## Claudia Schmid

**Italiens Weine: Bei vergnügter Stimmung hat die Trend-Redaktorin einiges gelernt über die edlen Tropfen des Nachbarlandes. Sie weiss nun auch, welchen Wein sie ihren nächsten Gästen serviert**

## Steffi Hidber

**Line Dance: Wäre die Tanzschule nicht 45 Minuten von ihrem Wohnort entfernt, die Journalistin hätte sich sogleich definitiv für den Kurs eingeschrieben – und sich ein paar richtige Cowboystiefel gekauft**

## Karin Oehmigen

**Wochenend-Crawlkurs: Die Foodjournalistin wollte schwimmen lernen wie ein Fisch. Dass die Methode des Kursanbieters funktioniert, hat sie gesehen – wenn auch bei den anderen**

FOTOS: ESTHER MICHEL

FORTSETZUNG VON SEITE 69

# Voll auf Kurs

sein», meint Marco Zuber und lacht. «Jeder hat eben seinen eigenen Geschmack und das ist auch richtig so.» KATJA RICHARD

## Line Dance

Es gibt nur wenige Dinge, die ich mir uncooler vorstelle als Line Dance. Zwar mag ich Countrymusik nicht wirklich, aber die Idee, mit einer Gruppe von Gleichgesinnten einen Tanz aufzuführen, spricht mich unglaublich an. Meine Vorstellung? In einem abgelegenen Kurslokal mit Cowboystiefel tragenden Lastwagenfahrern und Pferdenärrinnen herumzustampfen, danach ein Bierchen zu kippen und sich über das beste Barbecuerezept zu unterhalten. Die Realität? Ganz anders. Dafür mit überraschenden Glücksgefühlen verbunden.

Der erste Schock: Ich bin nicht die Jüngste in der Anfänger-Tanzgruppe von Fabienne Schoch. Die Mittdreissigerin unterrichtet seit einigen Jahren in ihrer Tanzschule Züri Line Dance in Zürich-Affoltern und ist selbst «absolut angefressen» vom Tanzsport. Die Klasse, zu der ich mich dazugesellen darf, ist klein und besteht vor allem aus gut gelaunten Fastsenioren, die mich mit aufmunternden Worten wie «am Anfang hatte ich immer ein Riesenpuff mit den Füssen» empfangen. Und schon geht es los. «Mach einfach mit», ruft Fabienne und fängt an, mit ihrer Gruppe zum Countrysong «Slipped and Fell» eine neue Choreografie einzustudieren.

Beim Line Dance wird alleine, also ohne festen Partner, getanzt. Die einzelnen Tänze sind fast immer passend auf ein bekanntes Countrylied choreografiert und werden in Gruppenformation oder in Linien hinter- und nebeneinander hingelegt. Die Schrittfolge zu jedem Song bleibt in Tegerfelden oder Texas gleich und besteht aus 32, 48 oder (für Fortgeschrittene) 64 Schritten, die dann bis zum Songende wiederholt werden. Der neue Tanz, den wir heute lernen, wird extra für den Swiss Cup des Line Dance einstudiert, der am 8. Juni stattfindet. Die ersten paar Minuten lache ich verlegen, doch plötzlich merke ich: Das ist gar nicht so schwierig. Ich kann das sogar.

Während rund einer Stunde wird die neue Schrittfolge geübt. Ins Schwitzen gerät man beim Line Dance kaum, es geht ziemlich gemütlich zu und her. Ein seltsames Glücksgefühl kommt in mir hoch; eine Kombination aus der ungewohnt beschwingten Musik und dem streberischen Gefühl, ein neues Talent in mir entdeckt zu haben. Ich fühle mich ganz, ganz weit weg von der Stadt und wünsche mir inbrünstig, dass das Kurslokal nicht 45 Minuten von meinem Wohnort entfernt wäre. Denn sonst hätte ich mich definitiv eingeschrieben. Und mir endlich ein paar richtige Cowboystiefel gekauft. STEFFI HIDBER

## Crawlen

Schwimmen können wie ein Fisch – das will ich, wollte ich schon immer. Nicht prusten und spritzen wie die Pseudo-Crawler im Hallenbad, sondern eins sein mit den Elementen, keinen Widerstand spüren, als wäre Wasser Luft. Auf der Website von Total Immersion Europe GmbH finde ich, was ich suche: Videos mit Menschen, die harmonisch durchs Wasser gleiten und einen Kurs, der alles, was für diese Technik nötig ist, an einem Wochenende vermittelt. Brustschwimmend rein, crawlend raus – genau so habe ich mir das vorgestellt.

Um das Ende vorwegzunehmen: Es war die grösste sportliche Herausforderung meines Lebens. Ich kam tatsächlich heraus, aber auf allen vieren. Eine Bahn lang crawlen, und erst noch schön, kann ich nicht, weiss aber jetzt, wie es ginge, wenn ich könnte, wie die Trainer wollten. Während ich am Anfang überhaupt nichts konnte, nicht einmal flüchten, geschweige denn davoncrawlen. Paddeln mit den Füssen? Ich kam nicht vorwärts. Durch die Nase ausatmen unter Wasser? Ich dachte, ich ersticke. Die erlernten Techniken zusammenfügen und eine Bahn lang durchziehen? Ich schaffte nicht einmal die halbe.

