

**Tanzen mit Rollator – mitmachen, ausprobieren, mitreden können**  
**Gabriele Hilscher, Stuttgart, DE**

Der Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST) bietet neben Seniorentanz, Tanzen im Sitzen und Tanz am Stuhl auch Tanzen mit Rollator an. Mit diesem Angebot möchte der BVST die große, ständig wachsende Anzahl der Menschen erreichen, die einen Rollator aus unterschiedlichen Gründen benötigen. Tanzen mit Rollator kann die Mobilität erhalten oder eventuell auch verbessern.

Tanzen ist gesund, Tanzen macht Spaß und Tanzen bietet Geselligkeit.

Schöne, vielseitige Musiken wurden für das Tanzen mit Rollator ausgewählt.

Die Musik gibt den Rhythmus und das Tempo vor, der Rollator die Stabilität um die Bewegungen der Tänze auszuführen. Gemeinsam werden Schritte und Figuren in verschiedenen Aufstellungen geübt und getanzt.

Vielseitig, abwechslungsreich und ganzheitlich zu fördern ist das Ziel: Sicherheit beim Gehen, Orientierung, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft erhalten und verbessern. Sozialkompetenzen, Alltagskompetenzen und Selbständigkeit erhalten. In der Gruppe bietet Tanzen mit Rollator Spaß und Lebensfreude.

Wir laden ein, diese Art des Tanzens auszuprobieren, vieles über das Tanzen mit Rollator zu erfahren und Spaß mit dieser neuen Tanzform im Workshop zu haben.

Kurzbiografie: Gabriele Hilscher (geb. 1951) studierte Musik an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst, Stuttgart. Im Bereich Musikerziehung lange Jahre tätig in den Fächern Quer- und Blockflöte, Gesang und Stimmbildung; leitete einen Kinderchor, Blockflötenensemble, Jugendorchester und Chorleitungsververtretungen. Ab 1990 als Dozentin für Aktivierung und Rehabilitation in Fachschulen für soziale Berufe im Bereich Altenpflege mit Schwerpunkt Musik und Bewegung. Tanzleiterausbildung und Qualifikation zur Ausbildungsreferentin beim Bundesverband Seniorentanz e.V. Leitung verschiedener Tanzgruppen: Seniorentanz, Tanzen im Sitzen und Tanz mit Rollator; Tanzen im Sitzen mit an Demenz erkrankten Menschen. Fortbildungen Tanz bei verschiedenen Trägern von Seniorenheimen. Workshop und Vortrag beim deutschen Seniorentag. Leitung von Tanzseminaren, Vorstellung und Verbreitung von Seniorentanz und Tanzen im Sitzen in verschiedenen Aktionen und Vorträgen an der Universität Bandung (Indonesien). Choreographieren von Tänzen mit Rollator und im Sitzen für dieses spezielle Klientel und das Entwickeln eines Konzeptes zu Unterrichtsmodulen für Tanzen mit Rollator zusammen mit Mitarbeiterinnen des BVST ist im Moment ihre besondere Beschäftigung.