

# Erfolgreiche Twirlerinnen

*MCL-Majoretten absolvieren Level-B-Prüfung*

■ **Spenge-Lenzinghausen.** Seit kurzer Zeit sind die Majoretten des Musikcorps Lenzinghausen Mitglied im deutschen Twirlingsportverband (D.T.S.V.). Als krönenden Abschluss eines zweitägigen Lehrganges im Schwarzwald konnten die teilnehmenden Majoretten Janin und Anna-Lena Bastian ihre Level B-Prüfung absolvieren. Insgesamt gibt es vier Level – D, C, B und A. A ist hier der beste Level. Danach folgen die Grade eins bis vier mit sinkendem Schwierigkeitsgrad.

Bei diesen Prüfungen ist nicht nur die Twirl-Technik gefragt, sondern auch die körperliche Fitness und es liegt eine große Betonung auf der Körperbeherrschung. Nur mit viel Disziplin und hartem Training kann eine gute Körperbeherrschung erarbeitet werden.

Zur Körperbeherrschung zählen neben Haltung und Gleichgewicht auch Spagat und andere Akrobatikelemente. Denn ein Twirler kann nur durch gutes Training – und zwar sowohl körperlich als auch stab-technisch – eine höhere Leistungsziele.



**Gut gewirkt:** (v.l.) Janin Bastian, Brigitte Steinhüser und Anna-Lena Bastian.

FOTO: PRIVAT