

Tanz mit Baby-Tragetuch erobert das Sachsentor

Bergedorf (bb). Normalerweise tanzt Sarah Söldner (30) mit ihren Schülern eher in Hebammenpraxen oder Gemeindegärten. Für morgen um 10.30 Uhr hat sich die Vierländerin allerdings einen ganz besonderen Platz ausgesucht: das Sachsentor vor dem Kaffeeröster Timm. Mit etwa 20 Schülern will sie dort für einen guten Zweck einen angekündigten Flashmob organisieren – und zwar einen ganz besonderen: einen „Kanga-Flashmob“.

Eine Kanga ist eigentlich ein typisch afrikanisches Kleidungsstück in Form eines langen und breiten Tuches, das auch zum Tragen von Kindern verwendet wird. Vor etwa fünf Jahren entwickelte eine Österreicherin daraus das Kangatraining – ein Fitnessprogramm, bei dem Mütter die Übungen mit ihren in Kangas oder ähnlichen Tragetaschen sitzenden Babys absolvieren. „So werden die Mamas wieder fit, und gleichzeitig haben sie ihre Babys immer ganz nah dabei“, preist die Fünfhausenerin das Training an.

Söldner selbst ist vor etwa drei Jahren auf die Tragehilfen aufmerksam geworden. Nach der Geburt ihres ersten Sohnes bekam sie eine Kanga geschenkt, wusste aber gar nicht, wie man sich das Tuch

umbindet, geschweige denn, wo sie Hilfe bekommen könnte. Kurzerhand belegte sie einen Kursus und ließ sich zur Trageberaterin ausbilden. „So bin ich auch auf das Kangatraining gekommen“, sagt die gelernte Bürokauffrau, die gleich weitermachte.

Im Januar absolvierte sie in Wien eine Ausbildung zur Kangatrainerin, lernte Übungen ähnlich dem Aerobic, die den Beckenboden schonen und stützen sowie die Bauchmuskulatur stärken – und das wie ein Känguruh mit Baby in der Tragetasche. Mittlerweile bietet Söldner gleich mehrere Kangakurse in Bergedorf, Lüneburg, Over und in den Vierlanden an. Knapp 30 Schüler unterrichtet sie bereits, auch zwei Väter sind dabei.

Für morgen organisiert Söldner nun eine Aufführung mit ihren Schülern im Sachsentor. Zwei einstudierte Choreographien wollen sie zeigen und gleichzeitig Spenden für die SOS-Kinderdörfer sammeln. Eine Charity-Aktion, die an verschiedenen Tagen in 50 Städten in Deutschland, Österreich und Belgien geplant ist. Wer mitmachen möchte, meldet sich bei Söldner per E-Mail: info@familienwiege.de. Die Tanzvideos sind auch bei Facebook in der Gruppe „Kangatraining“ zu sehen.



Sarah Söldner (30) organisiert morgen einen „Kanga-Flashmob“ im Sachsentor – und sammelt für SOS-Kinderdörfer.

Foto: Biester