

mit Prüf-
liste, Fragebögen
und Hintergrund-
informationen

Fragebögen Englisch:
Webcode S0604



Handlungsleitfaden zur Gefährdungs- beurteilung physischer Belastungen im professionellen Bühnentanz

Künstlerisch Beschäftigte – Arbeitsplatz Tanz

Prävention in NRW | 78

**Handlungsleitfaden zur Gefährdungsbeurteilung
physischer Belastungen im professionellen Bühnentanz**

Künstlerisch Beschäftigte – Arbeitsplatz Tanz

Inhaltsverzeichnis

Weshalb Sie diese Broschüre lesen sollten	5
1 Was Sie zur Gefährdungsbeurteilung wissen sollten	9
1.1 Aufgaben und Vorteile	9
1.2 Rechtliche Grundlagen	9
1.3 Durchführung	10
1.4 Wann eine Gefährdungsbeurteilung noch sinnvoll ist	11
2 Was Sie über den professionellen Bühnentanz wissen sollten	13
2.1 Aufgaben	13
2.2 Tanzrichtungen	14
2.3. Besonderheiten des Berufsbildes	16
2.4 Arbeitsmittel	18
2.5 Tages- und Trainingsablauf	23
3 Was Sie über berufstypische Gefährdungen wissen sollten	27
3.1 Gefährdungen durch Arbeitsumgebungsbedingungen	28
3.2 Spezielle physikalische Gefährdungen	33
3.3 Mechanische Gefährdungen	33
3.4 Infektionen	41
3.5 Gefährdungen durch physische Belastungen/Arbeitsschwere	42
3.6 Gefährdungen der Haut, Haare und Nägel	48
3.7 Gefährdungen durch die Arbeitsorganisation	52
3.8 Gefährdungen durch neue Arbeitsformen	53
3.9 Kombination mehrerer gefährdender Faktoren	53
4 Wie Sie eine Gefährdungsbeurteilung physischer Belastungen durchführen	57
4.1 Inhaltliche Struktur	57
4.2 Planung	58
4.3 Grobanalyse	59
4.4 Feinanalyse	61
4.5 Auswertung	63
5 Fallbeispiele	65
6 Begriffserklärungen	71
7 Literatur	75

Anhang	79
Alle Listen und Fragebögen im Anhang sind als Kopiervorlagen gestaltet	79
Anhang I: Grobanalyse – Allgemeine Vorabfrage	79
Teil A: Allgemeines	79
Teil B: Räumlichkeiten	82
Anhang II: Prüfliste Begehung Bühnentanz	84
Anhang III: Feinanalyse – Fragebögen für Tänzerinnen und Tänzer	90
Teil A: Fragebogen zur Zufriedenheit	90
Teil B: Fragebogen zu akuten Verletzungen (Arbeitsunfälle)	92
Teil C: Fragebogen zu chronischen Beschwerden	96
Anhang IV: Dokumentation von Gefährdungen	99
Impressum	102

Die Fragebögen auf Englisch erhalten Sie auf der Homepage der Unfallkasse:

www.unfallkasse-nrw.de

Webcode: S0604



Sprünge stellen berufsspezifische Bewegungen mit hoher Belastung für das Bewegungs- und Herzkreislaufsystem dar. Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

Weshalb Sie diese Broschüre lesen sollten

Ein gesunder Körper gehört zu den Voraussetzungen für eine erfolgreiche Ausbildung und Berufsausübung als professionelle Bühnentänzerin und Bühnentänzer. Dabei nimmt das Bewegungssystem eine zentrale Stellung ein.

Bühnentanz ist körperliche Schwerarbeit. Akute Verletzungen (Arbeitsunfälle) und chronische Muskel- und Skeletterkrankungen gefährden die erfolgreiche Berufsausübung.

Es gibt zahlreiche Gefährdungen, die ohne spezifisches Wissen über arbeitsbezogene Besonderheiten jedoch kaum zu identifizieren oder zu beurteilen sind.

Einen besonderen Beitrag leisten Leitfäden und Informationsbroschüren dort, wo sie die konkrete Arbeitsrealität der betreffenden Berufsgruppe abbilden. Denn neben vielen allgemeingültigen Problemstellungen gibt es berufsspezifische Aspekte, die nur behoben werden können, wenn sie gezielt betrachtet werden.

Die beruflichen Anforderungen und Belastungen im professionellen Bühnentanz unterscheiden sich von denen anderer Berufsgruppen stark. Aus diesem Grund widmet sich die Broschüre der praxisnahen Hilfestellung, um physische Gefährdungen im professionellen Bühnentanz leichter identifizieren und in ihrem Grad der Gefährdung einschätzen zu können. Darüber hinaus soll sie dazu beitragen, geeignete Maßnahmen zu ergreifen und damit die physischen Gefährdungen reduzieren oder gar vermeiden zu können.

Diese Informationsbroschüre bietet praxisnah

Informationen zu

- Besonderheiten im professionellen Bühnentanz
- spezifischen Belastungen im professionellen Bühnentanz
- Gefährdungen im professionellen Bühnentanz

eine Orientierung zu

- relevanten Aspekten, die in der physischen Gefährdungsbeurteilung berücksichtigt werden sollten

Hinweise zu(r)

- Durchführung der Gefährdungsbeurteilung
- möglichen Maßnahmen in der Verhältnis- und Verhaltensprävention
- Anlaufstellen und Fachleuten und weitere Literatur

Zielgruppen

Mit dieser anwenderorientierten (Hintergrund-)Informations- und Handlungshilfe für die Sparte „Tanz“ sollen die für den Arbeitsschutz direkt Verantwortlichen am Theater angesprochen werden. Wer dies ist, kann von Haus zu Haus leicht variieren.

Somit richtet sich die Broschüre an im Tanz beschäftigte und mit der Gefährdungsbeurteilung betraute Personen sowie an Berufsgruppen, die bei Erstellung der Gefährdungsbeurteilung (unterstützend) tätig werden. Dazu gehören u. a.:

- Intendantin und Intendant
- Verwaltungschefin und Verwaltungschef
- Führungskräfte aller Sparten und Gewerke mit Interesse am Arbeits- und Gesundheitsschutz
- Betriebsärztin und Betriebsarzt
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit
- Inspizientinnen und Inspizienten
- darstellende Tänzerinnen und Tänzer sowie
- interessierte Personen mit übergeordneten Aufgaben (z. B. Sprecherin oder Sprecher des Balletts).

Zudem liefert diese Broschüre weiteren Beschäftigten aus dem Tanzbereich mit und ohne Führungskompetenz, wie Tanzpädagoginnen und Tanzpädagogen, Trainingsleiterinnen und Trainingsleitern, Direktorinnen und Direktoren, Choreografinnen und Choreografen, Ballettmeisterinnen und Ballettmeistern, Tanztrainerinnen und Tanztrainern sowie weiteren (künstlerisch) tätigen Personen aus dem direkten Arbeitsumfeld des Bühnentanzes wichtige Informationen zu relevanten Gefährdungen.

Weiterhin finden bisher nicht genannte Berufsgruppen, die in der Prävention von arbeitsbezogenen Gefährdungen sowie für die Umsetzung und Überwachung optimaler Arbeitsbedingungen am Theater analysierend, prüfend, beratend, beurteilend und entwickelnd beschäftigt sind, in dieser Broschüre wichtige Anhaltspunkte.

Berücksichtigte Berufsgruppen

Diese Broschüre berücksichtigt freischaffende oder fest engagierte, sowohl solistisch oder im Ensemble, in abendfüllenden Vorstellungen oder zeitlich begrenzten Taneinlagen agierende Beschäftigte, die tänzerisch tätig sind und dem Tanzbereich zugeordnet werden sowie an Theatern beschäftigt sind. Dazu gehören in erster Linie:

- Tänzerinnen und Tänzer
- Heranwachsende, sich in der Ausbildung zur Bühnentänzerin oder zum Bühnentänzer bzw. zur Musical-Darstellerin und zum Musical-Darsteller befindende Tanzschülerinnen und Tanzschüler oder Tanzstudentinnen und Tanzstudenten
- gegebenenfalls Musical-Darstellerinnen und Musical-Darsteller
- weitere tänzerisch Beschäftigte, die dem Tanzbereich zugeordnet werden

Quellen

Die genannten Empfehlungen wurden systematisch aus den Ergebnissen von Forschungsprojekten und auf der Basis nationaler und internationaler wissenschaftlicher Literatur unter Berücksichtigung bereits vorhandener Publikationen der gesetzlichen Unfallversicherungsträger und rechtlicher Vorgaben entwickelt.

Vollständigkeit

Die in dieser Broschüre vorliegenden Hintergrundinformationen und Empfehlungen erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die einzelnen Themenbereiche liefern Informationen zu für den professionellen, künstlerischen Tanzbereich relevanten Aspekten.

Überprüfung

Die Empfehlungen bedürfen einer regelmäßigen Überprüfung entsprechend dem sich weiterentwickelnden (wissenschaftlichen) Erkenntnisstande, den aktuellen Entwicklungen an Theatern, der Praktikabilität, gesetzlichen Vorgaben und Vorgaben der Unfallversicherungsträger.

Die Beurteilung psychischer Belastungen ist nicht Bestandteil dieser Empfehlungen. Diesbezüglich wird auf die „Handlungsleitfaden zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen für Beschäftigte der darstellenden Kunst“ (PIN 77, Unfallkasse NRW, 2018, siehe weiterführende Literatur im Anhang) verwiesen.



Kunst und Gefährdung liegen
oftmals dicht beieinander
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

1 Was Sie zur Gefährdungsbeurteilung wissen sollten

1.1 Aufgaben und Vorteile

Die Gefährdungsbeurteilung aus arbeitsbezogenen Belastungen heraus ist ein Prozess zur Ermittlung von Gefährdungen und zur Bewertung der damit verbundenen Risiken. Eine Gefährdung kann sich durch physische oder psychische Belastungen bei der Arbeit ergeben.

Die Beurteilung der Gefährdungen ist die Voraussetzung für das Ergreifen von wirksamen und betriebsbezogenen Maßnahmen zum Arbeits- und Gesundheitsschutz. Die Gefährdungsbeurteilung dient somit auch als Grundlage für die Festlegung der Rangfolge der zu ergreifenden Maßnahmen.

Die Gefährdungsbeurteilung ermöglicht darüber hinaus, Arbeitsabläufe zu optimieren und Störungen im betrieblichen Ablauf zu vermeiden. Sie kann dazu genutzt werden, die Gesundheit der Beschäftigten im Betrieb zu erhalten und zu verbessern.

Bei professionellen Tänzerinnen und Tänzern sowie Musical-Darstellerinnen und Musical-Darstellern hat der Unternehmer im Rahmen einer Gefährdungsbeurteilung zu ermitteln, welche präventiv wirksamen Maßnahmen erforderlich sind.

Die Gefährdungsbeurteilung ist kein Selbstzweck. Wenn mit ihr die Arbeitsbedingungen verbessert werden, fördert dies auch die Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens, da durch gesundheitsverträgliche Arbeitsplätze auch die künstlerische Ausdrucksfähigkeit und damit die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten gestärkt werden können.

1.2 Rechtliche Grundlagen

Arbeitsschutzgesetz

Ein Unternehmer hat nach der Arbeitsschutzgesetzgebung die Sicherheit und den Gesundheitsschutz der Beschäftigten der Sparte Tanz und Musical zu gewährleisten und Verbesserungen anzustreben.

Für die Verantwortungsträger in den Einrichtungen ist die Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren Pflicht (ArbSchG § 3, SGB VII, § 21, und UVV Grundsätze der Prävention, §§ 2 bis 4).

Gefährdungsbeurteilungen und regelmäßige Unterweisungen dienen dazu, diesen Pflichten gerecht zu werden.

Darüber hinaus gibt es zahlreiche, in ihrer Spezifität sehr unterschiedliche Regeln, Vorschriften oder Verordnungen bzw. Gesetze, die sicherstellen oder dazu beitragen, die Arbeitnehmerin und den Arbeitnehmer vor berufsbezogenen Gesundheitsgefährdungen zu schützen.

Die Gefährdungsbeurteilung unterliegt grundsätzlich nicht der Mitbestimmung durch die Mitarbeitervertretung, diese ist aber entsprechend der einschlägigen arbeitsrechtlichen Bestimmungen (z. B. Betriebsverfassungsgesetz, Personalvertretungsgesetz, Arbeitssicherheitsgesetz) hinzuzuziehen und zu unterrichten. Es wird empfohlen, die Beteiligung der Mitarbeitervertretung auf betrieblicher Ebene durch Dienstvereinbarungen zu regeln.

Um einen Erfolg (von sich anschließenden Maßnahmen) sicherzustellen, wird jedoch empfohlen, die Interessenvertretung der Beschäftigten (z. B. Personal-/Betriebsrat) frühzeitig und im vollem Umfang einzubeziehen oder gegebenenfalls ein Gremium zu bilden, um Verantwortlichkeiten im Vorfeld frühzeitig zu klären.

Nach den Bestimmungen des Arbeitssicherheitsgesetzes hat der Arbeitgeber in Betrieben mit mehr als zwanzig Beschäftigten einen Arbeitsschutzausschuss zu bilden. Der Arbeitsschutzausschuss hat die Aufgabe, Anliegen des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung zu beraten. Der Arbeitsschutzausschuss tritt mindestens einmal vierteljährlich zusammen.

Datenschutz und persönliches Arbeitsrecht, Mitbestimmung und Anonymität

Bei der Durchführung der Gefährdungsbeurteilung sind die einzelnen Beschäftigten davor zu schützen, dass sie durch den Umgang mit ihren personenbezogenen Daten und sonstigen Erkenntnissen in ihren Persönlichkeitsrechten beeinträchtigt werden. Hierzu gehört insbesondere die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung personenbezogener Daten.

