

TOP-HIGHLIGHTS

Mit RADIO TOP zu Nickless und Nick Mellow



Das «Uf Augehöchi mit...»-Showcase dreht seine letzte Runde im Albani Winterthur. Am 25. April spielen die Schweizer Musiker Nickless und Nick Mellow im kleinen Rahmen nur für RADIO TOP-Hörer. Luca Della Rosa führt zwischen den Konzerten ein Interview mit den Musikern. Tickets für dieses Konzert gibt es nur auf RADIO TOP zu gewinnen. Weitere Infos auf toponline.ch.

Jubiläums-Feierlichkeiten in Winterthur



Dieses Jahr feiert die Special Olympics Organisation, die weltweit grösste Sportbewegung für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung, das 50-jährige Jubiläum in der Schweiz. Am 25. April blicken wir mit Bruno Barth, National Direktor Special Olympics Schweiz, Jürg Stahl, Nationalrat und Präsident Swiss Olympic, sowie Erwin Raimann, Panathlon-Club Winterthur, auf das Jubiläumsprogramm vom 5. Mai im Stadtpark Winterthur.

Leseratten aufgepasst!

Seit 2014 sind die Verkaufszahlen von gedruckten Büchern in der Schweiz rückläufig. Wir beleuchten die Stellung des Buches in der heutigen Gesellschaft und fragen uns, warum das physische Medium trotz Digitalisierung nicht tot zu kriegen ist. TOP FOKUS, Montag bis Freitag um 18.20 Uhr (stündlich wiederholt).

MITEINANDER TANZEN UND SCHWITZEN

Sandra Burdet aus Winterthur führt am Tanzfest im Mai eine Dance-Show auf. Anders als beim klassischen Tanz ginge es bei diesem Ganzkörpertraining um Spass statt Perfektion.

«Tanzen kann jeder. Man darf nur nicht zu früh aufgeben», ist Sandra Burdet überzeugt. Die 32-jährige Winterthurerin gibt seit 2015 Dance-Lektionen an der Theaterstrasse im Gate 27. Das abwechslungsreiche Tanz-Fitness-Programm verbindet Generationen. Ihre Kursteilnehmer sind derzeit zwischen 16 und über 70 Jahre alt. Sandra Burdet schätzt die «familiäre und persönliche» Atmosphäre. Im Mai ist die begeisterte Tanzlehrerein erstmals beim hiesigen Tanzfest dabei. Auf der Open-Air-Bühne auf dem Archplatz führt sie am Samstag, 5. Mai, eine fünfminütige Dance-Show auf. Im Anschluss bietet sie Interessierten die Gelegenheit in einem halbstündigen Workshop gleich selbst mitzumachen.

SCHWEISSTREIBENDES WORKOUT

Im Vergleich zu klassischen Tanzstunden stehe bei Dance-Fitness nicht die Perfektion im Vordergrund. Auch Konkurrenzdenken gebe es nicht. «Es ist ein Ganzkörper-Training, bei dem es hauptsächlich um den Spass geht. Ganz egal auf welchem Level man ist», sagt Sandra Burdet. Jedes ihrer Trainings besteht aus einem Warm-up-, Choreo-, Cool-down- und Stretching-Teil. Tanz- und Aerobic-Elemente kombiniert die Winterthurerin zu einer Choreo-

grafie, sodass ein intensives Ausdauertraining resultiert. «Mein Ziel ist es, dass alle im Kurs mithalten und ins Schwitzen kommen.» Mit Zumba könne man Dance-Fitness nicht vergleichen. «Wir integrieren verschiedene Musikrichtungen und Tanzstile und bewegen uns nicht ausschliesslich zu lateinamerikanischer Musik.» Zudem lerne man im Dance-Fitness eine vollständige Choreografie,

die am Schluss zu einem Finallied getanzt wird.

ANFÄNGLICHE SKEPSIS VERFLOG

Mit dem Tanzen angefangen hat Sandra Burdet in ihrem 16. Lebensjahr. «Das war relativ spät», so die Winterthurerin. Erst habe sie sich an Hip-Hop gewagt, später kam Jazz und Ballett hinzu. Durch ihre Schwester sei sie schliesslich beim Tanz-Fitness gelandet. «Sie überredete mich, eine Dance-Lektion zu besuchen. Erst war ich skeptisch, aber nachdem ich es ausprobiert hatte, fand ich Gefallen daran.» Ihre Begeisterung war gar so gross, dass sie später entschloss, eine entsprechende Weiterbildung zu machen, um selbst unterrichten zu können. Neben ihrer beruflichen Tätigkeit im kaufmännischen Bereich an der ZHAW seien diese Lektionen eine gute Abwechslung.

MARKT IN WINTERTHUR ÜBERSÄTTIGT

Generell mangelt es in Winterthur nicht an Gruppenkursen im Tanz- und Fitnessbereich. «Der Markt ist ziemlich übersättigt, aber die meisten Kurse werden in Fitnessstudios angeboten, wo ein Abo erforderlich ist. Ich will da eine Alternative bieten.» In ihren Kursen könne jeder mitmachen. Tanz-Angebote will sie in Winterthur aber stärken. «Lokale Anbieter müssen weiterhin unterstützt werden», sagt sie. Das Tanzfest habe diesbezüglich Vorbildcharakter. «Einer der Gründe, weshalb ich mich in diesem Jahr für den Event engagiere.» **TINA SCHÖNI**



Sandra Burdet tritt am Tanzfest in Winterthur auf. Foto: Tina Schöni

TANZFEST WINTERTHUR vom 4. bis 6. Mai, Offene Bühne mit Shows und Workshop: Samstag, 5. Mai, ab 12.35 Uhr, Archplatz Winterthur. WWW.DASTANZFEST.CH WWW.SANDRABURDET.COM

ANZEIGE



Bis zu 50% Rabatt!

Winzig kleine Hörgeräte - Winzige Preise!

Hörgeräte

Hören, staunen, faire Preise.

Jetzt kostenlos probetragen

044 830 10 00

Phonak Virto™ B-Titanium.
Das kleinste Im-Ohr Hörgerät von Phonak.

PHONAK

Premium Reseller

audisana

Hörberatung

Zürichstrasse 1 · 8610 Uster
Tramstrasse 17 · 8050 Oerlikon
Bahnhofstr. 34 · 8304 Wallisellen

Phonak Hörgeräte

mit schweizweiter Tiefpreisgarantie

Uster · Oerlikon · Wallisellen

www.audisana.ch