

# MODERNIA TANSSIA

– Menkää kolmen ihmisen ryhmiin ja rakentakaa itsestänne patsas. Muistakaa käyttää kaikkia kolmea tasoa, eli ylä-, keski- ja alatasoa.

Näillä ohjeilla alkoi tanssintunti Tampereen Sinikkelossa. Ihmiset möyriivät lattialla, kiipeileivät toisiaan vasten, musiikki soi ja kaikilla näyttää olevan hillittömän hauskaa.

– Rakentakaa seuraavaksi saman ryhmän kanssa siltä. Ottakaa huomioon, että sillan täytyy kestää koossa, kunnes muut ryhmät ovat kulkeneet sen alta ja näin testanneet rakentamanne sillan kestävyuden.

Alkaa jälleen kova touhu, jossa jäykinkin käsi ojentuu kauniiksi sillan kaareksi.

Lopuksi rauhoitutaan. Käsi tarttuu käteen ja kietoudu-



Kuva: Jaska Näykki

taan yhdeksi suureksi solmuksi lattialle.

Tanssitaiteilija Marjo Hämäläinen käy lähes viikoittain ohjaamassa Sinikellolaisia modernin tanssin maailmaan. Tunneilla opetellaan kehon tuntemista ja liikettä sekä liikkumista tilassa.

Ajankohta on sellainen, että talossa on samaan aikaan asiakkaiden fysioterapeutteja ja he osallistuvat ryhmään asiakkansa kanssa muiden

mukana. Marjo Hämäläinen on itsekin koulutukseltaan fysioterapeutti, joten tältäkin osin asiakkaat ovat turvallisesa ohjauksessa.

Modernin tanssin lisäksi Sinikkelossa on harrastettu myös pyörätuolitanssia. Tanssiminen on saavuttanut suuren suosion asiakkaiden keskuudessa ja sitä voi oikean ohjauksen turvin suositella lämpimästi muillekin päivä- tai harrastustoiminnan toteuttajille.