Die im Strafgesetzbuch (StGB) enthaltenen Bestimmungen sind einzuhalten (z. B. §203 Verletzung von Privatgeheimnissen) sowie weitere einschlägige datenschutzrechtliche gesetzliche Vorschriften (z. B. BDSG) und Regelungen zur Schweigepflicht sind zu berücksichtigen.

1.3 Durchführung

Beteiligte Personen

Zu den Aufgaben der Fachkraft für Arbeitssicherheit und der Betriebsärztin und des Betriebsarztes gehört es, den Arbeitgeber beim Erstellen der Gefährdungsbeurteilung zu beraten und zu unterstützen (§ 3 u. § 6 ASiG).

Die Gefährdungsbeurteilung darf nur von fachkundigen Personen durchgeführt werden. Gegebenenfalls muss sich der Arbeitgeber fachkundig beraten lassen.

Es ist Aufgabe der Unfallversicherungsträger, bei der Verhütung von Unfällen und Berufskrankheiten sowie bei der Verhinderung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren zu beraten und zu unterstützen (SGB VII, § 1).

Schrittweises Vorgehen

Bei der Gefährdungsbeurteilung wird in mehreren Schritten vorgegangen:

Vorgehen bei der Gefährdungsbeurteilung

- präventive und systematische Ermittlung von Gefährdungen
- Bewertung der Gefährdungen
- Festlegen geeigneter Maßnahmen und
- Überprüfung der Wirksamkeit

Eine Gefährdungsbeurteilung muss „im Wesentlichen durchgeführt und zutreffend“ sein. Das heißt detailliert:

- wesentliche Gefährdungen und Belastungen sind ermittelt und zutreffend bewertet
- wesentliche Arbeitsplätze und Tätigkeiten sind beurteilt
- besondere Personengruppen sind berücksichtigt – z. B. befristet Beschäftigte (Zeitarbeitnehmende), Berufsanfängerinnen und Berufsanfänger oder Personal ohne ausreichende Kenntnisse in der Arbeitssprache
- die Arbeitsschutzmaßnahmen sind geeignet und ausreichend
- Wirksamkeitskontrollen werden durchgeführt
- die Gefährdungsbeurteilung ist aktuell
- die Dokumentation liegt nach Form und Inhalt angemessen vor

Die Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung physischer Belastungen hat somit einen präventiven Charakter.

1.4 Wann eine Gefährdungsbeurteilung noch sinnvoll ist

Eine Gefährdungsbeurteilung physischer Belastungen kann bei folgenden konkreten Anlässen von Nutzen sein:

- bei wiederholten körperlichen Beschwerden oder Klagen
- sichtbaren Konflikten, Streitigkeiten (mit Kolleginnen und/oder Kollegen oder mit Vorgesetzten)
- bei einer Häufung von krankheitsbedingten Ausfallzeiten oder einer Verlängerung der durchschnittlichen Dauer von Arbeitsunfähigkeiten
- bei einem Einbruch der Arbeitsleistung oder Leistungsinstabilität



Der professionelle Bühnentanz ist sehr variabel. Insbesondere im Tanztheater ist der Einsatz von Requisiten häufig.
Foto: Jörg Landsberg, Theater Bremen

2 Was Sie über den professionellen Bühnentanz wissen sollten

In den Bereichen Tanz und Musical haben vor allem ab der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts steigende Anforderungen an technische Fertigkeiten, Virtuosität und körperlich-optischem Idealbild zu den hohen physischen und psychischen Belastungen an die Tänzerinnen und Tänzer geführt. Die Belastungen beginnen bereits während der Ausbildung und setzen sich im Arbeitsprozess in Training, Proben und Vorstellungen fort. Präventive Maßnahmen von Seiten des Arbeitgebers sind unerlässlich.

Tänzerinnen und Tänzer des 21. Jahrhunderts ...

- leisten Schwerarbeit und gelten als Hochleistungssportlerinnen und Hochleistungssportler der darstellenden Kunst
- sind nahezu schutzlos zahlreichen Gefährdungen ausgesetzt
- nutzen als Arbeitsmittel ihren Körper

2.1 Aufgaben

Tanz

Zu den Arbeitsaufgaben von Bühnentänzerinnen und Bühnentänzern gehören in erster Linie die Gestaltung und Reproduktion von Tanzrollen oder Tanzeinlagen in Balletten, Musicals sowie gegebenenfalls in Opern und Operetten. Zum Teil beinhaltet die Tätigkeit aber auch vom Tanz entferntere, spartenübergreifende Tätigkeiten (z. B. Gesangsbeteiligung, Übernahme von Sprechrollen oder artistische Einlagen).

Exkurs Musical

Die Tätigkeit im Musical-Bereich ist im Gegensatz zum Tanz in Abhängigkeit von der Rolle durch eine Kombination aus Tanz, Gesang und Schauspiel charakterisiert, wobei sich die Belastungen in Abhängigkeit von der Produktion sehr stark unterscheiden können. Vor allem an speziellen privaten Musical-Theatern mit nur einer laufenden Produktion sowie in mittelgroßen Tanzensembles mit wechselnden Besetzungen müssen die Beschäftigten mehrere Rollen (sowohl Gruppenrollen als auch solistische Rollen) beherrschen oder sind sogar auf die Übernahme verschiedener Rollen spezialisiert (so genannte „Swings“ im Musical-Bereich).

2.2 Tanzrichtungen

Inzwischen umfasst der professionelle künstlerische Bühnentanz eine Reihe von optisch, musikalisch und technisch völlig zu unterscheidenden Tanzrichtungen, die sich in den letzten Jahrzehnten herauskristallisiert haben.

Folgende Tanzrichtungen können unterschieden werden:

- klassischer Tanz (Ballett)
- neoklassischer Tanz
- Revue-Tanz
- zeitgenössischer Tanz

Ausgewählte Tanzrichtungen des professionellen Bühnentanzes*

Ballett (Klassischer Tanz)

Der Klassische Tanz ist klar definiert und unterliegt einer strukturierten, französischen Terminologie, die in Frankreich des 18. Jahrhunderts zu Zeiten Ludwigs XIV. entstand. Der klassische Tanz stellt in der Regel in Ausbildung und täglichem Training die Basis dar. Charakteristikum ist die Auswärtsdrehung des gestreckten Beines aus dem Hüftgelenk heraus (*en dehors*-Stellung). Zum Teil findet auch bei zeitgenössischen Ensembles das tägliche Training in der klassischen Technik statt. Der neoklassische Tanz beinhaltet eine Erweiterung des Bewegungsvokabulars (z. B. Parallelstellung der Füße) auf der Grundlage der Balletttechnik.

Revue- (Show-)Tanz

Eine Revue besteht aus einer abwechslungsreichen Kombination aus Gesangs- und Wortbeiträgen durch eigens dafür engagierte Künstlerinnen und Künstler sowie von der Tanzrichtung und der damit verbunden Kostümierung her stark gemischten tänzerischen Einlagen. Je nach Choreografie wird mit unterschiedlichsten stilistischen Schwerpunkten (Ballett, Hip Hop, Stepp, Modern Dance, Flamenco, griechischer Tanz und andere) gearbeitet. Zum Teil werden auch artistische Arbeitsinhalte verlangt. Die Tänzer verfügen im Allgemeinen über eine klassische Ballettausbildung. Das tägliche Training erfolgt überwiegend auf der Basis der klassischen Tanztechnik.

Zeitgenössischer Tanz

Unter dem Sammelbegriff „zeitgenössischer Tanz“ wird gemeinhin die choreografische Bühnentanzkunst der Gegenwart verstanden, deren Basis in Ausbildung und Training zwar immer noch die klassische Balletttechnik darstellt, die sich aber in Choreografien weit davon entfernt hat. Innerhalb des zeitgenössischen Tanzes besteht eine große terminologische und inhaltliche Vielfalt (Tanztheater, Post Modern Dance, Tanztheater, choreografisches Theater und andere). Die Bewegungselemente sind unbegrenzt, zumeist geschlechtsunspezifisch bzw. -übergreifend und vielfach undefiniert. Es werden häufig Requisiten eingesetzt.

* Wanke, E.M.: Tänzer. In: Letzel S, Nowak D (Hrsg.). Handbuch der Arbeitsmedizin. Arbeitsphysiologie, Arbeitspsychologie, Klinische Arbeitsmedizin, Gesundheitsförderung und Prävention. Lose-Blattsammlung. München: ecomed, 2012. F 1-T-1, 27. Erg. Lfg. 12/12, 1-59

* Wanke, E.M., Pressel, G., Groneberg, D.A.: Aktuelle ärztliche Berufskunde. Balletttänzer/in. Arbeitsmedizin Sozialmedizin Präventivmedizin. 2012; 12: 641-647

Die einzelnen Tanzrichtungen unterscheiden sich nicht nur in der Belastungsintensität einzelner Körperabschnitte erheblich, sondern auch in anderen, bei der Gefährdungsbeurteilung zu berücksichtigenden Aspekten (z. B. organisatorische Unterschiede, s. u.).

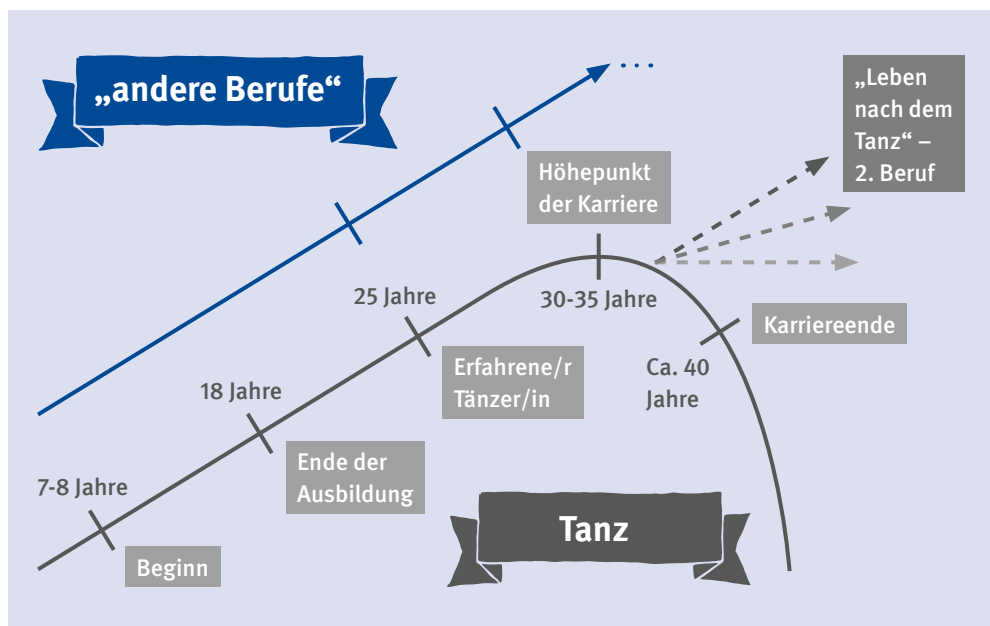


Zeitgenössischer Tanz mit Requisiten Foto: Jörg Landsberg, Theater Bremen

2.3. Besonderheiten des Berufsbildes

Besonderheiten des Berufsbildes

- früher Ausbildungsbeginn – kurze Berufstätigkeit (Gefahr der biografischen Falle)
- fehlende Arbeitsmittel im klassischen Sinne
- unbegrenztes Bewegungsvokabular ohne Reglementierung
- zunehmende Vielseitigkeit der Aufgaben innerhalb eines körperlichen Idealbildes
- kreativ-technische Schwerarbeit innerhalb enger hierarchischer Strukturen



Zeitlicher Verlauf der Karriere einer Tänzerin oder eines Tänzers

Ausbildung

Die Fertigkeiten für eine erfolgreiche Berufstätigkeit werden im Rahmen der deutlich mehr als ein Jahrzehnt dauernden Ausbildung erworben und später während der Berufsausübung erhalten und erweitert. Diese lange Ausbildungszeit steht im Kontrast zur zeitlich stark limitierten aktiven Berufszeit als Tänzerin oder Tänzer auf der Bühne. Mit 25 Jahren gehören Tänzerinnen und Tänzer zu den erfahrenen Beschäftigten. Die Karriere endet vor allem im klassischen und neoklassischen Bühnentanz trotz einiger, glücklicherweise zu beobachtender Ausnahmen, überwiegend bis spätestens Mitte 30.

Bedeutung des Körpers

Das Fundament und nahezu einziges vorhandenes Arbeitsmittel bilden die angeborenen Gegebenheiten und erworbenen Fertigkeiten des Körpers. Diese sind:

- anatomisch-physiologischer (z. B. der Antetorsionswinkel des Oberschenkelknochens, hoher Spann, niedriges Körpergewicht) sowie
- künstlerischer (z. B. Ausdruckskraft) und
- musikalischer (z. B. Musikalität, Taktgefühl) Art

Im klassischen Tanz beginnt die Ausbildung überwiegend präpubertär, das heißt im Kindesalter und parallel zur Schulausbildung. Daraus resultiert eine Doppelbelastung aus Leistungssport und Schule in jungen Jahren.

Optional erfolgen eine Internatsunterbringung und eine Befreiung vom Schulsport. Auf außerschulische sportliche Aktivitäten, die eine Gefährdung darstellen, wird von selbst oder aufgrund vertraglicher Bestimmungen verzichtet, um die Ausbildung oder Berufstätigkeit nicht zu gefährden.

„Bühnentanz im 21. Jahrhundert ist Schwerarbeit innerhalb einer Stilvielfalt. Der eigene Körper bildet das Kapital für eine erfolgreiche Berufstätigkeit.“

Kaum Kompensationsmöglichkeiten

Bereits minimale körperliche Defizite, z. B. Bagatellverletzungen, können nicht oder nur mit Hilfe von Kompromissen – z. B. Fehlbelastung von Gelenkstrukturen infolge einer Schonung – kompensiert werden. Sie können zu starken Einschränkungen in der Berufsausübung oder sogar zu einer Arbeits- oder Berufsunfähigkeit führen.

