

# Ein Tag im Leben von ...

*Aufgezeichnet von Chantal Zoelly*

**Minh Thanh Do, Hip-Hop-Tanzlehrer unter anderem bei Chronos Movement in Basel.**



Minh Thanh Do gibt rund 22 Stunden Tanzunterricht pro Woche, Foto: zVg

Tanzen ist meine Leidenschaft. Diese Leidenschaft möchte ich an Kinder und Jugendliche weitergeben, deshalb unterrichte ich seit über neun Jahren Hip-Hop/Streetdance, vereinzelt auch Breakdance. Hip-Hop ist eine vielseitige Tanzrichtung mit verschiedenen Stilen und Elementen aus dem Breakdance, Locking und Popping. Es ist eine Sportart, die grosse Fitness verlangt. Mit dem Aufkommen von Social Media ist Hip-Hop/Streetdance sehr populär geworden, da sich viele Kinder und Jugendliche Tanzvideos auf Medien wie TikTok anschauen und sich davon inspirieren lassen. Sie möchten das unbedingt lernen, meine Kurse sind entsprechend gut besucht.

Meinen Tag beginne ich meist gegen halb acht mit einem richtigen Frühstück. Für mich ist das wichtig, um genug Energie für den ganzen Tag zu haben. Morgens unterrichte ich Tanzprojekte in Schulen. Das sind meist sozio-kulturelle Projekte, die zum Beispiel die Integration fördern. Nachmittags und abends trainiere ich Kinder ab fünf Jahren und Jugendliche in verschiedenen Studios im Raum Basel – unter anderem bei Chronos Movement. An der Tanzschule bin ich fest angestellt, das ist für mich Luxus, da die meisten Tanzlehrer-Anstellungen auf Stundenbasis erfolgen. Insgesamt unterrichte ich etwa 22 Stunden pro Woche, davon etwa 3,5 Stunden bei Chronos Movement. Da sich meine Tanzklassen nach dem Ende des Schulunterrichts richten, ist mein letzter Kurs manchmal erst um 22 Uhr zu Ende. In meinen Lektionen habe ich meist 12 bis 16 Personen. In den beiden Klassen an der Uni Basel, wo ich jungen Erwachsene unterrichte, sind es etwa 40 Teilnehmende.

## **Kein richtig oder falsch**

Am Wochenende bereite ich meinen Unterricht vor, indem ich alle drei bis vier Wochen passend für jeden Kurs eine neue Choreografie entwickle, die wir dann die nächsten Wochen einstudieren. Wenn zwei Klassen ein ähnliches Niveau haben, dann bereite ich eventuell eine ähnliche Choreografie vor. Das Ziel ist, zu Hip-Hop-Musik zu tanzen und Spass dabei zu haben. Es geht auch darum, sich durch den Tanz auszudrücken und Selbstbewusstsein zu entwickeln. Wichtig ist der persönliche Ausdruck und nicht ob richtig oder falsch.

Während meines Unterrichts mache ich selber aktiv mit und gebe nicht nur passiv Anweisungen. Ich muss fit sein, damit ich mit all meinen Schülern den ganzen Tag über mithalten kann. Ich achte deshalb sehr auf meine Ernährung und bereite die Mahlzeiten für den Tag oder die Woche oft schon morgens vor. Zusätzlich mache ich morgens oder abends Krafttraining.

Nach meiner Ausbildung als Sportlehrer an der Uni Basel habe ich als Sportlehrer gearbeitet und war einige Zeit bei der MIR Company als Tänzer engagiert. Doch das erfüllte mich nicht, ich spürte: Tanzlehrer ist meine Bestimmung. ■

[www.chronosmovement.ch](http://www.chronosmovement.ch)