



Elf bis 51 Jahre alt sind die Mitglieder der Gladbacher Steptanz-Truppe Ceili.

Foto: Susanne Böhling

# Irischer Steptanz ist ein knallharter Sport

**TRAINING** Der Schweiß fließt in Strömen, wenn die Mönchengladbacher Gruppe Ceili die Beine fliegen und die Füße krachen lässt.

Von Susanne Böhling

Es einmal so richtig krachen lassen. „Step Shuffle Shuffle Stepp“, schallt Yvonne Korbels Stimme durch die Giesenkirchener Turnhalle an der Kleinenbroicher Straße. Zwölf Menschen, die irischen Steptanz trainieren, folgen ihr. Rums, Krach, Krach, Rums, wackeln die Wände. Gehorsam stampfen sie erst mit dem hinteren Fuß auf, lassen dann den vorderen vorwärts und rückwärts über den Boden schleifen, und setzen ihn hinten kraftvoll auf. Rums, Krach, Krach, Rums.

Sie tragen schwarze Schuhe, die an Absätzen und Zehen mit hartem Plastik verstärkt sind. Da kann man alle Wut und allen Frust loswerden, eine Wonne für die cholerische Ader, die sonst im Alltag keinen Raum hat. „So, und jetzt einmal im richtigen Tempo“, kommandiert die Diplom-Sportwissenschaftlerin. Die Füße fliegen, der schnelle Rhythmus irischer Folkloremusik wird erkennbar.

Nach der Trockenübung kommt das ganze mit Musik. Die Truppe übt für einen Auftritt Ende April in der Musikschule an der Lüpertzender Straße. Ein Tanztreff, Ceili (Keili gesprochen), wie die Iren sagen und wie sich auch die Gruppe nennt. „Das habe ich vor zwei Jahren schon

einmal veranstaltet“, erinnert sich die 32-jährige Gruppenleiterin. „Aber jetzt gibt es Live-Musik“, was das Vergnügen für die Gäste steigert. Fotoprojektionen werden das Flair der grünen Insel noch näher bringen.

Drei Lieder weiter sind alle außer Atem. „Schuhwechsel“, ruft Yvonne in die Runde und die Tänzer zurren sich die den Römersandalen ähnlichen Schuhe mit Bändern um die Fesseln fest. „Mit den harten Schuhen tanzt man in den Boden rein“, beschreibt sie, „in den weichen wird der Tanz leichtfüßig.“

Der holt unabhängig von der Art der Schuhe seine Faszination einzig aus den schnellen Füßen, den fliegenden Beinen und dem energischen Tritt. Er verzichtet auf Posen, die Arme hängen locker von den Schultern herab, Gesicht und Oberkörper bleiben unbeweglich. „Aber kein Jogginggesicht!“ ruft Korbela den Tänzern zu. Damit meint sie die schlaffe Entspannung, die sich oft auf den Gesichtern von Läufern zeigt. „Augen auf! Aufmerksam sein!“ Schließlich steht man auf der Bühne.

Ein „fairly reel“ kommt aus der Musikanlage, ein Traditionsstück, wie es auch heute noch in irischen Kneipen betanzt wird. Die Musik ist zu Ende. Die Tän-

## ■ CEILI IN AKTION

**MITGLIEDER** Bei Ceili machen Elf- bis 51-Jährige mit.

**TRAINING** Zweimal wöchentlich, geleitet von der Diplom-Sportwissenschaftlerin Yvonne Korbela.

**IRISCHER STEPTANZ** ist eine sehr gradlinige Tanzart, die auf Körperwindungen und Armposen verzichtet. Ihre Faszination bezieht sie aus schnellen Füßen, fliegenden Beinen, energischen Tritten.

**VORSTELLUNG** Am 28. April, 20 Uhr, und 29. April, 18 Uhr, veranstaltet Ceili einen Tanztreff an der Lüpertzender Straße 83.

 [www.ceili-irishdance.de](http://www.ceili-irishdance.de)

zer keuchen. „Nicht länger“, kommt es leise, aber entschieden aus allen Mündern. Ein ausgedehntes Stück hatte sich die Band für den Auftritt gewünscht, aber da spielt die Kondition noch nicht mit.

„Wenn man richtig mitmacht, ist man anschließend platt“, sagt die 15-jährige Natalie, die früher Fußball gespielt hat. Ihre Entscheidung für den neuen Sport begründet sie so: „Der Steptanz hält fit.“ Probleme hat sie lediglich mit der Musik. „Das ist nicht mein Fall“, denn am liebsten hört sie Metal, „aber man gewöhnt sich dran.“