Körperliches Idealbild

Neben den technischen Fertigkeiten ist in einigen Tanzrichtungen ein körperlich-ästhetisches Idealbild bei Tänzerinnen, das insbesondere u. a. durch eine anatomisch-physiologische Disposition (z. B. leptosomer Körperbau, Körpergröße) sowie ein niedriges Körpergewicht bestimmt ist, unerlässlich. Das niedrige Körpergewicht wird mitunter durch ein ausbildungs- und berufsbegleitendes restriktives diätetisches Verhalten erreicht und erhalten.

Das körperliche Idealbild ist lediglich für den Bereich des klassischen und neoklassischen Tanzes klar definiert. In den übrigen Tanzrichtungen erfolgt die Auswahl entsprechend der Vorstellungen der verantwortlichen Personen und variiert stark.

Fehlen von Arbeitsmitteln im klassischen Sinne

Im professionellen Bühnentanz gibt es keine den Arbeitsprozess unterstützenden Arbeitsmittel im klassischen Sinne. Die im Rahmen der Berufsausübung entstehenden psychischen und physischen Belastungen wirken somit auf den nahezu ungeschützten Körper ein. Auch theoretisch umsetzbare Verbesserungen, wie beispielsweise im Bereich des Schuhwerks, stehen häufig zugunsten des künstlerischen Anspruchs sowie der Ästhetik zurück.

„Der Tanz-Körper stellt Arbeitsmittel und Kapital der Karriere dar.“

Vielseitigkeit der Aufgaben (Tanzrichtungen)

In den letzten Jahren gewinnt eine hohe technische Qualität in mehr als „nur“ einer Tanzrichtung immer mehr an Bedeutung für eine erfolgreiche Berufsausübung.

Zudem steigt der Anteil spartenübergreifender Tätigkeiten, die mit einem erhöhten gesundheitlichen Risiko verbunden sein können. In Kombination mit dem fehlenden „Regelwerk“, der künstlerischen Freiheit und den choreografischen Ideen, ist nicht ausgeschlossen, dass individuelle anatomisch-physiologische Grenzen nur nachrangig berücksichtigt werden (können). Durch die zeitlich limitierte Karriere und den engen Arbeitsmarkt werden die Überschreitung dieser Grenzen sowie die Bagatellisierung gesundheitlicher Probleme unterstützt.

Biografische Falle

Trotz der parallelen akademischen Schulausbildung kann die kurze Karriere im Bühnentanz in eine biografische Falle führen. Im Anschluss an die kurze Karriere muss eine zweite Berufsausbildung erfolgen.

2.4 Arbeitsmittel

Zu den wenigen, im professionellen Bühnentanz vorhandenen Arbeitsmitteln zählen:

- die Partnerin und/oder der Partner
- der Boden
- die Ballettstange
- das Schuhwerk
- die Musik, akustische Mittel

Alle Arbeitsmittel begünstigen und/oder ermöglichen die Ausübung der geforderten Tanzstilelemente einerseits und beinhalten andererseits ein Gefährdungspotential. Dies ist vor allem der Fall, wenn Arbeitsmittel:

- defizitär (z. B. fehlender Schwingboden auf der Bühne, Risse und Spalten und/oder
- für den Tanz primär ungeeignet sind (z. B. Zweckentfremdung: Rasen als Tanzboden, Arbeitsstiefel mit Stahlkappe oder Schwimmflossen als Tanzschuhe) oder
- eine Anpassung zwischen eingesetzten Arbeitsmitteln und Arbeitsinhalten erfolgt ist.

Die bei Produktionen des Tanztheaters und im Musical-Bereich verwendeten Requisiten, die zur Intensivierung der Inszenierung und der Aussagekraft dienen, können nicht als Arbeitsmittel betrachtet werden. Sie können ebenfalls für die Entstehung von Verletzungen begünstigend wirken.

Tanzpartnerin und Tanzpartner

Diese Bezeichnung umfasst sowohl die oder den in der Nähe tanzenden Tanzkollegin und/oder -kollegen als auch die Tanzpartnerin oder den Tanzpartner bei einer Choreografie zu zweit (pas de deux). Die Partnerarbeit beinhaltet alle Formen von Hebungen als einen wesentlichen Bestandteil innerhalb des professionellen Bühnentanzes. Sie gehört zu den stark belastenden Arbeitsinhalten im Tanz.

„Der Partner stellt den häufigsten unfallauslösenden Gegenstand im professionellen Bühnentanz dar und ist somit Risikofaktor Nummer 1.“

Um die Gefahr von Verletzungen möglichst gering zu halten, müssen zahlreiche intra- und interindividuelle Aspekte, wie beispielsweise körperliche Voraussetzungen und Gegebenheiten und der koordinative und konditionelle Trainingszustand der Tanzenden als auch die technische Qualität der Spielstätte sowie organisatorische Aspekte (z. B. der Zeitpunkt der Durchführung von anspruchsvollen Bewegungsabläufen) berücksichtigt werden.

Die Auflösung geschlechtsspezifischer Bewegungsmuster mit zunehmender Entfernung vom klassischen Tanz kann ebenfalls gefährdend sein (z. B. Hebungen oder Tragen schwerer Gegenstände von Frauen).

Beispiel: Unfälle ereignen sich besonders häufig zum Ende eines Arbeitstages. Die Ermüdung spielt dabei eine große Rolle. Die Durchführung anspruchsvoller Bewegungsabläufe in der Partnerarbeit sollte daher auf Phasen voller Leistungsfähigkeit verschoben werden. Eine solche zeitliche Phase befindet sich beispielsweise direkt zu Beginn der Probe nach dem vorbereitenden morgendlichen Training.

Tanzboden

Der Tanzboden hat im professionellen Bühnentanz eine zentrale Bedeutung. Er besteht idealerweise aus einem Unterboden mit mischelastischen Schwingungseigenschaften und einem Deckbelag, auch „Tanzteppich“ genannt, aus Kunststoff (meistens PVC) (siehe weiterführende Literatur im Anhang).

Ein adäquater Boden stellt neben einer Tanzpartnerin oder einem Tanzpartner den einzigen Halt bei Bewegungsabläufen im freien Raum dar. Bei optimaler Beschaffenheit und Zusammensetzung leistet der Boden einen wesentlichen Beitrag zur Verletzungsprophylaxe. In der Realität stellt der Boden häufig die Ursache für Unfälle dar.

Ob ein Tanzboden adäquat ist, hängt u. a. von der jeweiligen Stilrichtung im Tanz in Kombination mit dem Schuhwerk und der jeweiligen Choreographie innerhalb der Gesamtproduktion ab.



Der Deckbelag ist gegenüber einer sachfremden Nutzung sehr empfindlich. Für den Tanz konzipierte Räume sollten daher ausschließlich tanzspezifisch genutzt werden.
Fotos: Wanke

Schuhwerk

Im professionellen Bühnentanz ist unterschiedliches Schuhwerk gebräuchlich, das sich hinsichtlich der Flexibilität, Bodenfühlung, Stabilität, Dämpfung und Bodenfühlung stark unterscheidet. Dazu zählen:

- Schläppchen (Trainingsschuhe)
- Spitzenschuh
- Jazz-Sneaker
- Absatzschuh



Spitzenschuhe (links) und Schläppchen (rechts) sind typische Arbeitsschuhe. Fotos: Wanke

Das Schuhwerk wird stilistisch passend zur jeweiligen Inszenierung und Tanzrichtung ausgewählt. Es gibt daneben jedoch kaum eine „Schuhbekleidung“, die im Tanz nicht genutzt wird – und sei es, um die Aussagekraft der jeweiligen Choreografie zu betonen oder die Attraktivität der Inszenierung zu erhöhen (z. B. Absatzschuhe im Revuebereich). Gesundheitliche Aspekte rücken dann in den Hintergrund.

Die technischen Weiterentwicklungen bei Tanzschuhen (z. B. Jazz-Boot, Sneaker) sind im zeitgenössischen Tanzbereich am weitesten fortgeschritten. Der Einsatzbereich ist jedoch begrenzt. Trotz der positiven Eigenschaften (z. B. Dämpfung) bleibt die Belastung für den übrigen Körper jedoch unverändert hoch.

Spitzenschuhe konnten bisher lediglich hinsichtlich des Tragekomforts und der Haltbarkeit weiterentwickelt werden. In der Zukunft sind Neuerungen zu erwarten, die darüber hinaus auch einen präventiven Charakter haben.

2.5 Tages- und Trainingsablauf

Charakteristisch gleich ist im Tanz- und Musical-Bereich die inhaltliche Aufteilung des Arbeitstages in

- Training
- Proben
- Vorstellungen

Während das Training in der Regel am Vormittag stattfindet, können sich Probenzeiten sogar täglich ändern. Gleiches gilt für Vorstellungen. Die Tätigkeit als Tänzerin oder als Tänzer beinhaltet die Arbeit an Abenden sowie an Wochenenden und Feiertagen.

Das zumeist morgendliche Training dient dem Schutz vor Verletzungen und dem Erhalt der tänzerisch-technischen Qualität (nicht der kardiopulmonalen Leistungsfähigkeit). In den sich anschließenden zeitlich geteilten oder zeitlich zusammenhängenden Proben werden Choreografien erarbeitet oder wiederholt. Gibt es eine abendliche Vorstellung, ist ein verpflichtendes Warm-up sinnvoll.

Arbeitsphasen von Tänzerinnen und Tänzern im Tagesverlauf

Arbeitsphase	Ziel/Ablauf
Phase des aktiven Aufwärmens	Übergeordnetes Ziel: geistige und körperliche Einstimmung/ Vorbereitung auf das Training oder auf Proben/ Vorstellungen. Ablauf: • individuelle Gestaltung (Dehnung, Kräftigung, konditionelle Anteile, Entspannung)
Training (exercise, class)	Übergeordnetes Ziel: Erhalt/Verbesserung der Leistungsfähigkeit und technischen Qualität durch: • Korrektur von sich einschleichenden technischen Fehlern • Beitrag zur Verletzungsprophylaxe durch Vorbereitung auf nachfolgende Belastungen Ablauf: • Beginn an der Stange (klassischer Tanz) (ca. 30 bis 40 Minuten), später im freien Raum (ca. 30 bis 60 Minuten) oder nur im freien Raum (zeitgenössischer Tanz) mit Spiegel • Durchführung mit dem rechten und linken Bein zu möglichst gleichen Anteilen • täglich variierende Arrangements definierter Bewegungselemente • zunehmende Dynamik und Belastungsintensität im Trainingsverlauf • Art der Belastung: intermittierend, Intervallcharakter, im Mittel im aeroben Bereich, in Spitzen maximaler Intensitätsbereich, erschöpfend (anaerob, vor allem Sprünge) • typische Abschnitte: - Stange (unterstützte Übungsfolgen) - freier Raum I, Bewegungsfolgen mit hoher statischer Komponente (ähnlich der Arbeit an der Stange), z. B. adagio - freier Raum II, kleine Sprünge (petit allegro), zumeist am Platz und Pirouettenkombinationen - freier Raum III, größere und große in Höhe und Weite raumgreifende Sprünge von großer Dynamik (allegro, grand allegro)

Arbeitsphase	Ziel/Ablauf
Probe	Übergeordnetes Ziel: Erarbeitung neuer und Wiederholung bekannter Choreographien • Art der Belastung: charakterisiert durch kurze, zum Teil maximale Belastungsphasen mit anschließend längeren bis langen (auch mehrstündigen) Pausen, aerob bis maximaler Intensitätsbereich (anaerob) • zwei Arten der Probenplanung: - durchgehende Probenplanung (kurze Mittagspause, Vorteil: zusammenhängender Arbeitstag, Teilnahme am „normalen“ sozialen Leben leichter) - geteilte Probenplanung (zwei Blöcke am späten Vormittag und am Abend, Vorteil: Proben und Vorstellung zu vergleichbaren Zeitpunkten)
Vorstellung	• zumeist am Abend • auch an Wochenenden und/oder Feiertagen • Doppelvorstellungen sind möglich • Anzahl der Vorstellungen in Abhängigkeit von der Organisationsstruktur und Art des Theaters (bis mehr als 250 pro Saison) • Art der Belastung sehr variabel, aerob bis maximaler Intensitätsbereich
sonstige Aufgaben	• z. B. Gastspiele, Teilnahme an Tanzwettbewerben, Durchführung von künstlerischen (Tanz-) Projekten, Teilnahme am „Vortanzen“ (audition)

Trotz der einfachen Bezeichnung „Bühnentänzerin und Bühnentänzer“ können sich die Arbeitsinhalte und Belastungen stark voneinander unterscheiden, was eine individuelle Betrachtung des jeweiligen Theaters und der Produktion erforderlich macht.



Hebung mit Absturzgefahr
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

3 Was Sie über berufstypische Gefährdungen wissen sollten

Die Ausübung des professionellen Bühnentanzes als berufliche Tätigkeit beinhaltet hohe Belastungen folgender Art:

- akute (psycho-)physische (z. B. Herzkreislaufsystem und Bewegungssystem, Lampenfieber)
- chronische physische (z. B. repetitive Belastungen)
- chronisch wirkende psychische (limitierte Zeit der Berufsausübung, Zeitverträge und so weiter)

„Die Tätigkeit als professionelle Bühnentänzerin und Bühnentänzer ist physische und psychische Schwerarbeit bis zur körperlichen Erschöpfung innerhalb sehr variabler Arbeitsumgebungsbedingungen.“

Die Gefährdungen können von außen einwirken, also exogen sein (z. B. Boden, Requisiten) oder aber endogener Natur sein (z. B. diätetisches Verhalten, kardiopulmonale Fitness, körperliche Voraussetzungen).

