

# Was macht den Tango so besonders?

Tango Argentino kommt nach Wittstock – Kurs für Anfänger startet im Februar



Fotos: Adobe Stock/Viacheslav Iakobchuk, Privat

**WITTSTOCK.** Für leidenschaftliche Momente in romantischen Filmen werden immer wieder gern Szenen mit Tango tanzen den Paaren genommen. Dann sieht man die enge Umarmung, die langsamen Schritte, die verschlungenen Beine. Tango ist etwas Besonderes, er verspricht Intimität, manche halten ihn gar für erotisch.

Ab Februar bietet die Volkshochschule in Wittstock die Möglichkeit, diesen Tanz zu erlernen. Und es sind zwei Frauen, Sabine Schattschneider und Grete Weingart, die unterrichten werden. Beide haben sich seit Jahren dem Tango verschrieben und kennen die Schubladen, in die dieser Tanz oft gesteckt wird. Doch Tango bedeutet für sie nicht nur mehr, sondern auch anderes:

„Im Tango kann man sich wie bei keinem anderen Tanz auf sein Gefühl verlassen und seine eigene Kreativität entwickeln. Es gibt keine festen Schrittfolgen, man muss ganz im Moment und mit seinem Partner verbunden sein, damit es zu dieser besonderen Verbindung kommt“, sind sich die Lehrerinnen einig.

Erst ist es eine Körpersprache, die man lernt, wie man jede Sprache lernen muss, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Wenn beide Partner die Signale verstehen und die Körper die Grundlagen der Bewegungen beherrschen, dann beginnt die Kommunikation, das Spiel im Paar und zur Musik. Beide hören sich auf der körperlichen Ebene zu, entscheiden sich im aufmerk-

samen Führen und aktiven Folgen, ob sie dem Rhythmus oder der Melodie folgen wollen, ob sie schöne Pausen oder kleine spielerische Schritte tanzen wollen. Dann erlebt man manchmal einen Moment, „der die Außenwelt verschwinden lässt und einen drei Minuten lang ins All bringen kann“, schwärmt Sabine Schattschneider. „Das Schöne am Tango ist, dass man schon mit den geringsten Grundlagen auf einer „Milonga“, dem Tangoabend, dabei sein kann. Man lernt mutig zu werden“, ist Grete Weingart überzeugt. Und dann kann sich jeder entscheiden, ob die Reise für ihn endlos weitergeht oder ob man mit „ein bisschen über die Tanzfläche schieben“ zufrieden sein möchte. Für manche ist es eine Reise, die das

ganze Leben lang anhält. „Wer einmal in der Tangowelt zu Hause ist, kann in jeder größeren Stadt der Welt Orte finden, an denen man Tango tanzt“, erzählt Grete Weingart, die von Anfang an beide Rollen tanzen lernte und vor allem die führende Rolle unterrichtet. Sabine Schattschneider unterrichtete in den vergangenen Jahren in Neuruppin, inzwischen leiten beide gemeinsam zwei Tango-Gruppen in Röbel und freuen sich darauf, ihre Leidenschaft nun nach Wittstock zu bringen.

Der Kurs für Einsteiger beginnt am Montag, dem 12. Februar, um 18 Uhr im Saal der ehemaligen Molkerei und geht bis Ende April. Die Anmeldung erfolgt über die Volkshochschule.

WVS

Ab Februar bietet die Volkshochschule in Wittstock die Möglichkeit, Tango zu lernen. Sabine Schattschneider und Grete Weingart werden den Kurs durchführen.

## Der Küche ein neues Leben schenken - Küchen-Schauwoche bei Portas:

Küchenmodernisierung als werterhaltende Alternative zum Neukauf

(epr) „Eine neue Liebe ist wie ein neues Leben“ – was im altbekannten Schlager besungen wird, gilt oftmals auch für das Eigenheim. Erstrahlt ein Raum in neuem Glanz, so hat das auch positive Auswirkungen auf das Wohlfühl, das wir verspüren, wenn wir diesen betreten.

