sich im Gesicht ihrer Chefs widerspiegeln. US-Untersuchungen zufolge strahlen erfolgreiche Manager mehr Kompetenz, Dominanz, Reife, Sympathie und Vertrauenswürdigkeit aus als die Kapitäne schlingender (Wirtschafts-)Schiffe. Dies zeigt eine Studie mit Studenten und Studentinnen: Diese konnten in Tests anhand von Fotos der ihnen unbekanntem Wirtschaftsführer die Erfolgreichen von den weniger Gesegneten unterscheiden.

Stimmts?

Viren können Krebs auslösen

• **Stimmt!** Österreichische Untersuchungen erhärten den Verdacht, dass Viren bei der Entstehung gewisser Arten von Brustkrebs eine Rolle spielen könnten. Die Forscher zeigten, dass ein Brusttumorvirus (MMT-Virus) aus der Maus sich auch in menschlichen Zellen vermehren und weitere Zellen anstecken kann. Bereits früher wurde ein Zusammenhang zwischen einer Brustkrebserkrankung und der Präsenz des Virus HHMT nachgewiesen, das dem Mausvirus sehr ähnlich ist.

Schwing die Hüften

Oriental Pop Dance ist eine trendige Form des klassischen Bauchtanzes. Lernen Sie den gesunden Tanz und lassen Sie Ihr Becken so gekonnt kreisen wie Popstar Shakira.

Dienstagabend im ZeoT, der grössten Schule für Bauchtanz in Zürich.

Die Teilnehmerinnen des Mittelstufenkurses treffen sich, um der modernen Art des Bauchtanzes, des Oriental Pop Dance, zu fröhnen. Dieser Trendtanz, auch Shakira Dance genannt, wurzelt im traditionellen Bauchtanz, bedient sich aber zum Teil Elementen aus dem westlichem Jazztanz und dem Hip-Hop.

Gut fürs Selbstbewusstsein

Acht Frauen zwischen 20 und 40 Jahren, in dunkler Gymnastikbekleidung und mit bunten, reich verzierten Tüchern um die Hüften, stehen konzentriert vor der grossen Spiegelfläche des Unterrichtssaals und wärmen sich mit Arm- und Beinreisen auf. Bald geht das Kreisen in fließende Wellenbewegungen über, und als die poppige orientalische Musik einsetzt, ist bereits der ganze Körper involviert, die Hüften bewegen sich schneller und sinnlicher.

Die Grundlage des Oriental Pop Dance bilden die fünf Basisbewegungen des klassischen

Angebot und Kurse

In Zürich, Bern und Luzern werden Einführungskurse für Frauen ohne Vorkenntnisse sowie Level-1-Kurse (nach absolviertem Einführungskurs und einem Jahr Unterricht) angeboten. Level-2-Kurse (ab einem Jahr Tanzunterricht) stehen hingegen nur in Zürich und Bern auf dem Programm, wo auch diverse Wochenend-Workshops belegt werden können. Mehr Infos über die Kurse finden Sie auf www.bauchtanz.ch

Bauchtanzes, auf denen alle anderen Becken- und Oberkörperbewegungen aufbauen. «Bauchtanz ist ein sehr gesunder Sport, wenn man ihn von Anfang an richtig ausführt», sagt Kursleiterin Anya Peter Schlapfer. Oriental Pop Dance zieht den ganzen Körper mit ein – angefangen bei den Augen, geht er über Brust, Arme, Finger, Hüften und Bauch bis zu den Fusssohlen. Dabei entwickelt jede Frau ihren ganz persönlichen Stil, um die verschiedenen Bewegungen wie Körperwellen auf- und abwärts, Hüftkreisen, Schulter- und Kopfschieben, Wippen



Anya Peter Schlapfer (38),
Bauchtanz-
lehrerin am
ZeoT in Zürich.



Im Element:
Schülerinnen
Doris
Schatzmann
(grosses Bild)
und Noemi Gloor
(unten vorne).



oder Schlängeln auszuführen. Unter den Kursteilnehmerinnen ist auch die 30-jährige Doris Schatzmann. Ihr haben es die sanften, fließenden und doch dynamischen weiblichen Bewegungen angetan. «Dieser Tanz ist ein idealer Ausgleich zu meiner sitzenden Tätigkeit», sagt die kaufmännische Angestellte.

«Shakira Dance ist eine schöne Möglichkeit, das Selbstbewusstsein zu stärken», ergänzt die 29-jährige gelernte Arztgehilfin Noemi Gloor. «Denn es braucht neben der Freude auch Mut, sich mit diesen sinnlichen, exotischen Bewegungen ausserhalb des Kurses zu präsentieren.»

Die beiden Tänzerinnen sind sich einig, dass die Basisbewegungen leicht zu erlernen sind, der Ausdruck dagegen um einiges schwieriger ist. «Die Technik alleine nützt nichts», weiss auch Kursleiterin Anya Peter Schlapfer. «Neben den Bewegungen mit dem Körper sind Kopfhaltung und Mimik wichtige Ausdruckselemente.»

Gefühlvolle Weiblichkeit

Oriental Pop Dance ist Ausdruck purer Lebensfreude und Weiblichkeit. Er ermöglicht es, in verschiedene Rollen zu schlüpfen und Gefühle auf eine ganz besondere Art auszudrücken.

Voneinander lernen ist ein wichtiges Element des modernen Bauchtanzes. Auch Kursmitglied Doris Schatzmann lässt sich immer mal wieder von anderen Tänzerinnen inspirieren. Für Teenies ist allerdings Popsängerin Shakira das absolute Vorbild. Mit ihrer einzigartigen Form des Bauchtanzes hat sie den Oriental Pop Dance begründet und zum Trend gemacht.

So gewissenhaft die Frauen sich aufgewärmt haben, so gewissenhaft dehnen sie sich zum Abschluss der Stunde. Schon klingelt das erste Handy in einer Tasche in der Garderobe, und es gilt, aus der sinnlich-orientalischen Welt in den Alltag zurückzukehren. Doch alle wissen: Spätestens am nächsten Dienstag kommen die bunten Hüfttücher wieder zum Einsatz, und es kann wieder begeistert getanzt werden – beinahe so gekonnt wie das kolumbianische Idol.

Text Sibylle Schneider, Bilder Tina Steinauer

Kurse in klassischem Bauchtanz gibts in der Klubschule Migros: www.klubschule.ch