- 90 Prozent der Arbeitsunfähigkeitstage im Bühnentanz gehen auf Muskel- und Skeletterkrankungen zurück
- chronische Verletzungen sind ca. drei- bis fünfmal so häufig wie akute Verletzungen (Arbeitsunfälle)
- Jede/r zweite Tänzer oder Tänzerin verletzt sich mindestens einmal im Verlauf eines Jahres akut

Die Einteilung berufstypischer Belastungen und Gefährdungen erfolgt gemäß der von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin empfohlenen Einteilung im „Ratgeber zur Gefährdungsbeurteilung (2010) unterschiedenen Gefährdungen“ (siehe weiterführende Literatur im Anhang). Weiterhin werden physische Gefährdungen infolge arbeitsorganisatorischer Aspekte und neuer Arbeitsformen berücksichtigt. Zudem werden Gefährdungen der Haut, Haare und Nägel und endogene Gefährdungen thematisiert.

Die folgenden Gefährdungen betreffen in erster Linie das Bewegungssystem und die Haut. Hinsichtlich der Maßnahmen geht es daher um die Vermeidung akuter Arbeitsunfälle sowie chronischer berufsbezogener Erkrankungen.



Tänzerinnen und Tänzer sind multiplen Gefährdungen ausgesetzt
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

3.1 Gefährdungen durch Arbeitsumgebungsbedingungen

Klimatische Bedingungen in den Arbeitsräumen

Die Tätigkeit wird in unterschiedlichen Arbeitsräumen (z. B. Trainingsraum, Probebühne, Bühne) ausgeführt, die ebenso variable klimatische Bedingungen aufweisen können. Auf der Bühne sind die klimatischen Bedingungen nochmals erschwert (Zugluft).

Erklärung der farbigen Flächen in den Tabellen:

Rot: akuter Handlungsbedarf, da Gefahr der akuten oder chronischen berufsbedingten Schädigung

Gelb: mittelfristiger Handlungsbedarf, da mittelfristig Gefahr der akuten oder chronischen berufsbedingten Schädigung

Grün: Risiko für akute oder chronische berufsbedingte Schädigung nicht höher als in anderen Berufsgruppen/Lebensrisiko

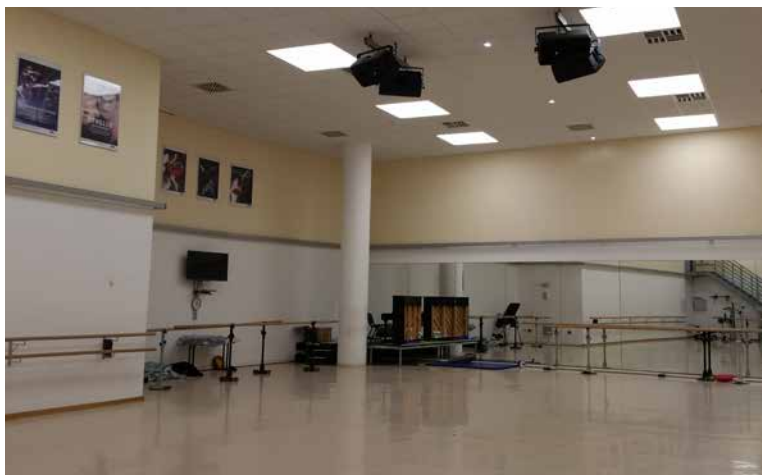
Umgebungs- bedingung	Gefährdung durch:	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Raum- klimatische Bedingungen allgemein	• ungünstig positionierte oder eingestellte Klimaanlage • schwankendes Raumklima	• Korrektur der klimatischen Verhältnisse • Oberflächentemperatur nicht niedriger als Raumtemperatur • für ausreichende Belüftung (Stoßlüftung) sorgen, (Plan!) • Aufklärung über Bedeutung von raumklimatischen Faktoren • räumliche Ressourcen überprüfen (Raumwechsel, sofern möglich)	• Anpassung von Bekleidung und Trinkverhalten
Lufttemperatur	• zu niedrige und zu hohe Temperaturen	• Lufttemperatur (nach DIN EN ISO 7730 und DIN EN 1379) • möglichst konstant im Jahresverlauf • optimal: 21 - 23° C • bei suboptimalen Temperaturen Aufenthaltsdauer so gering wie möglich halten	• ausreichende Erwärmung des Körpers und Warmhalten („Zwiebelsystem“) • bei suboptimalen Temperaturen in Pausen anderen Aufenthaltsort wählen • Aufenthaltsdauer minimieren
Luftbewegung	• Zugluft	• nicht größer als 0,1 m/sec	• s. oben
Luftfeuchtigkeit	• Veränderung der Bodenhaftung (Unfallgefahr!) • Verminderung der Leistungsfähigkeit	• in Abhängigkeit von der Temperatur • zwischen 40 und 60 Prozent	• auf adäquate Flüssigkeitsaufnahme achten



Raumklimatische Probleme durch Einfachverglasung und Position der (mobilen) Stangen



Große Fenster und viel Tageslicht können bei Sonneneinstrahlung zu problematischen klimatischen Verhältnissen führen. Grundsätzlich ist Tageslicht wichtig.



Tageslichtlampen sind kein vollständiger Ersatz für natürliches Tageslicht. Fotos: Wanke

Beleuchtung

Die Beleuchtungsbedingungen weisen eine hohe Variabilität auf. Es überwiegt künstliches Licht. Die Lichtverhältnisse sind teilweise schlecht (z. B. hinter der Bühne, Seitenbühne, Bühne) mit Blendung oder Abdunkelung. Auf der Bühne ist die Ausübung der Tätigkeit bei geringen Beleuchtungsstärken und Blendung erschwert (Kostüme aus ästhetischen Gesichtspunkten, Lichteffekte u. a.).

Umgebungs- bedingung	Gefährdung durch:	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltens- prävention
Beleuchtung	künstliches Licht	- Trainings- bzw. Ballettsaal mit Tageslicht und zu öffnenden Fenstern einplanen - Raumressourcen überprüfen - Aufenthaltsdauer minimieren - ausreichende Lichtstärke sicherstellen - über Bedeutung von Licht für die Gesundheit aufklären	in der Freizeit viel im Freien aufhalten
	geringe Lichtstärken	- Stolperfallen ausschalten, kennzeichnen und darüber aufklären - für Proben und Vorstellungen ausreichend Probenzeit einplanen (bei produktionsbedingten Lichteffekten)	frühzeitige Gewöhnung an geringe Lichtstärken, sofern möglich
	- im Training - in Proben	Einhaltung der Mindestbeleuchtungsstärken	
	Blendeffekte	- Stolperfallen ausschalten, kennzeichnen und darüber aufklären - ausreichend Probenzeit einplanen (bei produktionsbedingten Lichteffekten) in Proben und Vorstellungen	frühzeitige Gewöhnung, alternative Blickrichtungen ermitteln
	- im Training - in Proben		



Bei geringen Lichtstärken oder starker Blendung müssen andere Gefährdungen reduziert werden
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

Räumliche Gestaltung

Umgebungs- bedingung	Gefährdung durch:	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Ver- haltensprävention
Arbeitsplatz- gestaltung	nicht adäquate Räume (z. B. zu dunkel, fehlender Tanzboden im Tanzbereich, fehlende Lüftung oder fehlendes Tageslicht in Proben- oder Trainingsräumen, räumliche Enge in Garderoben)	- Raumgestaltung hinterfragen - Ausweichmöglichkeiten bieten - Ruheräume einrichten - Lichtraum einrichten - Garderoben angemessen ausstatten	

3.2 Spezielle physikalische Gefährdungen

Im professionellen Bühnentanz geht in der Regel von der Lärmbelastung keine Gefährdung aus. Ausnahmen sind:

- produktions- oder choreografisch bedingt (Lautsprecher auf der Bühne mit Ausrichtung auf Tänzerinnen und Tänzer)
- räumlich bedingt (Anbringung der Lautsprecher, Position der musikalischen Begleitung)

Lösungen sind in erster Linie nach entsprechender Einzelfallbeurteilung im Bereich der Verhältnisprävention zu suchen.

3.3 Mechanische Gefährdungen

Im professionellen Bühnentanz gehen mechanische Gefährdungen vor allem aus von:

- dem Tanzboden
- den Requisiten und der Ausstattung
- einer Drehbühne und Hubpodien
- einem möglichen Absturz

Boden

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Tanzboden fehlend	• Nichtvorhandensein eines Tanzbodens (mischelastischer Unterboden, geeigneter Deckbelag für den Tanz an allen Arbeitsplätzen)	• qualitative Anpassung des Bodens an die Anforderungen der Choreografie/der Tänzerinnen und Tänzer • Tanzböden sollten folgende Anforderungen erfüllen: - Schockabsorption > 53 %; - vertikale Verformung > 2,3 mm; - Fläche der vertikalen Verformung < 15 %; - maximale Belastbarkeit > 1500 N) • mischelastischer Unterboden an allen Arbeitsplätzen (auch Bühne) der Tänzer/innen aufgrund der schockabsorbierenden Eigenschaften	• Anpassung der Bewegungen und des Schuhwerkes an den Boden • Nutzen von räumlichen Ressourcen, sofern vorhanden • Minimierung der Arbeitszeit auf nicht optimalem Boden

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Tanzboden nicht adäquat	Nutzung von primär für den Tanz nicht adäquaten Böden (z. B. Kunstrasen, Lackboden, Sand und andere) • in Training • in Proben	• nur für den Tanz geeignete Böden nutzen • für Proben und Vorstellung ausreichend Probenzeit einplanen sowie sorgfältige Abwägung!	• Belastungen und Schuhwerk an den Boden anpassen • Nutzen von räumlichen Ressourcen, sofern vorhanden • Minimierung der Arbeitszeit auf nicht optimalem Boden
Defizitärer Tanzboden	• Risse • Spalten • Unebenheiten und Stolperfallen durch Falten/Aufwerfungen/mangelhafte Verklebung des Deckbelages, Scheinwerfereinfluss (Wärme) • Verunreinigung (z. B. durch Nässe, Dreck/Sand/Schmutz, Schweiß, Requisiten) - choreografisch bedingt - nicht choreografisch bedingt • zu glatt/zustumpf	• Beseitigung der Mängel, sachgemäße, regelmäßige Reinigung laut Hersteller • Information der Betroffenen hinsichtlich nicht zu beseitigender Defizite • Verklebungen erneuern • Stolperfallen beseitigen oder kennzeichnen • regelmäßige Kontrolle des Bodens, vor allem bei spartenübergreifender Nutzung/Vermietung • tanzstilabhängige Wahl des Deckbelages • Berücksichtigung von Hinweisen der Beschäftigten auf Mängel • Anbringen von Hinweisen zur korrekten Nutzung des Bodens (vor allem bei Fremdvermietung)	• Hinweise zum korrekten Umgang mit dem Boden (z. B. zum Einfluss von oberflächenverändernden Substanzen oder Kleidung wie „Stoppersocken“, Bodylotion)

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Unterschiedlichkeit/ besondere Bedingungen	• Bodenschrägen • unterschiedliche Neigungsgrade, Deckbelägen oder Härtegrade des Unterbodens in den verschiedenen Arbeitsbereichen • häufiger Bodenwechsel • Einsatz von nicht adäquatem Schuhwerk (z. B. Kombination aus Spitzenschuhen auf mit Sand versehenen Bühnenboden oder Einstreuungen)	• ausreichend Probenzeit gewährleisten • gleiche Tanzböden an allen Arbeitsplätzen vorhalten • Bodenwechsel minimieren durch entsprechende Planung • choreografische Anforderungen an den Boden und Schuhwerk anpassen • Information und Einweisung der Beschäftigten	• Interesse an Informationen zeigen und Verhalten entsprechend anpassen (z. B. Sprunghöhe, Sprungweite bei harten Böden)

Beispiele für Befunde von Tanzböden



Fast optimaler Tanzboden. Lediglich die Verklebungen können Stolperstellen darstellen und müssen regelmäßig erneuert werden



Oberflächlich in Ordnung, kein schwingender Unterboden vorhanden. Auch ein optimaler Deckbelag kann einen Tanzschwingbogen nicht ersetzen



Akute und chronische Verletzungsgefahren durch fehlenden Schwingboden und (links) unterschiedliche Härtegrade sowie (rechts) Aufsplitterung und Drehbühnenspalt



Spalten und Risse im Boden stellen eine große Gefährdung im Tanz dar



Stolperfallen im Bühnentanz: Falten, Verklebungen, Kabel



Schon kleine Defizite können zu schweren gesundheitlichen Folgen führen

Fotos: Wanke

Requisiten, Ausstattung, Kostüm, Schuhwerk

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahme Verhaltensprävention
Requisiten und Ausstattung	• Oberflächen - eckig - kantig - spitz - rau • unkontrolliertes Verhalten (Flug-, Roll-, Rutschbewegungen)	• rechtzeitige Gewöhnung an Originalrequisiten und Ausstattung • Anpassung der Choreografie an eine erhöhte Gefährdung • Information der Beschäftigten • Proben nicht am Ende eines Arbeitstages (Ermüdung)	• sachgemäßer, aufmerksamer und konzentrierter Umgang
Arbeitskleidung und Kostüm	• Arbeitskleidung, die nicht volle Bewegungsfreiheit zulässt oder Sichtbehinderung fördert • Kostümteile/-längen, die ein Stolpern oder Hängenbleiben fördern • Schmuck Auswahl von rutschigen, nicht atmungsaktiven oder schnelltrocknenden Stoffen (Verletzungs- oder Erkältungsgefahr) • in Training • in Proben/Vorstellungen	• bei Kostümen und tanzfremdem Schuhwerk: Gefährdungsbeurteilung vor dem ersten Einsatz durch die Verantwortlichen (Rücksprache mit Tänzerinnen und Tänzern) • frühzeitiger Einsatz der Originalkostüme • optimale Passform von Kostümen (und Schuhwerk)	• adäquate Arbeits- oder Trainingsbekleidung (atmungsaktiv, wärmend, eng anliegend, „Zwiebelsystem“)

