

## Hochschulsport-Porträt: Amy Vella

Eine tosende Menge von rund 200 Tanz- und Sportbegeisterten in der Uni-Sporthalle, die sich wöchentlich zu einer Kombination aus Tanz und Fitness treffen, und mittendrin eine überaus motivierte, animierende und immer strahlende Übungsleiterin. Das ist Zumba, das ist Amy!

Zumba-Fitness®, eine feurige und zum Mitmachen begeisternde Fitness-Sensation, bei der rhythmische Hüftschwünge ebenso fester Bestandteil sind wie die euphorischen Schreie und der tosende Beifall der Aktiven. Zumba scheint mehr als eine Sportart zum Alltagsausgleich zu sein. Mit den neonfarbenen Akzenten und dem Emblem der Fitnessbewegung auf der Sportbekleidung ist diese Sportart ein Stück Lebenshaltung.

Genau das verkörpert die temperamentvolle Zumba-Übungsleiterin Armella Vella: „Amy“, wie sie von ihren Kursteilnehmer/innen genannt wird, steckt mit ihrem motivierten Auftreten und ihrem Enthusiasmus für „ihre“ Sportart spontan zum Mitmachen an. Für sie selbst war die Entdeckung von Zumba-Fitness® das „Licht am Ende des Tunnels“ auf der Suche nach der für sie passenden Sportart.

Erst lernte sie das Konzept von Zumba-Fitness durch die eigene Teilnahme an Hochschulsport-Kursen kennen, bis sie selbst den Weg als Übungsleiterin einschlug und seitdem im Hochschulsport der Saar-Uni ihre Begeisterung für Zumba weitergibt. „An Zumba hat mich zuerst die Beschreibung im Hochschul-



sportprogramm gereizt. Zumba sei eine lateinamerikanisch inspirierte Fitness-Party, eine wahre Gefühlsexplosion. Lateinamerikanische Musik mochte ich schon immer und war auf der Suche nach einer Sportart, die mit Tanz zu tun hat.“

Sobald Amy vor der tanzbegeisterten Menge steht, scheint sie voll und ganz in ihrem Element zu sein. Auf lateinamerikanische und aktuelle Rhythmen bewegt sie sich sicher und gekonnt. Die Arbeit beim Hochschulsport erfüllt die 28jährige scheinbar täglich aufs Neue mit Freude. Auf die Frage hin, was sie an Zumba-Fitness® so liebt, nennt sie „ein tolles Gemeinschaftsgefühl, die Ungezwungenheit, die Vielfalt der Bewegungen und Rhythmen, der sichtlich erkennbare Spaß und die Möglichkeit, ständig neue Leute kennen zu lernen“ – und das sind nur einige Dinge, die ihre Begeisterung sichtlich prägen.

In ihrer Freizeit darf es im Gegensatz zum energiegeladenen Zumba-Training auch mal etwas ruhiger zugehen. Denn Kochen und Lesen sowie Reisen und Zeit mit dem Partner verbringen gehören für Amy zu ihren Lieblingsbeschäftigungen neben dem Sport.

Anders als in anderen Sportarten scheint sich Amy im Zumba gefunden zu haben: „Wir sind hier schon eine richtige Zumba-Familie geworden. Ich liebe unser Gemeinschaftsgefühl“.

Wer Zumba ausprobieren und Amy live erleben möchte, kann dies im Wintersemester im Hochschulsport tun: Der Kurs **Zumba® Fitness for free** findet donnerstags von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Uni-Sporthalle auf dem Campus statt. Die Teilnahme ist für Studierende kostenfrei.

Weitere Informationen zu Zumba im Hochschulsport und zur Teilnahme daran gibt es im Internet unter [www.uni-saarland.de/hochschulsport](http://www.uni-saarland.de/hochschulsport)

(Hinweis: die nicht-anmeldepflichtigen Zumba-Fitness-Kurse sind in der Rubrik Groupfitness for free zu finden).

Fabienne Knecht/HSZ

