

Die getanzte Lebensfreude



Myrta Schorer feuert gerne andere Menschen an, um sich selbst zu finden. Bild: Martina Rauch

LINDAU Myrta Schorer aus Lindau absolvierte vor 40 Jahren eine Ausbildung zur Gymnastiklehrerin und eröffnete ihr Studio Gymnata. Heute unterrichtet sie unter dem Label myrta DeNia unter anderem Nia, Tai-Chi oder autogenes Training.

Martina Rauch

«Nia explodiert wie Taekwon-Do, es groovt wie Jazzdance, es fliesst wie TaiChi, es zentriert wie Yoga und es macht glücklich und entspannt», erklärt Myrta Schorer aus Lindau. Nia bedeutet neuromuskuläre integrative Aktion und wird auch Tanz der Sinne oder getanzte Lebensfreude genannt.

Schorer entdeckte diese Fitness-technik vor 16 Jahren in einem deutschen Frauenmagazin. «Ich war sofort neugierig und lud eine deutsche Nia-Lehrerin für einen Workshop zu mir in mein Studio ein.» Als sie das erste Mal Nia ausprobiert habe, sei sie sofort entflammt. Darauf liess sie sich von den Gründern Debbie und Carlos Rosas bis zum Black Belt ausbilden.

Nia ist eine Verbindung von Body, Mind, Emotion und Spirit. «Es ist nicht nur für den Körper und die Fitness gut, sondern auch für das allgemeine Wohlbefinden und für das mentale Training.» Schorer habe seither nie eine vergleichbare Fusion von Fitness und Wellness entdeckt, die so ganzheitlich auf allen Ebenen wirkt. «Wenn es mir gelingt, in einem Menschen die

Lebensfreude zu wecken, bin ich glücklich. Ich liebe es, Menschen anzufeuern, um sich selbst zu finden.»

Zurück zum Tanz

Myrta Schorer absolvierte eine KV-Ausbildung und arbeitete während der nächsten zehn Jahre als Sekretärin, in Reisebüros oder am Flughafen. «Ich erinnerte mich dann daran, dass ich immer tanzen wollte, mich bewegen wollte», sagt Schorer. Deshalb liess sie sich zur Gymnastiklehrerin ausbilden. 1974 hat sie ihr Studio Gymnata

«Nia und Tai-chi sind mein Lebenselixier.»

Myrta Schorer

gegründet und unter anderem Gymnastikunterricht gegeben. Dank grosser Nachfrage konnte sie sich während der nächsten zehn Jahre als Pionierin im Krafttraining exklusiv für Frauen behaupten. In Spitzenzeiten konnte sie bis zu 600 Mitglieder zählen. Irgendwann merkte sie jedoch, dass sie nur noch eine Management-Funktion ausübte und das Unterrich-

ten verloren ging. Deshalb verkaufte sie ihr Geschäft und kehrte zurück zum Tanz. Heute ist sie glücklich, immer noch ihre Leidenschaft weitergeben zu können, auch wenn sie schon längst kürzertreten könnte. «Nia und Tai-Chi sind mein Lebenselixier, meine Wegbegleiter, die mich körperlich und geistig wach halten. Ich kann meiner Berufung weiter nachgehen.»

Stolz auf verwirklichte Träume

Schorers Begeisterung für Sport und Bewegung begann bereits in der Kindheit. «Ich habe schon immer gerne getanzt und mich bewegt. Mein Traum war es, eine Tanzausbildung zu absolvieren.» Daneben habe sie immer auch gerne Sprachen gelernt und die Welt bereist. «Ich bin stolz, sagen zu können, dass ich alle meine Träume heute verwirklicht habe.»

Schorer lebt vier bis sechs Monate im Jahr in der Karibik und offeriert Ferienkurse am Meer. «40 Jahre in Bewegung fordert und fördert. Ich wünsche mir, dass ich diese Passion noch lange mit meinen Teilnehmern teilen kann.»

Jeden Donnerstag um 9.10 Uhr Nia in Effretikon und 18.30 Uhr in Lindau, Tai-Chi/QiGong um 12.15 Uhr in Effretikon und 19.30 Uhr in Lindau.

www.myrtaDeNia.ch