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahme Verhaltensprävention
Schuhwerk	- Vorsicht bei konfektionierten und nicht für die Bühne/den Tanz hergestellten Schuhen (z. B. konfektionierte Plateauschuhe, konfektionierte Absatzschuhe)	- Bereitstellung von für die Bühne hergestellten und geeigneten Schuhwerk mit optimaler Passform - Anpassung der choreografischen Anforderungen - Reduzierung/Ausschaltung weiterer gleichzeitig bestehender Gefährdungen bei Alltagsschuhwerk	- bewusster Umgang mit großer Vorsicht - auf Gefährdungen hinweisen (ggf. Information an Betriebsärztin oder Betriebsarzt)



Kostümbeispiel mit besonderen Herausforderungen. Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover



Sichtbehinderung und Wärme als besondere Herausforderungen
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

Absturz

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Absturzgefahr	• Hebungen • reduzierte Abstimmung im Paar • Einfluss exogener Faktoren (z. B. Boden, Partner stolpert während einer Hebung) • Sturz in den Orchestergraben	• rechtzeitige Gewöhnung an Originalrequisiten und Ausstattung • Anpassung der Choreografie an die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten und äußere Gegebenheiten (z. B. Orchestergraben) • Information der Beschäftigten • erste Proben nicht am Ende des Arbeitstages (Ermüdung, reduzierte Konzentration)	• sachgemäßer, aufmerksamer und konzentrierter Umgang • Fitness- und Krafttraining • ausgewogene adäquate Ernährung und Trinkverhalten • Eingestehen von körperlichen Schwächen • Kenntnis der Gegebenheiten sicherstellen

3.4 Infektionen

Im professionellen Bühnentanz gehen Gefährdungen vor allem durch übertragbare Infektionen innerhalb des Ensembles aus.

Art der Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
bakterielle und virale Infekte	akute Infektionen im Team, Gefahr durch • Partnerarbeit • räumliche Enge • kontaminierte Flächen (z. B. Stange)	• Impfangebot • Aufklärung zu hygienischen Maßnahmen • räumliche Distanz zu erkrankten Beschäftigten (Arbeitsunfähigkeit, Präsentismus vermeiden) • Zweitbesetzungen vorhalten	• Schonung (Arbeitsunfähigkeit, räumliche Distanz, auskurieren) • ausgewogene und adäquate Ernährung und Trinkverhalten • auf Hygiene achten • Impfstatus überprüfen lassen

3.5 Gefährdungen durch physische Belastungen/Arbeitsschwere

Arbeitsschwere durch Variabilität der Belastungen und körperliche Voraussetzungen

Die Bewegungselemente, die zu den berufstypischen Tätigkeiten im Tanz gehören, sind vielseitig und teilweise tanzrichtungsspezifisch.

Den idealen Körper für alle Tanzrichtungen gleichermaßen gibt es jedoch nicht. So geht beispielsweise eine sehr gute Außenrotationsfähigkeit, wie sie für den klassischen Tanz erforderlich ist, in der Regel mit einer schlechten Innenrotationsfähigkeit im Hüftgelenk, wie sie für den zeitgenössischen Tanz wichtig ist, einher.

Passen die tanztechnischen Aufgaben nicht zu den körperlichen Voraussetzungen, würden dadurch entweder Grenzen überschritten oder es müssten qualitative Einbußen in Kauf genommen werden.

Geschlechtsspezifische Belastungen

Im klassischen Tanz gibt es eine klare Trennung in geschlechtsspezifische Aufgaben. Während beispielsweise die Hebungen in ein- und beidarmiger Form, gewandert (vom Platz) oder statisch (am Platz) in verschiedensten Variationen bis hin zur Überkopparbeit sowie die großen Sprungkombinationen (grand allegro) und Drehungen in der Luft den männlichen Tänzern vorbehalten sind, ist die Spitzenschuharbeit in erster Linie ein weiblicher Arbeitsinhalt.



„Spitzentanz ist weiblich, große Sprünge sind männlich“
Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

Mit zunehmender Entfernung von der klassischen Balletttechnik kommt es zur einer Auflösung dieser klaren Trennung hin zu geschlechtsunspezifischen und geschlechterübergreifenden Choreografien. Es kann daher jede Form von Bewegung in die tänzerische Arbeit mit einfließen (z. B. einfaches Gehen, Laufen, Schieben von Gegenständen, Ziehen, Rollen).

Belastungen des Herzkreislaufsystems

Bereits im täglichen Training liegen die kardiopulmonalen Anforderungen in Spitzen im submaximalen bis maximalen (erschöpfenden) Intensitätsbereich (Vorsicht: Ermüdung und nachfolgender Koordinationsverlust). Gleiches gilt für Proben und Vorstellungen.

Kardiopulmonal sind professionelle Bühnentänzerinnen und Bühnentänzer in die Gruppe der „Nichtausdauerathleten“ einzugliedern. Das kardiopulmonale Leistungsvermögen ist trotz der großen Bedeutung in der Prävention oft unzureichend. Ein traditionelles klassisches Tanztraining reicht für die Entwicklung einer angemessenen Grundlagenausdauer nicht aus. Zur Verbesserung der allgemeinen Ausdauerleistungsfähigkeit sind daher zusätzliche Maßnahmen in Form eines ergänzenden Fitnessstrainings erforderlich (Ziel: spätere Ermüdung, schnellere Regeneration).



Ein theatereigener Fitnessraum kann ein zusätzliches Fitnessstudio ersetzen (hier Staatsoper Hannover)
Fotos: Wanke

Belastungen des Muskel-Skelett-Systems

Die Bühnentanztechnik enthält zahlreiche Belastungen des Bewegungssystems, die definitionsgemäß mit einer erhöhten Gefährdung für die Entwicklung von gesundheitlichen Schäden einhergehen. Vier der bekannten fünf Formen berufsbezogener physischer Belastungen mit gesundheitsschädigendem Potential finden sich im Tanzbereich wieder. Dazu gehören:

- Tätigkeiten mit manueller Lastenhandhabung – Heben, Halten, Tragen, Schieben und Ziehen von Lasten. Dabei kann die genannte „Last“ die Partnerin oder der Partner, aber auch ein Gegenstand sein
- Tätigkeiten mit erzwungenen Körperhaltungen – Zwangshaltungen
- Tätigkeiten mit erhöhter Kraftanstrengung oder Krafteinwirkung
- sich ständig wiederholende, so genannte repetitive Tätigkeiten mit hohen (Handhabungs-) Frequenzen

Daneben sind im professionellen Bühnentanz weitere hohe statische (z. B. Halten von Posen) und dynamische (z. B. Sprünge) Belastungen des Muskel-Skelettsystems vorhanden. Dazu gehören:

- endgradige Gelenkstellungen bzw. die Ausnutzung der gesamten Bewegungsreichweite im Gelenk
- hohe punktuelle Belastungen einzelner Gelenkabschnitte (z. B. Kniegelenk bei Landungen) oder kleiner Körperareale (Vorfußbereich bei der „halben Spitze“)
- die Entstehung von Druck-, Scher- und Rotationskräften bei Landungen nach Sprüngen oder plötzlichen Richtungswechseln oder Stopps innerhalb dynamischer Bewegungen

Die Belastungen des Muskel-Skelett-Systems sind bereits im täglichen Training sehr hoch. Sprünge gehören zu den Standardtrainingsinhalten und machen in etwa ein Drittel bis ein Viertel der Gesamttrainingszeit aus. Schon bei kleinen Sprungkombinationen (petit allegro) entstehen Bodenreaktionskräfte im Bereich des Sechsfachen des eigenen Körpergewichtes. Bei großen Sprungkombinationen (grand allegro) entstehen sogar Kräfte bis zum Zehnfachen des Körpergewichts.

Neben den trainingsbezogenen sind choreografisch bezogene Belastungen vorhanden. Dazu gehören beispielsweise:

- Durchführung akrobatischer Bewegungselemente oder spartenübergreifende Fähigkeiten (z. B. Gesang, Sprechen, Schauspiel)
- sowie Umsetzung choreografischer Ideen (z. B. Herunterspringen von Gegenständen mit Landungen aus einer Höhe bis zu einem Meter)
- plötzliche Stopps und Richtungswechsel aus dynamischen Bewegungselementen heraus
- einseitige Belastungen
- hohe Belastungen einzelner Bereiche (z. B. Vorfußbereich im Zehenstand und in Spitzenschuhen)
- Umgang mit tanzunspezifischen Requisiten (z. B. Möbeln, Türen)

Die unteren Extremitäten und die Wirbelsäule stellen die Hauptbelastungszonen im klassischen Tanz dar. Mit zunehmender Entfernung von der klassischen Tanztechnik werden die oberen Extremitäten vermehrt belastet.

Innerhalb der einzelnen Körperregionen bestehen geschlechtsspezifische und stilrichtungsspezifische Unterschiede, die bei der Bewertung von Belastungen berücksichtigt werden müssen.



Die *en dehors*-Stellung als spezielle Anforderung im Bühnentanz. Foto: Wanke

Tanzspezifische Belastungen mit erhöhter Gefährdung für das Bewegungssystem*

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdende Arbeitsinhalte und/oder Bewegungselemente sowie Zeitpunkt (Arbeitsphase)	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
manuelle Lastenhandhabung	Probe, Vorstellung • Hebungen (auch Halten, Tragen, Ziehen) der Partnerin oder des Partners, von Requisiten und/oder Teilen der Ausstattung, auch in endgradigen Gelenkstellungen - statisch (z. B. Hebung am Platz) - dynamisch (mit Fortbewegung) - unterschiedliche Höhen (z. B. Brusthöhe, Überkopfhebung) - einarmig, beidarmig	• Anpassung der Choreografie an die Leistungsfähigkeit und Erfahrung der Tänzerinnen und Tänzer • ausreichend lange Probenphase • anspruchsvolle Bewegungselemente nur in den Endproben/zum Ende des Arbeitstages	• Anpassung der Leistungsfähigkeit durch zusätzliches Krafttraining • adäquate Ernährung und Trinkverhalten • Information des und/oder der Vorgesetzten bei körperlichen Einschränkungen
Zwangshaltungen	Training (Stange, freier Raum), Probe, Vorstellung • zur Erfüllung tanztechnischer Vorgaben, auch in endgradigen Gelenkstellungen, statisch, dynamisch - z. B. Aufrichtung der Wirbelsäule - <i>en dehors</i>-Stellung, - Spitzenschuharbeit	• Auswahl körperlich für die Anforderungen geeigneter Tänzerinnen und Tänzer	• Respektieren und Einhalten individueller körperlicher Grenzen • adäquate Ernährung und Trinkverhalten • Information des und/oder der Vorgesetzten bei körperlichen Einschränkungen
repetitive Tätigkeiten	Training (freier Raum), Probe, Vorstellung • Sprünge (vor allem petit allegro, allegro mit vielen Wiederholungen) • Beugen und Strecken der Beine im Hüft-, Knie- und Sprunggelenk (pliés) • Zehenstand („halbe Spitze“) in häufiger Wiederholungszahl mit erhöhter Vorfußbelastung	• Fokussierung auf Bewegungsinhalte, die in Proben und Vorstellungen benötigt werden • Abwechslung im Trainingsalltag • ergänzende Bewegungs- und Entspannungsangebote	• Respektieren und Einhalten individueller körperlicher Grenzen • auf adäquate Ernährung und Trinkverhalten achten • Information des und/oder der Vorgesetzten bei körperlichen Einschränkungen

Art der mechanischen Gefährdung	Gefährdende Arbeitsinhalte und/oder Bewegungselemente sowie Zeitpunkt (Arbeitsphase)	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Tätigkeiten mit erhöhter Kraftanstrengung oder Krafteinwirkung	Training (Stange, freier Raum), Probe, Vorstellung • statische Haltearbeit (z. B. der Beine in oder mehr als 90 Grad Höhe in allen Richtungen unter Einhaltung technischer Vorgaben) • Hebungen (s. o.) • Sprünge (vor allem allegro, batterie, grand allegro und grandgrand allegro) • Spitzenschuharbeit	• optimales Arbeitsumfeld sicherstellen (z. B. Boden) • Fokussieren auf Bewegungsinhalte, die in Proben und Vorstellungen benötigt werden • Abwechslung im Trainingsalltag • ergänzende, die Leistungsfähigkeit verbessernde Bewegungs- und Entspannungsangebote	• Respektieren und Einhalten individueller körperlicher Grenzen • adäquate Ernährung und Trinkverhalten • Information des und/oder der Vorgesetzten bei körperlichen Einschränkungen

* Auf Angabe des Risikos wird aufgrund der intraindividuellen Komponente verzichtet. Eine individuelle Entscheidung ist erforderlich.



Komplexe Belastungssituation in der Tanzchoreografie. Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

3.6 Gefährdungen der Haut, Haare und Nägel

„Tanz und Musical sind für die Entwicklung von berufsbezogenen Hautproblemen prädisponierte Bereiche.“

Im Tanzbereich geht es neben den technischen Fertigkeiten um ein charakteristisches Erscheinungsbild, das bestimmten ästhetischen und/oder spezifischen produktionsbezogenen Vorgaben entsprechen muss. Um ein für die jeweilige Rolle erforderliches optisches Bild zu erreichen, werden mitunter Maßnahmen ergriffen, die Haut, Haare und Nägel erheblich belasten können. In Kombination mit einer hohen Vorstellungsfrequenz sowie dem Schwitzen und Duschen erhöht sich die Belastung von Haut- und Hautanhangsgebilden nochmals.

