

# Weil man als Mannschaft alles schafft



## Formation ist Familie – Freunde kannst du dir aussuchen!

Auf der anderen Seite gibt es jedoch Vereine, die über Jahre hinweg Spitzenformationen an den Start schicken und es gibt die Tänzerinnen und Tänzer, die, teilweise neben einer erfolgreichen Einzelkarriere, leidenschaftlich in einer Formation tanzen und dem Sport über viele Saisons treu bleiben. Als eine solche Mannschaft tritt die A-Formation des TSC Rot-Gold-Casino Nürnberg seit Jahren in der 1. Bundesliga der Standardformationen an. Aus der Mitte dieses Teams soll nun ein Rückblick auf eine Saison in einer Bundesligaformation erfolgen. Dabei soll es nicht vordergründig um die sportlichen Erfolge des Teams aus Nürnberg gehen. Der Artikel soll vielmehr einen Einblick in die einzigartige Leistungssportart Formationstanzen ermöglichen und deren Faszination einen Raum geben.

Die Saison 2018/19 war für uns als Team eine besondere Saison. Im Jahr zuvor gab es in unserer Mannschaft einen größeren personellen Umbruch. Durch diese Verjüngung kamen bei uns 2017/18 zu einem großen Teil TänzerInnen aus unseren Nachwuchsmannschaften zum Einsatz, die in der vergangenen Saison, nun in ihrem zweiten Jahr in der 1. Bundesliga gestärkt, mutig und mit einem gewonnenen Erfahrungsschatz an die Saison und an die Turniere herangegangen sind. In kaum einem Jahr waren wir selbst so ehrgeizig, in kaum einer anderen Saison waren wir so zufrieden mit unserer eigenen Leistung. Dass es trotz einer kleinen Perspektive nach oben wieder nicht für einen Medaillenrang gereicht hat, schmerzt, ändert aber nichts an unserem Mannschaftsstolz.

Wir, das sind die TänzerInnen der A-Formation des TSC Rot-Gold-Casino Nürnberg. Wir haben in der Saison 2018/19 mit unserer Choreografie *It takes two* in der 1. Bundesliga der Standardformationen den vierten Platz belegt. Wir sind im Schnitt 23 Jahre alt, unser jüngster Tänzer ist 15. Der Großteil von uns sind Schüler und Studenten, andere arbeiten ganz normal. Neben Schule, Studium und Beruf trainieren wir drei bis fünf Mal pro Woche. Viele von uns tanzen parallel auch in der Einzeldisziplin, einige sogar Standard und Latein und/oder trainieren nebenher noch Einzelpaare bzw. unser Nachwuchsteam.

**Die Saison 2018/19 endete für die 1. Bundesliga der Formationen Mitte März. Für die fünf Saisonturniere und die Deutsche Meisterschaft im November haben die Formations-tänzerInnen ein Jahr trainiert. Sie sind zwischen Januar und März in zweiwöchentlichen Abständen durch ganz Deutschland zu Turnieren gereist, haben sich dort identisch hergerichtet und sind mit ihrem Team gegen andere Mannschaften angetreten. Sie vertanzten dabei anspruchsvolle Choreografien in einer**

**Länge von circa sechs Minuten über zwei oder mehr Runden. Der sportliche Aufwand, die zeitliche und logistische Belastung und die finanziellen Anforderungen sind für ein solches Formationsteam, für die TänzerInnen, TrainerInnen und die Vereine enorm. Kein Wunder, dass es in vielen Mannschaften, auch in absoluten Top-Teams, Nachwuchsschwierigkeiten gibt und dass immer weniger Mannschaften in den deutschen Formationsligen an den Start gehen.**



**Familienfoto:**  
Die gesamte Formationsfamilie Standard.  
Foto: Hermann Depner

In unserem Formationstraining lernen wir zu Beginn der Saison die „Schritte“ unserer Choreografie. Teilweise werden diese während des Trainings noch verändert und neue TänzerInnen müssen für scheidende Teammitglieder eingearbeitet werden. Anschließend wird unsere Choreografie technisch austrainiert, um die tänzerische Qualität zu verbessern, ähnlich wie im Einzeltraining auch. Allerdings kommen in einer solchen Formation als weitere Schwierigkeit die sieben anderen Paare auf der Fläche hinzu. Ein beträchtlicher Teil unserer Trainingszeit fließt daher in das Stellen von saubereren Bildern, in das Erarbeiten von Musikalität und Synchronität, was sich zum Beispiel mit gleichen Drehgraden in den Schulterlinien herstellen lässt. Wegen der Länge einer solchen Formationschoreografie spielen auch Fitness- und Konditions-

training eine wichtige Rolle. Zum normalen Training kommen pro Saison mehrere Trainingslager hinzu, gerade kurz vor einer Meisterschaft und/oder vor Saisonbeginn.

