Wer lacht, hat noch Reserven: Lena Schindler im „Baby Freeze“

VERSUCHSOBJEKT Lena Schindler, 42, die vom Breakdancen träumt, aber nicht mal eine eigene Jogginghose besitzt

TESTUMGEBUNG Privatstunde im Jugendkunsthaus Esche

MISSION Completed! Siehe links

BITTE EXAKT SO BLEIBEN

Beim Grübeln übers „Innehalten“ fiel unserer Autorin ein, wie toll sie früher Breakdance fand. Besonders diese Moves, die wie eingefroren aussehen, haben es ihr angetan. Tja

foto Martin Kess **text** Lena Schindler

das experiment

Es war einmal ein Hip-Hop-Abend in der Provinzstadt, aus der ich komme, irgendwann in den frühen 90ern, kurz bevor man aufhörte, das Wort „Disco“ zu benutzen. Die ersten Beats von „Hey You“ von der Rock Steady Crew erklangen, auf der Tanzfläche bildete sich ein Kreis, ich trat hervor und eröffnete mit einer mehr als großartigen Schrittkombo mein Breakdance-Set. So was hatte diese Stadt noch nie gesehen: Ich schraubte in einer „Windmill“ über den Boden, watschelte auf den Händen wie eine Schildkröte, drehte mich in einem Wahnsinnstempo auf dem Kopf und beendete meinen Auftritt mit einem „Television Freeze“ (sieht aus wie jemand beim Glotzen auf dem Sofa!). Das Publikum tobte. Ich hatte sie alle weggehauen.

Diese kindliche Großartigkeitsfantasie könnte nicht weiter weg von der Wirklichkeit sein. Ich war schüchtern, hatte Angst, im Mittelpunkt zu stehen. Sogar davor, beim Breakdance-Kurs mitzumachen, was ich doch so unbedingt können wollte. Stattdessen guckte ich Filme wie „Beat Street“ oder „Wild Style!“ in Dauerschleife, schaute fasziniert zu, wenn die coolsten Jungs der Stadt im Jugendzentrum ihre Moves trainierten. Und übte heimlich allein zu Hause, was sinnlos war, weil ich weder einen Linoleumboden noch ein Korrektiv hatte, geschweige denn ein Zimmer, das groß genug war, um bei meinen Versuchen nicht jedes Mal den Regalinhalt herunterzureißen.

Als erwachsener Mensch gräme ich mich, dass ich früher dauernd die Hosen voll hatte. Und finde, ich schulde es meinem jüngeren Ich, verpasste Chancen nachzuholen. Ja, ich würde zu einem

In der Hip-Hop-Szene nennen sie meinen Coach „The Vati of all“

Training gehen, ein paar Jahrzehnte später als der Durchschnitt vielleicht, aber auf keinen Fall: zu spät.

Meine Suche im Netz nach einem Coach in meiner Nähe bringt Überraschendes zutage: Auch wenn es erwachsener geworden ist, kenne ich das Gesicht des Mannes, der diese anspruchsvolle Disziplin unterrichtet und in Hamburgs Hip-Hop-Szene inzwischen als „The Vati of all“ gehandelt wird. Denn er gehört ausgerechnet zu den Jungs, die ich früher im Jugendzentrum meiner Heimatstadt bewundert habe, und ist – wie ich – vor Jahren an die Elbe gezogen: Christian Delles, besser bekannt als Beat Boy Delles. Obwohl das Wissen um unsere gemeinsame Vergangenheit meine Schmach maximal vergrößern könnte, bin ich sicher: Er ist mein Mann! Als Vorstand des Vereins DeluxeKidz e.V., gegründet von Rapper Samy Deluxe, trainiert er Kinder und Jugendliche aus verschiedenen Herkunftsländern, Kulturen, Milieus und Altersklassen. Da wir derselbe Jahrgang sind, hege ich die Hoffnung, dass er sich auch auf die Bedürfnisse von Späteinsteigern einstellen kann.

Als ich mit einer geliehenen Jogginghose, Sneakern und einer Rolle Traubenzucker vorm Jugendkunsthaus Esche in Altona stehe, gehen mir so Sachen durch den Kopf: Werde ich im Anschluss noch in der Lage sein, meine Kinder aus der Kita abzuholen? Deutet das Wort Breakdance auf die Gefahr für Menschen in meinem Alter hin, sich ernsthaft zu verletzen? →

ES SOLL DARUM GEHEN, SPASS ZU HABEN

„Nee nee, den Begriff vergessen wir sowieso gleich mal wieder“, klärt mich Beat Boy Delles auf, nachdem ich mir bei der Begrüßung mühsam die Frage verkniffen habe, ob er sich vielleicht aus Jugendtagen an mich erinnert (ich fürchte: nein!). „Der Name wurde vom Mainstream erfunden. Wir sagen B-Boying, das ist ganz wichtig!“ – „Geht auch B-Girling?“, frage ich. Kopfnicken. Und noch eine beruhigende Information: „Wir wollen bei DeluxeKidz keine Leute heranzüchten, die irgendwann auf der Bühne stehen“, erzählt Christian, „sondern Kindern und Jugendlichen eine coole Alternative zu Social Media bieten.“ Über Rap, Graffiti, Beatbox und B-Boying sollen sie an Musik, Sprache, Tanz, darstellende und bildende Kunst herangeführt werden. „Es geht darum, Spaß zu haben, Selbstbewusstsein zu gewinnen, es ist eine Form von Empowerment.“