„Zwei Drittel der Tänzerinnen und Tänzer haben mindestens ein subjektives Hautproblem. Davon über 80 Prozent sogar mehr als eines.“

Besondere Hautbelastungen entstehen durch:

- Maske und Kostüm
- häufiges Schwitzen (Feuchtigkeit/Feuchtarbeit) und Duschen
- straffe Frisuren und Perücken
- Schuhwerk
- Ernährung



Haut, Haare und Nägel sind im Bühnentanz erheblichen Belastungen ausgesetzt. Dazu gehören auch die Folgen von Druck und Scherkräften (links) und Make-up (oben). Foto: Wanke

Gefährdungen der Haut- und Hautanhangsgebilde

Art der Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
sensibilisierende, allergene, irritierende bis toxische Substanzen	• z. B. Klebstoffe, Schminke/Maske/Perücken, Färbemitteln in Kostümen) • Kolophonium (Verbesserung der Haftung von Schuhen auf dem Boden, sensibilisierend)	• Bewusstsein für mögliche Wirkungen stärken (Beratungsangebote) • Hautschutzplan bereitstellen • individuelle Bedürfnisse und Einschränkungen (z. B. Allergien) der Beschäftigten berücksichtigen • Beratungsangebot vorhalten • auf Kolophonium verzichten	• auf adäquaten Hautschutz und Hautpflege achten • bei Hautproblemen Betriebsärztin oder Betriebsarzt einschalten
Feuchtigkeit	• Schweißbildung (z. B. an den Füßen, Gefahr von Ekzemen, Pilzerkrankungen)	• Schuhwerk zum Wechseln ortsnah bereithalten • Schuhwerk regelmäßige desinfizieren • Wechsel von verschwitzter Bekleidung ermöglichen • Hautschutzplan bereitstellen • Beratungsangebote vorhalten	• auf adäquaten Hautschutz und Hautpflege achten • Schuhwerk regelmäßig wechseln
mechanische Belastung	• Kostümanteile (z. B. scharfkantige Pailletten) • Reibung (z. B. Blasenbildung in Spitzenschuhen, subunguales Hämatom am Zehennagel usw.) • Quetschungen, Prellungen durch Requisiten, Partnerin oder Partner, Ausstattung (z. B. nicht optimal abgestimmte Bewegungsabläufe mit der Partnerin oder dem Partner)	• optimale Passform sicherstellen • Gefahr der Hautverletzung minimieren (Tänzerinnen und Tänzer einbinden) • hinsichtlich Ästhetik versus Funktion und Gesundheit ein optimales Ergebnis finden • Probenplanung so gestalten, dass gefährdende Bewegungen nicht im Zustand der Ermüdung (Ende der Proben) durchgeführt werden	• auf nicht zu enges Schuhwerk achten • auf adäquaten Hautschutz und Haut- und Nagelpflege achten

Art der Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Verbrennungen durch Reibung	z. B. durch Reibung ungeschützter Haut auf PVC-Deckbelag	Schuhwerk, gegebenenfalls auch Strümpfe als Schutz vor Verbrennungen tragen	- Information der Vorgesetzten über Verbrennungen und eventueller Superinfektionsgefahr - Schutz der Haut durch hautfarbenes Tape, Schuhe, Strümpfe



Foto: Cassia Lopes, Staatsoper Hannover



Verbrennungswunden infolge einer Reibung von Haut auf einem Kunststoffdeckbelag
Foto: Alexandra Morales, Theater Bremen



Foto: Wanke

3.7 Gefährdungen durch die Arbeitsorganisation

Art der Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
saisonale Planung	• fehlende Periodisierung • frühzeitige Premieren/Wiederaufnahme nach längerer Pause	• frühzeitige Planung von Belastungsphasen unterschiedlicher Intensität (Periodisierung) • keine Premiere in den ersten drei Wochen nach einer längeren Pause • in der Woche vor der Premiere/Wiederaufnahme: Belastungsreduktion	• Saisonale Vorbereitung (körperlich, Fitnesstraining) • Auskurieren von Verletzungen in der Pause
Arbeitszeit	• wechselnde, z. T. nicht planbare Arbeitszeiten • Proben/Arbeit auf Abruf bzw. kurzfristige Änderung/Ankündigung von Probeninhalten und/oder -zeiten	• Genügend Ruhephasen nach starken Belastungsphasen (Periodisierung) • Proben nach Ansage nur im Notfall, stattdessen frühzeitig bekannt gegebene Tages- und Wochenpläne • frühzeitiger Beginn mit Proben für neue Produktion (gegebenenfalls noch am Ende der „alten“ Saison)	• Warmhalten • Konzentration beibehalten • Ruheräume (sofern vorhanden) nutzen
Arbeitsablauf	• starke Variabilität von Belastungs- und Ruhephasen im Tagesverlauf (Stoßbelastungen, Anstieg der Verletzungsgefahr) • Zeitdruck • Störungen/Unterbrechungen im Probenverlauf	• Probengestaltung im Sinne der Beschäftigten • rechtzeitiger strukturierter Probenbeginn ohne Zeitdruck und Unterbrechungen	• Warmhalten • Konzentration beibehalten • Ruhe- und Lichträume (sofern vorhanden) nutzen

3.8 Gefährdungen durch neue Arbeitsformen

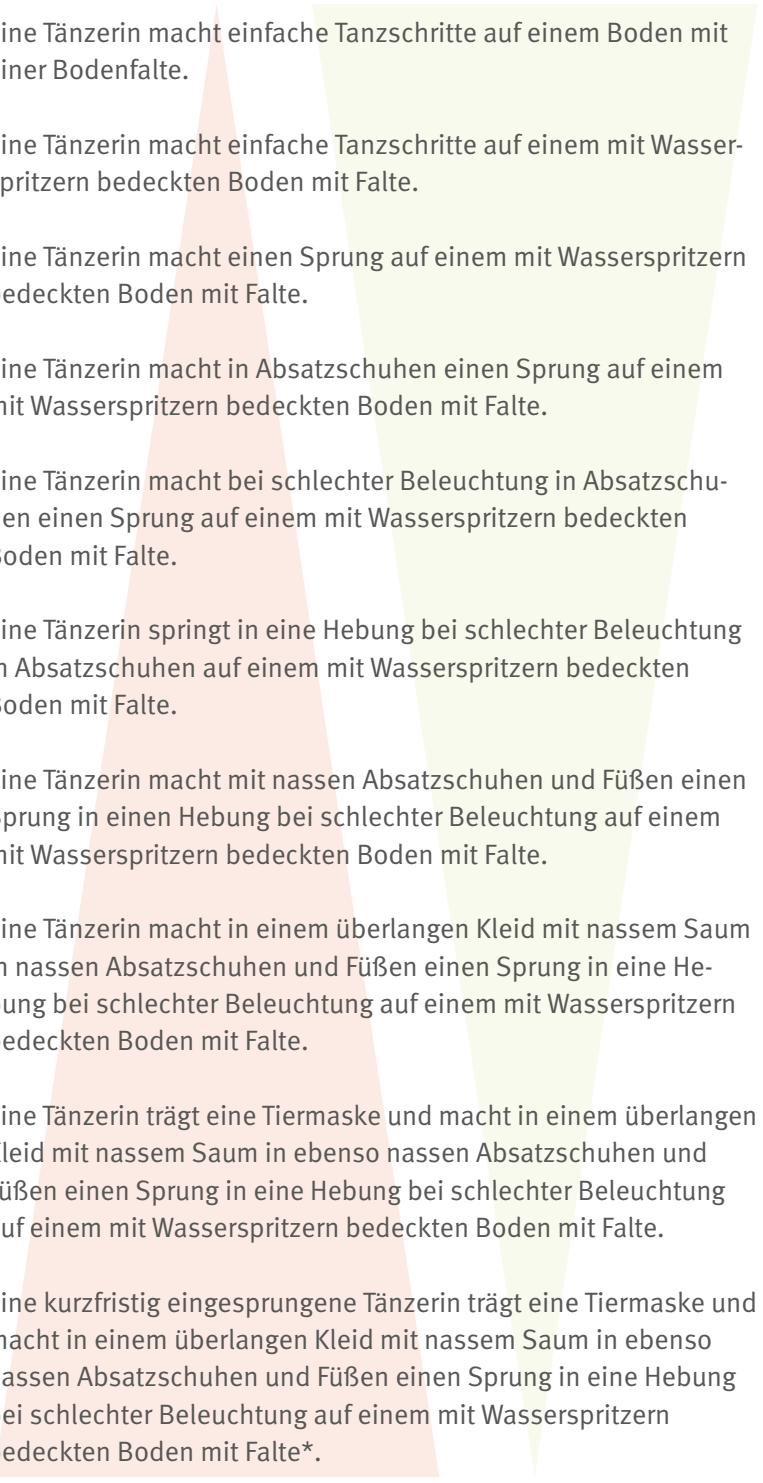
Art der Gefährdung	Gefährdung durch	Maßnahmen Verhältnisprävention	Maßnahmen Verhaltensprävention
Mobilität	räumliche Mobilität (z. B. lange Anfahrtswege bei mehreren Spiel- oder Probenorten oder Engagements in verschiedenen Städten)	- frühestmögliche Planbarkeit für die Darstellenden herstellen - Möglichkeit der Zweitbesetzung bei wichtigen sozialen Terminen vorsehen - für soziale Kontaktmöglichkeiten außerhalb des Produktionskontextes sorgen	Freizeit gezielt gestalten (soziales Umfeld sicherstellen, Hobbys entwickeln, für Ausgleich sorgen)
atypische Arbeitsverhältnisse	- Produktions- und Zeitverträge (ein bis zwei Jahre) - Arbeitsplatzwechsel beispielsweise beim Intendantenwechsel - fehlende Planbarkeit	- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten unterstützen - Karrieremodelle entwickeln - Beratung durch Externe im Betrieb anbieten	- gesundes soziales Umfeld sicherstellen - ein „Leben neben dem Tanz“ entwickeln

3.9 Kombination mehrerer gefährdender Faktoren

„Tänzerinnen und Tänzer bewegen sich als darstellende Künstlerinnen und Künstler und Schwerarbeiter gleichermaßen innerhalb einer großen Anzahl exogener und endogener gefährdender Faktoren.“

Bei der Bewertung müssen Kombinationen von Gefährdungen besonders beachtet werden, da sie das Risiko für die Entstehung einer akuten Verletzung und chronischen Schäden nochmals erhöhen.

Beispiel für Kombinationen mehrerer Gefährdungen im Tanz

- 
- 1 Gefährdung:** Eine Tänzerin macht einfache Tanzschritte auf einem Boden mit einer Bodenfalte.
- 2 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht einfache Tanzschritte auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 3 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht einen Sprung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 4 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht in Absatzschuhen einen Sprung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 5 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht bei schlechter Beleuchtung in Absatzschuhen einen Sprung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 6 Gefährdungen:** Eine Tänzerin springt in eine Hebung bei schlechter Beleuchtung in Absatzschuhen auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 7 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht mit nassen Absatzschuhen und Füßen einen Sprung in eine Hebung bei schlechter Beleuchtung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 8 Gefährdungen:** Eine Tänzerin macht in einem überlangen Kleid mit nassem Saum in nassen Absatzschuhen und Füßen einen Sprung in eine Hebung bei schlechter Beleuchtung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 9 Gefährdungen:** Eine Tänzerin trägt eine Tiermaske und macht in einem überlangen Kleid mit nassem Saum in ebenso nassen Absatzschuhen und Füßen einen Sprung in eine Hebung bei schlechter Beleuchtung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte.
- 10 Gefährdungen:** Eine kurzfristig eingesprungene Tänzerin trägt eine Tiermaske und macht in einem überlangen Kleid mit nassem Saum in ebenso nassen Absatzschuhen und Füßen einen Sprung in eine Hebung bei schlechter Beleuchtung auf einem mit Wasserspritzern bedeckten Boden mit Falte*.

* Anmerkung: Bei genanntem Beispiel handelt es sich lediglich um exogene gefährdende Faktoren. Endogene Faktoren sind in dieser Abbildung nicht berücksichtigt.



Mehrfachgefährdung durch Schuhwerk, Requisiten und Blendung. Foto: Jörg Landsberg, Theater Bremen



4 Wie Sie eine Gefährdungsbeurteilung physischer Belastungen durchführen

4.1 Inhaltliche Struktur

Die inhaltliche Struktur und das Vorgehen ergeben sich aus der vorliegenden Fragestellung. Es stehen mehrere Optionen zur Verfügung. Dabei kann in eine orientierende, häufig bereits ausreichende Grobanalyse sowie eine Feinanalyse unterschieden werden. Bei der Feinanalyse, die ein spezifisches Wissen voraussetzt und die Tänzerinnen und Tänzer stärker mit einbindet, muss in der Regel die Unterstützung durch externe Experten erfolgen. In Abhängigkeit vom Ergebnis müssen gegebenenfalls weitere Analysen bzw. Maßnahmen durchgeführt werden.