Im Gegensatz zum Einzeltanzen ist das Training in der Formation von der Erstellung einer gemeinsamen Performance als geprägt, die wir als Gruppe auf die Beine stellen. Was wir am Ende mit unserem Durchgang präsentieren, ist mehr als eine bloße Schrittabfolge. Auf die von uns gewählte Musik wollen wir für die WertungsrichterInnen und das Publikum eine stimmige, kreative, emotionale Vorstellung bieten. Eine Formationschoreografie ist ein abgeschlossenes, sportliches Kunstwerk, mit dem eine Mannschaft eine Geschichte erzählt und im besten Fall das Publikum auf eine emotionale Reise mitnimmt.

Um dieses „höhere Ziel“ zu erreichen, liegt der Trainingsschwerpunkt einer Formation in großem Maße auf dem Gesamteindruck des Teams, darauf, dass wir gemeinsam etwas darstellen. Das Arbeiten in der Gruppe ist oft anspruchsvoll, sowohl in der Feststellung von Fehlerursachen als auch prinzipiell aufgrund der Tatsache, dass 16 Individuen auf der Fläche zu einer Einheit verschmelzen müssen. Man ist als TänzerIn letztlich nur so gut, wie es die Performance der Mannschaft ist. Bei einer solchen Arbeit und der hohen Trainingsdichte sind kleinere und größere Konflikte unvermeidbar.

Seit vielen Jahren gibt es in Nürnberg den Spruch: „Formation ist Familie – Freunde kannst du dir aussuchen“. Unabhängig davon, dass wir uns sicherlich auch als Freunde ausgesucht hätten, hat die Aussage doch einen hohen Wahrheitsgehalt. >>

**ZUR AUTORIN**  
Franziska tanzt seit acht Jahren in der Formation des TSC Rot-Gold-Casino Nürnberg.  
Vom Formationsküken entwickelte sie sich zu einem der Leader des Teams. Sie trainiert das Formationsnachwuchsteam und engagiert sich vielseitig im Verein.  
„Nebenbei“ studiert sie Jura und hat gerade sehr erfolgreich ihr 1. Staatsexamen abgelegt.



*Elegant bis in die Fußspitzen ...  
Foto: Hermann Depner*



*Während Mädels noch Haare  
machen müssen ...*



*können die Jungs schon daddeln.  
Fotos: Hermann Depner*

*Bei aller Konkurrenz entstehen auch intensive,  
teamübergreifende Freundschaften.  
Foto: Hermann Depner*



In der Saison 2018/19 haben wir uns als Team regelmäßig, fast täglich gesehen und das über einen Zeitraum von fast einem Jahr. Wir haben zusammengearbeitet, uns zusammen verbessert, uns gegenseitig angespornt und unsere Grenzen gemeinsam erweitert. Im Gegensatz zum Einzeltanzen kämpft man als FormationstänzerIn nicht nur für sich und den Partner oder die Partnerin, sondern auch für die 14 anderen Menschen um einen herum, die für diese Turniere genau wie man selbst Zeit, Kraft, Schweiß und Herzblut investiert haben. Diese Verantwortung macht die Turniere als Mannschaft, aber auch das gemeinsame Training zu etwas ganz Besonderem. Über die letzten elf Monate sind wir als Team zusammengewachsen, wir haben gekämpft, sind stellenweise emotional geworden, jeder von uns ist an seine Grenzen gestoßen,

aber immer im Wissen um das große Ziel, auf dem Turnier eine super Leistung zu bringen und mit unserem Auftritt das Publikum zu berühren und zu begeistern. Das Team hat jeden Tänzer auch in seinen schwierigen Momenten gesehen, müde, erschöpft, manchmal wütend, manchmal enttäuscht. Wir kennen uns ungeschminkt und verschwitzt nach acht Stunden gemeinsamen Trainings. Im Laufe der Zeit sind wir zu engen Freunden geworden, zu einer Gemeinschaft von Menschen mit der gleichen Leidenschaft, die einander auch in Krisen innerhalb und außerhalb des Teams beistehen.