Wer feststellt, dass der Zahn der Zeit an der Kucheneinrichtung nagt, muss jedoch nicht direkt an einen teuren Neukauf denken. Eine hervorragende Alternative stellt eine Küchenmodernisierung vom Spezialisten dar. Portas bietet dafür u. a. eine große Auswahl

an Küchenfronten in unterschiedlichen Stilrichtungen. Darüber hinaus lassen sich auch mit schicken Griffen, einem verkleideten Fliesenspiegel oder einer neuen, abgestimmten Arbeitsplatte eindrucksvolle Akzente setzen. Bei der Modernisierung nach Maß können zudem individuelle Bedürfnisse wie zusätzlicher Stauraum oder eine bestimmte Art der Beleuchtung realisiert werden. Moderne Frontenprogramme verpassen Ihrer Küche ein „Update“ ins Hier und Jetzt. Elegante Design-Optionen wie Softline oder Finline kommen erfrischend anders daher und er-

möglichen z. B. eine zeitlose Beton-Optik. So wird das Herzstück des Hauses ruck, zuck wieder zum Highlight und Lieblingsort! Sowohl die Umwelt als auch unser Portemonnaie danken uns den Umbau als günstige und zugleich professionelle Alternative zum Neukauf. Portas überzeugt dabei neben ressourcenschonenden Modernisierungslösungen für die „neue“ Traumküche auch mit 50 Jahren an Erfahrung und Qualität „made in Germany“. Weitere Informationen und tolle Inspirationen gibt es unter [www.portas.de](http://www.portas.de)

## KÜCHENAUSSTELLUNG

Mo. - Do. 10 bis 17 Uhr, Fr. u. Sa. nach Vereinbarung

So sparen Sie Zeit, schonen die Ressourcen der Erde und Ihre Geldbörse!



Beratung und Inspiration mit 50 Jahren Erfahrung im Bereich werterhaltende Renovierung

Lassen Sie sich begeistern von den einzigartigen Möglichkeiten der PORTAS-Renovierungssysteme. Wir freuen uns auf Deinen Besuch!

**PORTAS-Fachbetrieb M & M Renovierungs GmbH**  
Milower Straße 7 • 14727 Premnitz/Havelaue

☎ 0 33 86 - 28 05 98  
🏠 [merten.portas.de](http://merten.portas.de)

**PORTAS®**

**IHRE ANZEIGE?...IHR SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG!**  
Insrieren Sie im Wochenspiegel: **0331 / 28 40 404** oder [anzeigen@wochenspiegel-brb.de](mailto:anzeigen@wochenspiegel-brb.de)

### Medizin

ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen

Im Alter kann jeder etwas für seine Knochen und Knorpel tun!



Unsere Gelenke sind im Alltag enormen Belastungen ausgesetzt: Sie werden vielfach gebeugt, gestreckt und gedreht. Um Knochen und Knorpel, die wichtigen Bestandteile eines Gelenks, zu unterstützen, kann aber jeder etwas tun: mit speziellen Mikro-Nährstoffen, enthalten in Rubaxx Komplex (Apotheke). So tragen z. B. Vitamin C zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knochen- und Knorpelfunktion und Vitamin K und Magnesium für den Erhalt normaler Knochen bei. Neben 20 ausgewählten Vitaminen und Mineralstoffen enthält Rubaxx Komplex zusätzlich Kollagenhydrolysat, Glucosamin, Chondroitinsulfat und Hyaluronsäure – elementare Bestandteile des Knorpels und des Bindegewebes.