Dreiteilung der Gefährdungsbeurteilung im professionellen Bühnentanz



Eine Gefährdungsbeurteilung ist eine Teamleistung. Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

Bestandteile der Gefährdungsbeurteilung in Grob- und Feinanalyse

vor der Analyse	Grobanalyse	Feinanalyse – Expertenwissen
Beschaffung von Informationen zu: • Tanzrichtung • Dynamik (z. B. viele Sprünge, Bewegungen durch den Raum, hohe Grundfitness erforderlich) • Einsatz von Requisiten/ Ausstattung (zahlreiche exogene Gefährdungen)	• Vorabfrage • (Beantwortung durch Verwaltung und Direktion Tanz) • Begehung tanzbezogener Räume mit Grobanalyse	zusätzlich: • Begehung tanzbezogener Räumlichkeiten mit Feinanalyse • Einsicht in die Probenplanung • Einsicht in die Saisonplanung (Zeitpunkt der Premieren und Wiederaufnahmen) • gegebenenfalls Einsicht in den Wochen Speiseplan der Kantine • anonymisierte orientierende Kurzbefragung der Tänzerinnen und Tänzer zu - arbeitsbezogenen Aspekten (Arbeitsorganisation, Arbeitsaufgabe, Arbeitsumfeld) - akuten Verletzungen der letzten zwölf Monate - chronischen Beschwerden der letzten zwölf Monate • anonymisierte Auswertung von Unfallanzeigen • gegebenenfalls auf Wunsch auch weiterführende Diagnostik (z. B. kardiopulmonal)

4.2 Planung

Die Tätigkeit als professionelle Bühnentänzerin oder professioneller Bühnentänzer beinhaltet auch Belastungen mit psychischem Gefährdungspotential. Daher sind im Rahmen der Ermittlung physischer Gefährdungen in der Expertenanalyse zur Verbesserung der Aussagequalität auch ausgewählte psychische Aspekte zu erfragen.

Vor Beginn sollten einige Aspekte berücksichtigt werden, um einen reibungslosen Ablauf zu ermöglichen und aussagekräftige Daten zu erhalten. Das Vorgehen muss im Vorfeld mit den verantwortlichen Personen abgesprochen werden.

Den Tänzerinnen und Tänzern sollte unter Einbeziehung der Sprecherin oder des Sprechers des Tanzensembles die Bedeutung, der Aufwand und die Vorteile dieser Befragung dargestellt und Fragen beantwortet werden.

Tipp!

Eine Unterstützung der Befragung durch das Direktorium der Sparte Tanz sollte angestrebt werden (zeitlich und inhaltlich). Ist diese Unterstützung vorhanden, kann der Fragebogen im Rahmen der Arbeitszeit z. B. direkt nach dem Training und vor Beginn der Probe ausgefüllt werden. Es empfiehlt sich ein gemeinsames Ausfüllen aller unter Anwesenheit der die Auswertung durchführenden Person, die gleichzeitig für Fragen während dieser Zeit zur Verfügung steht. Für das Ausfüllen wird ein zeitlicher Rahmen von ca. 30 Minuten benötigt.

Da die Tänzerinnen und Tänzer eingebunden sind, sollte die Teilnahme freiwillig und anonym erfolgen. In Abhängigkeit von der Zusammensetzung des Tanzensembles ist es gegebenenfalls erforderlich, den Fragebogen auch in englischer Sprache anzubieten.

Ein konstruktives Arbeitsklima ist wichtig. Daher sollten während des Gesamtprozesses auch die spezifischen organisationalen Strukturen und Zuständigkeiten auf (inoffizielle) Hierarchien und – soweit bekannt – ungeschriebene Gesetze hin untersucht werden. Die Unterstützung des beauftragten externen Experten durch einen mit den Strukturen vertrauten und gegenüber den Analysen offen eingestellten Beschäftigten ist daher unerlässlich. Raum, Zeit und Personal müssen eingeplant werden. Gegebenenfalls ist die Aufnahme des Termins in den Tagesplan sinnvoll.

4.3 Grobanalyse

Vorabfrage

Eine Vorabfrage ermöglicht vor allem extern beauftragten Personen einen Überblick in Strukturen der jeweiligen Einrichtung, die nicht bekannt oder offensichtlich sind. Die Vorabfrage dient als erster Einstieg.

Es hat sich als sinnvoll erwiesen, diese Bögen sowohl von der verantwortlichen Führungskraft und/oder dem Führungsteam oder der Assistenz als auch von der Verwaltung ausfüllen zu lassen. Neben einer ersten Einschätzung und der Möglichkeit einer besseren Einordnung nachfolgender Ergebnisse verkürzt die Vorabfrage den Fragebogen für die zu befragenden Tänzerinnen und Tänzer und Verantwortlichen im Rahmen der Begehung (s. Anhang I).

Begehung

Die Begehung sollte alle vom Bereich Tanz genutzten Räumlichkeiten und Spielstätten mit einbeziehen. Dazu gehören:

- Ballettsaal bzw. Trainingsraum (auch externe Trainings- und Probenräumlichkeiten)
- gegebenenfalls Probephase(n)
- Bühnen (alle, auch diejenigen, die nicht im Haupthaus gelegen sind)
- Umkleiden
- Flure und Gänge zwischen den entsprechenden Räumen
- Sanitäranlagen (WC, Duschen)
- gegebenenfalls Fitnessraum, Ruheraum, Lichtraum
- gegebenenfalls Kantine (Speisenwochenplan)

Tipp!

Für die Begehung sollte ein gemeinsamer Termin aller in die Erstellung der Gefährdungsbeurteilung eingebundenen Personen, der relevanten Entscheidungsträger (auch der künstlerischen Leitung oder dessen Vertreterin oder Vertreter) sowie möglichst der Sprecherin oder Sprecher des Tanzensembles und des Betriebsrates gefunden werden. Das Einholen von Informationen im Nachhinein stellt sich als schwierig heraus.

Die Begehung kann als Grobanalyse und als Feinanalyse durchgeführt werden.



Ein Lichtraum (wie hier im Bild) und Ruheräume können die physischen Gefährdungen reduzieren helfen. Foto: Wanke

4.4 Feinanalyse

Befragung der Tänzerinnen und Tänzer

Der Fragebogen (s. Fragebogen Anhang III) gibt einen Überblick zu zahlreichen tanzrelevanten Aspekten. Dazu zählen:

- Fragen zur Zufriedenheit mit arbeitsbezogenen Aspekten
- Auskünfte zu Ursache, Art, Zeitpunkt und Lokalisation akuter Verletzungen der letzten zwölf Monate. Dabei wird jede akute Verletzung einzeln dokumentiert. Die Tänzerinnen und Tänzer werden ermutigt, eine genaue Dokumentation durchzuführen.

- Auskünfte zu Ursache, Art, Zeitpunkt (Verlauf) und Lokalisation chronischer und neuer gesundheitlicher Beschwerden am Bewegungssystem. Dabei wird jede akute Verletzung einzeln dokumentiert. Die Tänzerinnen und Tänzer werden ermutigt, eine genaue Dokumentation durchzuführen.
- Auskünfte zu daraus resultierender Arbeitsunfähigkeit in Tagen nach Verletzungen und chronischen Beschwerden

Tipp für die Auswertung der Zufriedenheit!

Entfallen mehr als 50 Prozent auf eine bestimmte Antwortmöglichkeit, sollte dieser Punkt bei weiteren Erhebungen und Maßnahmen Beachtung finden.

Analyse der Unfallanzeigen

Die Analyse sollte in anonymisierter Form erfolgen. Folgende Aspekte sind in der Gesamtdarstellung und gegebenenfalls geschlechtsspezifischer Betrachtung relevant:

- Unfallzeitpunkt
- Unfallort (z. B. Ballettsaal (Trainingsraum), Probenraum (Probebühne), Bühne und andere)
- Arbeitsinhalt (Training, Probe, Vorstellung)
- Tätigkeit zum Verletzungszeitpunkt (z. B. allgemeine Tanzbewegungen, Sprünge, Drehungen, Hebungen, Landungen)
- zur Verletzung führende Bewegung (z. B. Umknicken, Überdehnen, Stürzen, Fallen)
- Lokalisation der Verletzung
 - Körperregion: untere Extremität, obere Extremität, Rumpf und Kopf, Wirbelsäule
 - Lokalisation: Kopf, Halswirbelsäule, Brustwirbelsäule, Lendenwirbelsäule und Steißbein, Rumpf, Schulter und Oberarm, Ellenbogen und Unterarm, Handgelenk und Hand, Hüfte und Oberschenkel, Kniegelenk, Unterschenkel, Sprunggelenk, Fuß und Zehen
- Art der Verletzung, z. B. Verstauchung, Prellung, Wunde, Knochenbruch, Zerrung
- Verletzte Struktur, z. B. Haut, Knochen, Gelenkbinnenstrukturen (Meniskus, Kreuzband), Bänder und Kapseln, Gelenk, Muskulatur
- Verhalten nach dem Unfall (weitergearbeitet/Arbeit eingestellt)

Eine mehr oder weniger detaillierte Auswertung ist je nach Fragestellung möglich. Die Wegeunfälle müssen in der Auswertung nicht berücksichtigt werden.

4.5 Auswertung

Vor Beginn der Auswertung sollte eine **Zeitschiene** (z. B. bis zur Darstellung der Ergebnisse und möglichen Umsetzung von Maßnahmen) festgelegt werden.

Bei kleinen Gruppen muss die Anonymität gewährleistet sein. Bei jeweils mehr als zehn Tänzerinnen und Tänzern kann eine geschlechtsspezifische Auswertung erfolgen.

Es ist wichtig, zusammengetragene **Ergebnisse** sowohl der Entscheidungsebene als auch den Betroffenen zugänglich zu machen. Dies kann in zwei Schritten erfolgen. Nach der Präsentation der Ergebnisse in der Führungsebene sollten die relevanten Ergebnisse auch den Tänzerinnen und Tänzern zur Verfügung gestellt werden. Dafür eignet sich beispielsweise eine Präsentation vor Ort (z. B. im Ballettsaal) zum Ende der Probe, aber noch während der Arbeitszeit, um die Anwesenheit aller zu gewährleisten. Der **Dialog** zu Ergebnissen und geplanten Veränderungen sollte jederzeit offen und konstruktiv erfolgen. Unter Umständen sind **vertrauliche Gespräche** erforderlich.

„Für die durchführenden Personen einer Gefährdungsbeurteilung ist es wichtig, eigene Grenzen zu erkennen und Fachleute hinzuzuziehen.“

Im Falle einer Gefährdungsbeurteilung physischer Belastungen von Tänzerinnen und Tänzern sollten Experten hinzugezogen werden für:

- die Bewertung und Einordnung endogener Gefährdungen (z. B. Trainingszustand, Leistungsfähigkeit, körperliche Voraussetzungen) von Tänzerinnen und Tänzern
- eine Feinanalyse (s. o.)
- die Ableitung von nicht sofort erkennbaren Maßnahmen
- bei Unsicherheiten oder Unklarheiten hinsichtlich der Interpretation der Ergebnisse
- für die Durchführung weiterer Untersuchungen



5 Fallbeispiele

Fallbeispiel 1

Anlass

Vermehrtes Auftreten akuter Verletzungen (Arbeitsunfälle) nach einem Leitungswechsel im Bereich der eigenen Sparte Tanz an einem Dreispartentheater.

Vorgehen

- a) Vorgespräche, Vorstellung des Konzeptes (Theaterleitung, Betriebsrat, Betriebsärztin, Gleichstellungsbeauftragte, relevante Ressortleitung, Leitung Sparte Tanz, Sprecher oder Sprecherin Sparte Tanz, Berufsgenossenschaft, Fachkraft für Arbeitssicherheit)
- b) Vorstellung des Projektes beim Tanzensemble
- c) Durchführung einer Grob- und Feinanalyse durch externe Experten. Zusätzlich anonymisierte Auswertung der berufsgenossenschaftlichen Durchgangsarztberichte an mehreren Terminen (Begehung und Befragung mit gesonderten Terminen)

Ausgewählte Ergebnisse

Grobanalyse

Ergebnisse der Vorabinformationen	Vorabfrage	Begehung
- hohe Dynamik in Choreografien - zahlreiche Requisiten und aufwendige Ausstattung	- Es findet kein regelmäßiges organisiertes Training statt. Tänzerinnen und Tänzer trainieren jeder für sich - kleines Ensemble („jeder macht alles“, Arbeitsunfähigkeit für die verbleibenden Kolleginnen und Kollegen schwierig zu kompensieren)	- unterschiedliche Tanzböden in relevanten Räumen - kein Schwingboden auf der Probebühne (Falten, sich lösende Verklebungen des Deckbelages) und Bühne - Schwingboden mit Deckbelag (Falten, defizitäre Verklebungen) im Ballettsaal, dieser aber aus künstlerischen Gründen (Raummaß) kaum genutzt - zahlreiche Stolperfallen

Feinanalyse

Analyse der Probenpläne über zwei bis drei Monate (November und Mai) und Saisonplanung	Befragung – Zufriedenheit	Befragung – chronische Beschwerden und akute Unfälle der letzten zwölf Monate
• frühe Premiere zu Beginn der Spielzeit • zahlreiche Proben nach Ansage • fehlende Periodisierung • Diskrepanz zwischen Vorbereitung in Training und Anforderungen in Vorstellungen	• Böden: hart, unterschiedlich • fehlendes regelmäßiges Trainingsangebot • mangelnde Kommunikation, Nachbereitung, Reflexion	• fast alle Tänzerinnen und Tänzer haben chronische Beschwerden, zahlreiche Ursachen, untere Extremitäten und Wirbelsäule • 75% hatten einen Arbeitsunfall, Zusammenhang mit Premieren, vor allem September bis Dezember (60%) • auffällig viele Unfälle in den ersten drei Stunden nach Arbeitsbeginn • überwiegend endogen (multifaktorielle Ursachen, mangelnde Fitness?)