Trotzdem: Ich kann die Methode von Total Immersion nur empfehlen. Sie funktioniert. Ich habe es gesehen – bei den anderen. Es gab Mitschwimmer, die mehr schlecht als recht crawlten und am Ende des Kurses durchs Wasser glitten wie Mark Spitz in seinen besten Zeiten.

Ich gebe nicht auf. Ich komme wieder, sobald ich meinen Vorkurs bei Pierre Gruneberg beendet habe. Die über 80-jährige Trainerlegende – er hat selbst schwere Fälle zum Crawlen gebracht – unterrichtet an der Côte d'Azur, in Cap Ferrat, und übt zuallererst das richtige Atmen. Nicht im Pool oder im Meer, sondern über einer mit Wasser gefüllten Salatschüssel. Für eine Foodjournalistin wie mich die einzig wahre Methode. KARIN OEHMIGEN

## Weinkurs

Nach einer Stunde herrscht im Zimmer 902 der Migros-Klubschule in Oerlikon eine fidele Stimmung. Sobald Dozent Philippe Gallusser, ein netter 36-Jähriger in Businesshemd und Sneakers, etwas sagt, kichert jemand. Schliesslich haben wir – eine Gruppe von Leuten zwischen 25 und 45 Jahren – bereits fünf Weine degustiert. Und zu Beginn viel zu grosse Schlucke genommen. Mir wird klar, dass ich etwas zum Znacht hätte essen sollen. Pausenlos stopfe ich mir Brot in den Mund, das auf dem Tisch bereitsteht. Zusätzlich spucke ich, je länger die drei Stunden voranschreiten, den Wein aus. Der neue Kurs «Italienische Weine», bei dem man sich anhand von 15 Sorten quer durch Italien trinkt, kostet 90 Franken und ist kein klassischer Weinkurs. Zumal man nicht im Detail lernt, wie man einen Wein systematisch verkostet. Zwar ermutigt uns Gallusser zu sagen, wonach der Wein schmeckt. Unsere Assoziationen sind allerdings seltsam. «Dieser Chianti schmeckt nach Wirz», sage ich. Eine andere Kursbesucherin tippt auf Mottenkugeln.

Dann bittet uns Gallusser zu beobachten, wie sich die Weine im Glas entwickeln. Einige, die anfangs kühl schmeckten, werden plötzlich fruchtiger – oder umgekehrt. Diese Veränderung ist mir bisher nie aufgefallen. Aber schliesslich bin ich kein Degu-Profi, sondern möchte das Weinland Italien und seine Anbaugebiete kennen lernen. Zumal es in allen 20 italienischen Regionen Weine aus insgesamt 1000 Rebsorten zu entdecken gibt – im Gegensatz zu Ländern wie Frankreich, wo der Rebbau nicht überall betrieben wird. Deshalb sitzen im Kurs auch einige Italiener, die endlich einen Überblick über die Weine ihre Heimat erhalten wollen – oder Italophile wie ich, die oft in Italien weilen, aber völlig konzeptlos Wein trinken. Bisher konnte ich nicht einmal die fünf Qualitätsstufen unterscheiden. Die Auszeichnung IGT etwa bedeutet nichts Hochstehendes, sondern nur «Indicazione Geografica Tipica» – was einem besseren «Vino da Tavola» gleichkommt (der deswegen nicht schlecht sein muss). Auch die Unterscheidung zwischen Trauben und Weinbaugebieten gelingt mir besser. Fiano ist kein Ort, sondern eine Traubensorte; genauso wie die Rondinella. Diese wird im Veneto kultiviert, im Reich der Valpolicella-Weine. Der letzte Wein, ein Primitivo aus Sizilien, schmeckt mir besonders gut. Vielleicht liegt es auch daran, dass mein Gaumen weiss, dass er bald erlöst wird. Gallusser meint, der Wein sei ein «Schmeichler», der allen gefalle. Ich werde ihn meinen nächsten Gästen servieren – und sie mit meinem neuen Italo-Weinwissen belästigen. CLAUDIA SCHMID

### Adressen

**Aktzeichnen**
► www.aktzeichnen.ch
► aktzeichnen-grenacher.blogspot.ch
► www.kuenstlervereinigung.ch

**Line Dance**
► Swiss Country Western Dance Association www.scwda.ch
► www.zueri-line-dance.ch

**Crawlkurse**
► www.total-immersion.ch
► www.pierregruneberg.com

**Weinkurse**
► www.klubschule.ch

ANZEIGE

OSTER-SPASS FÜR GROSSE UND KLEINE SCHNEEHASEN UND SIE?
EGGS-klusives Osterangebot:
www.kulmhotel-stmoritz.ch/ostern
KULM HOTEL ST.MORITZ
*****