**Das Fazit einer begeisterten Anwenderin: „Für mich das Beste!“**



(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

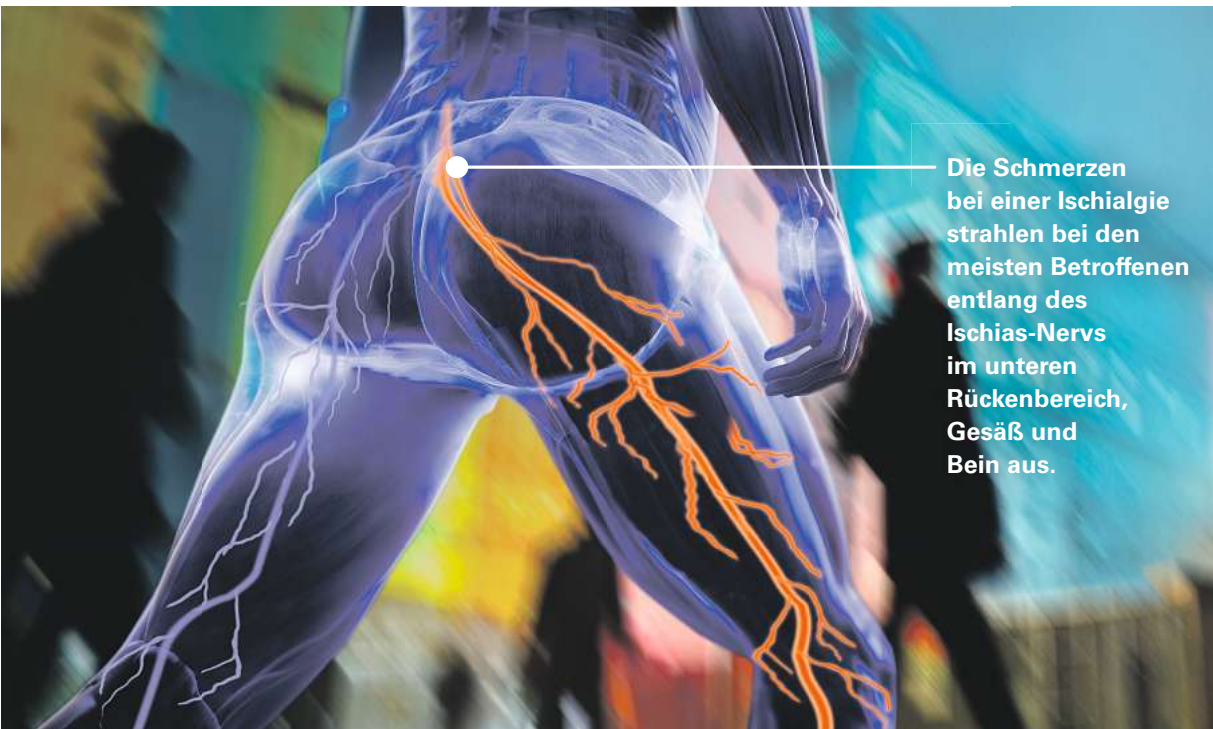


„Ich nehme Restaxil, wenn ich große Nervenschmerzen habe. Es hilft hervorragend gegen Rückenbeschwerden und im Ischias-Nerv.“  
(Norbert L.)

der Ischias-Nerv. Wird Druck auf den Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein.

# Verbreitete Qual: Ischias-Schmerzen bei der Hälfte der Bevölkerung

Hilfe kommt mit einem speziellen Arzneimittel aus der Nervenmedizin



Die Schmerzen bei einer Ischialgie strahlen bei den meisten Betroffenen entlang des Ischias-Nervs im unteren Rückenbereich, Gesäß und Bein aus.

## Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Deshalb haben Experten die Schmerzmittel Restaxil speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen entwickelt. So wird etwa der Arzneistoff **Iris versicolor** in Restaxil laut Arzneimittelbild vor allem bei

Ischialgien mit ziehenden, reißen und brennenden Schmerzen im Hüftner bis

zum Fuß eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der

## Nährstoff-Power für starke Nerven

Schon gewusst? **Restaxil UMP B-Komplex** (Apotheke, PZN: 16198895) bietet mit seinem speziellen Nährstoff-Komplex die ideale Ergänzung zum bewährten Arzneimittel Restaxil. Es enthält den gesamten Vitamin B-Komplex, Calcium und Uridinmonophosphat (UMP). Vitamin **B1, B3, B6 und B12** sind beispielsweise wichtig für eine normale Funktion des Nervensystems. Calcium etwa trägt zu einer normalen Signalübertragung bei.

Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz.

## 5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler Iris versicolor und Cimicifuga racemosa mit drei weiteren bewährten Arzneistoffen zu einem besonderen 5-fach-Wirkkomplex kombiniert! **Das Beste:** Die Schmerzmittel sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:  
**Restaxil**  
(PZN 12895108)



[www.restaxil.de](http://www.restaxil.de)