Noch mehr verbinden uns aber die Momente des Glücks. Wir haben wahnsinnig viel gelacht, haben auch außerhalb des Trainings viel unternommen, wir haben gemeinsame Erinnerungen geschaffen, es

*Nach jedem Turnier werden zwei Fotos gemacht, das offizielle ...  
Foto: Hermann Depner*



*und das Selfie.  
Foto: Pascal Schön*





sind unsere eigenen Witze entstanden, die nun immer wieder auftauchen (*Steht die Reihe, ruft man „Ja, es passt.“*) In so mancher Situation verstehen wir uns blind. Die unvergesslichen Turniererinnerungen schweißen zusammen, ob es nun die Deutsche Meisterschaft in Braunschweig mit der fantastischen Kulisse und der Fernsehübertragung, die Anfeuerungsrufe unserer Fans, die unglaubliche Unterstützung bei unserem Heimturnier oder die herzlichen, lustigen Momente im Training sind. Gemeinsam gewinnen und verlieren, das gibt es so nur im Mannschaftssport. Die Freude und Energie, die wir spüren, wenn wir als Team auf der Fläche stehen und das Ergebnis unserer harten Arbeit präsentieren, ist unvergleichlich und hat tatsächlich Suchtpotenzial.

Dass wir diese Freude letzte Saison nach den Turnieren auch mit anderen Mannschaften teilen konnten, dass viele Teams gemeinsam nach einer Siegerehrung auf und neben der Fläche gemeinsam feiern, „Skibidi“ und „Macarena“ tanzen, das zeigt die Einzigartigkeit unseres Sportes und die Freude, die alle Teams verbindet.

Als FormationstänzerIn verbessert man nicht nur die eigene tänzerische Routine, Ausstrahlung und Kondition. Man gewinnt eine zweite Familie, mit der man sein Glück am Tanzen versechzehnfachen kann. Eine Nachwuchsformation ist zudem eine einfache Einstiegsmöglichkeit in den Turniersport. Wir wünschen uns, dass die tänzerische und sportliche Leistung der Formationen anerkannt und gewürdigt wird, dass sich Vereine entschließen, Formationen zu gründen und dass der eine oder andere Tänzer das Formationstanzen für sich entdeckt. Formationen in ganz Deutschland inklusive uns freuen sich auf euch. Ihr werdet begeistert sein!

Franziska Görlitz

## Es begann in einer regnerischen Nacht ...

### Die Chronologie einer Challenge

Auf einem Parkplatz trafen sich Giraffe, Pikachu (für Insider: Peatkachu), grünes Drachmädchen, pinker Drachenjunge, Pinguin, Krümelmonster, rosa Einhorn, Waschbär und Eichhörnchen. Was wie ein sehr schräges Märchen klingt, ist der Beginn einer Challenge, die im Jahr 2019 fast die gesamte 1. Bundesliga Standard erfasste.

#### NOVEMBER 2018

Zu jedem Trainingslager der Nürnberger Standardformation gehört auch ein Abendprogramm. Zu Halloween 2018 will man dafür eine Choreographie zum Lied Skibidi einstudieren. Die Geschwister Dominik und Kathrin Depner lernen die (zugegeben keine besonders ideenreiche und komplizierte) Choreographie und bringen sie dem Rest des Teams bei.

#### 12. JANUAR 2019

Nach dem Eröffnungsturnier der 1. Bundesliga Standard in Ludwigsburg tanzen die Teammitglieder – bereits für die Rückfahrt in augengefälligen und bequemen Onesies gekleidet – spontan im Scheinwerferlicht ihres Busses den Skibidi-Tanz. Selbstverständlich soll auch das Internet von dieser perfekten Performance erfahren.

#### 26. JANUAR 2019

Erster Auftritt in der Halle nach der Siegerehrung des Turniers beim TC Bernau, Mitglieder anderer Teams trauen sich mitzutanzten.

*Falls jemand nicht weiß, was ein Onesie ist ... Foto: Hermann Depner*



#### 3. FEBRUAR 2019

Die Standardformation des TC Bernau greift den Skibidi-Tanz auf, studiert die Choreographie ein und fordert in einem Video die nächste Formation, die FG Hofheim/Friedberg/Gießen, zur Skibidi-Challenge auf.

#### 9. FEBRUAR 2019

Beim Formationsturnier in Göttingen tanzen nach der Siegerehrung bereits drei Teams (RGC, Bernau und FG) zur Freude des Publikums den Skibidi.

#### 23. FEBRUAR 2019

Viertes Turnier der 1. Bundesliga Standard: Mit Darmstadt und Düsseldorf sind bereits fünf Teams bei der Skibidi-Challenge.

#### 9. MÄRZ 2019

Beim Abschlussturnier in Nürnberg verstärken die Tänzer aus Braunschweig und Ludwigsburg die Skibidi-Fraktion. Damit hat die Challenge ihren Höhepunkt erreicht und die 1. Bundesliga Standard fast vollständig durchdrungen. Mal sehen, was die Saison 2019/2020 bringt ...

Mila Scibor



Wer eine Vorstellung über die Skibidi-Challenge bekommen möchte (vlt. zum Selber-Üben), findet unter dem QR-Code einen Link zum Video. Special am Ende: „Wie alles begann ...“