

erschienen in *balletttanz*, 8/9 2009, S. 105

Ein ganz anderes Kaliber ist die **Tanzmedizin in der Praxis** von **Liane Simmel** (bei henschel-verlag.de). Hier wird man gesiezt, hier ist wirklich der Tänzer gemeint, hier wird seinem Körper Respekt gezollt. Mit Tipps und Tricks zur Prävention von Verletzungen zeigt das für die Praxis fest kartonierte Buch auch – wichtig –, wie Erste Hilfe im Tanzsaal zu leisten ist. Es führt verständlich in die Anatomie des Tänzerkörpers ein. Becken, Hüfte, Knie und Fuß sind ausführlich nicht für Mediziner, sondern für Tänzer erklärt. Stress, Ernährung, Psyche sind ohne Pädagogenfinger behandelt, weil man nur lieben kann, was man auch versteht: den eigenen Körper, dem man vertrauen will und dessen Signale nicht überhört werden sollen. Liane Simmels Buch ist ein – und das schreibt man selten: absolutes Standardwerk. Es gehört in jeden Rollkoffer, auf jeden Nachttisch eines Tänzers, der noch ein Weile weiter machen will. Tipps gibt's auch für die, die abtrainieren, weil sie mit dem Tanzen aufhören. So lange, damit rechnet nicht nur die Autorin, soll das einen Tänzer tatsächlich begleiten.