ALS WIR UNS vor der Spiegelwand nebeneinander aufstellen, erzählt Christian mir, dass es im Hip-Hop darum geht, negative Energien in positive umzuwandeln: „Wer meint, es hätte irgendwas mit Gucci-Taschen, Drogen und Waffen zu tun, hat was falsch verstanden.“ Während wir uns aufwärmen, sagt er: „Das geht extremst auf den Körper! Bist du ready?“ Mein kleinlautes „Nein“ geht in einem Klassiker von 1973 unter: „Apache“ von der Incredible Bongo Band. Zum Glück auch das Knacken, das ich in meinen Gelenken spüre. Wir üben ein paar Tanzschritte, „Toprocks“ und „Uprocks“, über deren Entstehung mein Coach so viel weiß, dass er für dieses Spezialgebiet als „Wer wird Millionär?“-Telefonjoker infrage käme. Da die Koordination der Gliedmaßen zu meinen eher kümmerlich ausgeprägten Fähigkeiten zählt, verheddere ich mich schon bei den Basics. Dass mein Tanz kaum eine Ähnlichkeit zu dem meines Trainers hat, findet er unproblematisch. „Beim B-Boying musst du deinen eigenen, uniquen Style entwickeln. Nicht kopieren, sondern dein Inneres auf die Tanzfläche tragen.“

Er sieht die Dinge positiv: „Ja, geil, du bist gut drauf!“

Ich höre angestrengt seinen Anweisungen zu und versuche, im wahrsten Sinne des Wortes, Schritt zu halten. „Wir geben alles, 5, 6, 7, go!“, ruft er mir zu. „Jetzt haust du das mal auf diesen Beat, keine Sorge, das kriegst du hin!“ Entgegen meiner Erwartung, in dieser Situation von den Dämonen meiner glanzlosen Jugend eingeholt zu werden oder auf die Idee zu kommen, mich für irgendetwas zu schämen, denke ich an: gar nichts. Ich habe keine Zeit dafür, bin hoch konzentriert, schwitze. Als die Choreo aus „Indian Step“, bei dem das Bein diagonal übersetzt, einem „Cross Turn“ mit gestandener Drehung und dem angedeuteten Fußballschuss „Kick Ball Change“ einigermaßen sitzt, atme ich innerlich auf. In der Pause, die ich nun dringend brauche, zeigt mir Christian ein Video eines Tänzers im Grundschulalter. Der schafft es, sich so lange auf dem Kopf zu drehen, dass allein das Zuschauen für jemanden mit Reiseübelkeit eine Herausforderung ist. Der Kommentar meines Lehrers: „Das ist ein Headspin, Lena, den machen wir jetzt auch!“

In diesem Moment verfluche ich mich für meine lethargische Art, dauernd mit Wollsocken, Chips und Trash-TV auf der Couch herumzulungern, anstatt regelmäßig zum Yoga zu gehen. „Um einen Headspin zu lernen, brauchen viele ein halbes Jahr“, beruhigt er mich – den schaffen wir heute also leider nicht–, „aber wenn der Erfolg da ist, dann geht’s endorphinmäßig ab. Irgendwann kommt der Punkt, da kannst du so lange drehen, wie du willst.“ Wenigstens einen ansehnlichen „Freeze“, eine Technik also, bei der alle Körperbewegungen angehalten werden und wie eingefroren aussehen, will ich hinbekommen. Beat Boy Delles gibt mir, während ich auf dem Boden hocke, Anweisungen: „Ellenbogen in den Bauchnabel, Kopf ablegen, Spannung aufbauen, Beine heben, Becken eindrehen, halten, halten, halten!“ Darin liegt das Problem: die Balance nicht zu verlieren. Und die Kraft. Ich kämpfe, ich beiße die Zähne zusammen, falle immer wieder auseinander wie eine gepflückte Mohnblüte. Mein Coach jedoch sieht die Dinge positiv: „Ja, geil, du bist gut drauf!“

Nachdem ich den sogenannten „Baby Freeze“ sehr viele Male geübt habe, merke ich, wie meine Handgelenke schmerzen, wie schlecht meine Bauchmuskeln trainiert sind, wie dringend ich einen Traubenzucker bräuchte. „Was kannst du denn richtig gut?“, fragt Christian unvermittelt. Da ich mich nicht traue, „Rolle vorwärts“ zu sagen, behaupte ich: „Kopfstand.“ Den kann ich zumindest halten, solange ich mich dabei nicht auch noch drehen muss. Eine Antwort mit Folgen. Denn die kommenden „Freezes“ werde ich kopfüber ausführen – bis mein Gesicht eine Farbe von sattem Bordeaux angenommen hat und ich eine Druckstelle am Hinterkopf spüre, die mir tagelang erhalten bleibt. „Im Hip-Hop geht’s auch darum, sich selbst zu präsentieren, also ruhig mal ein bisschen outstanding, Lena!“, fordert mich Christian heraus, als ich so auf dem Kopf verharre. Okay, versuche ich, aber dürfen meine Füße bitte wieder auf den Boden?

Auf schwachen Beinen, aber mit breiter Brust verlasse ich den Tatort. Kein Endorphinrausch, dafür enormer Muskelkater. „Zeig mal, was du heute gelernt hast“, sagt mein Mann. Ich antworte mit einem Zitat aus einem weiteren Klassiker: „… don’t push me ’cause I’m close to the edge“. Mehr habe ich heute einfach nicht zu sagen.