Maßnahmen

technisch	organisatorisch	personenbezogen
• Verklebungen/Stolperfallen beseitigen • Angleichung der verschiedenen Böden (Kostenfaktor, Information bezüglich eines Schwingbodens auf der Probebühne einholen) • Beseitigung weiterer Defizite	• regelmäßiges Trainingsangebot für alle verpflichtend (4x/Wo) und Aufwärmen vor Vorstellungen • Periodisierung mit sorgfältiger Planung von Belastungs- und Regenerationsphasen • keine frühe Premiere zu Beginn der Saison • Workshop: Kommunikation • vorhandene Ressourcen nutzen (Ballettsaal stärker nutzen) • Physiotherapieangebot ins Haus holen	• Verhalten in Pausen anpassen • auftrainieren, Beginn noch in Spielzeitpause • ggf. zusätzliches Fitnesstraining • Regenerationsplanung • ggf. in Einzelgesprächen oder mit einem Moderator prüfen

Fallbeispiel 2

Projekt

Prävention im professionellen Bühnentanz an einem Dreispartentheater

Vorgehen

- a) Vorgespräche, Vorstellung des Konzeptes (Theaterleitung, Betriebsrat, Betriebsarzt, Gleichstellungsbeauftragte, relevante Ressortleitung, Leitung Sparte Tanz, Sprecher oder Sprecherin Sparte Tanz, Berufsgenossenschaft, Fachkraft für Arbeitssicherheit)
- b) Vorstellung des Projektes beim Tanzensemble
- c) Durchführung einer Grob- und Feinanalyse durch externe Experten. Zusätzlich anonymisierte Auswertung der Unfallanzeigen und Krankmeldungen an mehreren Terminen (Begehung und Befragung mit gesonderten Terminen)

Ausgewählte Ergebnisse

Grobanalyse

Ergebnisse der Vorabinformationen	Vorabfrage	Begehung
- hohe Dynamik in Choreografien - Zahlreiche Requisiten und aufwendige Ausstattung - sehr gutes Betriebsklima, große Unterstützung von Leitung	- kleines Ensemble („Jeder macht alles“) - mehrere Spielstätten, unterschiedliche Bedingungen	- unterschiedliche Tanzböden in relevanten Räumen - kein Schwingboden auf der Bühne, zahlreiche Defizite - raumklimatische Probleme (Zugluft, Sonneneinstrahlung)

Feinanalyse (Auswahl)

Analyse der Probenpläne über zwei bis drei Monate (November und Mai) und Saisonplanung	Befragung – Zufriedenheit	Befragung – chronische Beschwerden und akute Unfälle der letzten zwölf Monate
• frühe Premiere zu Beginn der Spielzeit • fehlende Periodisierung • unterschiedliche Spielstätten	• Böden: unterschiedlich • wechselnde glatte Stellen im Trainingsraum • das Training wird stark kritisiert (z. B. Training nicht auf Bedürfnisse der Tänzerinnen und Tänzer abgestimmt, zu schwer) • Effizienz der Probengestaltung • zu wenig Kontakt mit anderen Künstlern • Kantine stark kritisiert	• alle haben immer wiederkehrende und neue chronische Beschwerden in den letzten zwölf Monaten • hohe Inzidenz für akute Verletzungen • Häufungen (Anfang und Ende der Spielzeit) • hoher Anteil exogener Ursachen • Probleme nach Sprüngen sowie dynamischen Bewegungen

Maßnahmen

technisch	organisatorisch	personenbezogen
• Beseitigung von Stolperfallen/Defiziten • Angleichung der verschiedenen Böden • Anpassung von Bewegungsinhalten an Böden • Ruheraum? • weitere Maßnahmen: Kantine	• Trainingsangebot optimieren (vorher Analyse) • ggf. Kommunikation verbessern • sorgfältige Planung von Belastungs- und Regenerationsphasen (Periodisierung) • keine frühe Premiere • Weiterbildungsangebote	• Verhalten optimieren • auftrainieren • für Regeneration/ Entspannung und gesundes soziales Umfeld sorgen



6 Begriffserklärungen

adagio

Hier: tänzerische Bewegungsfolge in einem langsamen Tempo (Gegensatz: allegro).

allegro

Hier: tänzerische Bewegungsfolgen in einem schnellen Zeitmaß (Gegensatz: adagio), umfasst Sprungkombinationen; Möglichkeiten: von zwei auf zwei Füße; von zwei Füßen auf einen Fuß; von einem auf einen Fuß; von einem auf zwei Füße; weitere Unterscheidungen in petit allegro (kleine Sprünge am Platz von geringer Sprunghöhe), allegro (mittlere Dynamik am und vom Platz) und grand allegro (in Höhe und Weite greifende Sprungkombinationen maximaler Dynamik und koordinativen Anspruchs) in Abhängigkeit von der Dynamik des Sprunges und damit Belastung des Körpers.

batterie

Das Aneinanderschlagen der gestreckten Beine in der Luft, während sie sich kreuzen (z. B. brisé).

Bühnenauftritt und Vorstellung

liegen zumeist am Abend, auch an Wochenenden und Feiertagen. Doppelvorstellungen sind möglich. Je nach Organisationsstruktur und Art des Theaters kann die Vorstellungsfrequenz mehr als 250 pro Jahr betragen. Hinzu können beispielsweise Gastspielreisen, Tanzwettbewerbe, Vortanzen, Vorspielen (auditions) kommen.

Bühnentanz

Mit Bühnentanz werden die künstlerischen Tanzrichtungen bezeichnet. Dazu zählen u. a. der klassische und der neoklassische Tanz (Ballett), der zeitgenössische Tanz, zu dem auch der Tanztheaterbereich zählt sowie der Revue-Tanz. Daneben können die Musical-Produktionen in Abhängigkeit vom Stück Tanzeinlagen enthalten.

en dehors

Auswärtsdrehung der gesamten unteren Extremität oder Drehung nach außen; Grad des *en dehors* lässt sich durch Training nur begrenzt beeinflussen.

exercise (tägliches Training) im Tanz

Es beginnt an der Stange und wird im freien Raum fortgeführt. In der Ausbildung dient es der Verbesserung und in der Berufsausübung dem Erhalt der Leistungsfähigkeit. Es soll den Körper auf nachstehende Belastungen vorbereiten. Die Übungen bauen aufeinander auf. Stehen zu Beginn des Trainings statische Elemente an der Stange im Vordergrund, so bringt der zunehmende dynamische Charakter eine steigende Belastungsintensität hin zu sprintartigen und raumgreifenden Bewegungskombinationen mit sich. Letztere sind kardiopulmonal und koordinativ maximal anspruchsvoll.

grand allegro

In Weite und Raum greifende Sprungkombinationen von maximaler koordinativer und kardiopulmonaler Belastung.

Halbe Spitze

Stand auf den Mittelfußköpfchen (Zehenstand); wird im Tanz auch als „relevé“ oder „rise“ bezeichnet.

Pirouette

Drehung(en) um die eigene Achse entweder auf dem Boden, einbeinig auf halber Spitze oder Spitze (Tänzerinnen) mit angelegtem Spielbein am Standbein oder in einer offenen Position oder gesprungen (Tänzer).

Probe

Sie beinhaltet die Erarbeitung neuer und die Wiederholung bekannter Choreographien und/oder Stücke. Die Proben können durchgehend (mit kurzer Mittagspause) oder geteilt (mehrstündige Pause mit abendlicher Probe) erfolgen.

Spitzenschuhe

Die in der Regel mit Satin überzogenen mehrschichtigen, vor allem im klassischen und neoklassischen Tanz gebräuchlichen Spitzenschuhe bestehen aus einer Zehenbox, einer verstärkten, stabilisierenden Sohle und speziellen Schuhbändern. Technische Weiterentwicklungen (z. B. die Nutzung von thermoplastischem Material im Kappenbereich anstelle von Baumwolllagen) haben bisher eher einen Einfluss auf den Tragekomfort und die Haltbarkeit. Die Dämpfungseigenschaften und Bodenführung bleiben zugunsten der Ästhetik und Funktion unberührt. Der Spitzentanz setzt ein hohes Maß an koordinativer Leistungsfähigkeit des gesamten Körpers voraus und ist für den Fuß und das angrenzende Sprunggelenk maximal belastend.



Partnerarbeit beinhaltet eine optimale Abstimmung innerhalb körperlicher Grenzen. Foto: Jörg Mannes, Staatsoper Hannover

7 Literatur

Tanzbezogen

Barandun, C., Budde, K., Gause, A., Wanke, E.M. (2018): Handlungsleitfaden Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen für Beschäftigte der darstellenden Kunst. Unfallkasse NRW

Exner-Grave, E., Simmel, L., Wanke, E.M. (2011): Tanzmedizin-Ausbildung und Arbeitsplatz Tanz. Ärzte und Physiotherapeuten. Berlin: Unfallkasse Berlin (Hrsg.), 2. Auflage

Exner-Grave, E. (2015): Tanzmedizin – die medizinische Versorgung professioneller Tänzer. ZAEN-Magazin, 7(3): 31-35

Lampe, J., Wanke, E.M. (2018): Berufsbezogene Schmerzen und Schmerzmanagement im professionellen Sport, Teil II: Bühnentanz. Zbl. Arbeitsmed. 68: 50-53

Wanke, E.M., Groneberg, D.A. (2017): Arbeitsmedizinische Aspekte des Bodens im Tanz. Zbl. Arbeitsmed. 67: 166-170

Wanke, E.M., Reinhardt, A., Ohlendorf, D., Brüggmann, D., Groneberg, D.A. (2017): Der Spitzenschuh. Arbeitsschuh und Arbeitsmittel im Tanz. Zbl. Arbeitsmed. 67: 44-48

Wanke, E.M., Ohlendorf, D., Klingelhöfer, D., Groneberg, D.A. (2016), Absatzschuhe am Arbeitsplatz aus arbeitsmedizinischer Perspektive. Zbl. Arbeitsmed. 66: 373-375

Wanke, E.M. (2014): Rahmenempfehlungen zur Prävention von Verletzungen im professionellen Bühnentanz. 2. überarbeitete und ergänzte Auflage. Unfallkasse Berlin und Deutsche gesetzliche Unfallversicherung (Hrsg.)

Wanke, E.M. (2012): Tänzer. In: Letzel S, Nowak D (Hrsg.). Handbuch der Arbeitsmedizin. Arbeitsphysiologie, Arbeitspsychologie, Klinische Arbeitsmedizin, Gesundheitsförderung und Prävention. Lose-Blatt-Sammlung. München: ecomed, F 1-T-1, 27. Erg. Lfg. 12/12, 1-59

Wanke, E.M., Pressel, G., Groneberg, D.A. (2012): Aktuelle ärztliche Berufskunde. Balletttänzer/in. Arbeitsmedizin Sozialmedizin Präventivmedizin 12: 641-647

Wanke, E.M., Mill, H., Arendt, M., Wanke, A., Koch, F., Groneberg, D.A. (2013): Occupational accidents in professional dancers with regard to five different professional dance styles. *Work*, Sep 4

Wanke, E.M., Mill, H., Wanke, A., Davenport, J., Koch, F., Groneberg, D.A. (2013): Dance partner or dance floor? – Analysis and evaluation of exogenous factors resulting in accidents in professional dancers. *Med. Probl. Perform. Art.* Sep; 28(3): 131-136

Wanke, E.M., Kunath, E.K., Koch, F., Davenport, J., Weisser, B., Groneberg, D.A., Mache, S., Endres, E., Vitzthum, K. (2012): Survey of health problems in musical theater students: a pilot study. *Med. Probl. Perform. Art.* Dec; 27(4): 205-11

Füger, X., Wanke, E.M. (2018): Saisonale Periodisierung als Option im betrieblichen Gesundheitsschutz am Beispiel des professionellen Bühnentanzes. *Zbl. Arbeits-med.* 2018; 68: 280-286

Weiterführend allgemein

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Ratgeber zur Gefährdungsbeurteilung (2010): unterschiedenen Gefährdungen. Verfügbar unter:
https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Fachbuecher/Gefaehrdungsbeurteilung.pdf?__blob=publicationFile

Deutsch Gesetzliche Unfallversicherung. Dokumentationsschema. Verfügbar unter:
http://www.dguv.de/medien/ifa/de/pra/container/pdf/gefaehrdungsbeurteilung_dokumentationsschema.pdf

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Gefährdungen. Physische Belastungen. https://www.baua.de/SiteGlobals/Forms/Suche/BAuA/DE/Servicesuche_Formular.html;jsessionid=1515E90614D9853952D76B99287E8DFC.s1t2?nn=8702076&resourceld=8580752&input_=8689798&pageLocale=de&templateQueryString=gef%C3%A4hrdungen&submit=Suchenhttp://www.mitheiler-

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. TRGS 401 Gefährdung durch Hautkontakt - Ermittlung, Beurteilung, Maßnahmen. Verfügbar unter:
<https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/TRGS/TRGS-401.html>



Anhang I – Allgemeine Vorabfrage als Kopiervorlage

Grobanalyse Teil A: Allgemeines

Die Vorabfrage dient als Groborientierung zum Arbeitsumfeld und organisatorischen Aspekten, sofern die in der Vorabfrage thematisierten Aspekte nicht schon bekannt sind. Sie ist somit eine optionale Ergänzung. Die Vorabfrage besteht aus zwei Teilen und kann getrennt oder als Gesamtvorabfrage verwendet werden.

Allgemeines

Sparten: Schauspiel ☐ Oper ☐ Operette ☐ Tanz ☐

Orchester (eigene Konzerte) ☐

Anzahl der Angestellten im Tanzbereich: _____, davon _____ m, _____ w

Werden regelmäßig Gastkünstler engagiert? ja ☐ nein ☐

Anzahl der Premieren pro Saison im Tanzbereich: _____ bis _____ Premieren

Anzahl der Vorstellungen pro Saison im Tanzbereich: ca. _____ Vorstellungen

Sind jeweils alle Tänzerinnen und Tänzer in den Vorstellungen besetzt? ja ☐ nein ☐

Durchschnittliche Beschäftigungsdauer von Tänzerinnen und Tänzern: _____ Jahre

Spielorte (im Regelfall): einer ☐ mehrere ☐

Sind Training, Proben und Vorstellungen immer an einem Ort (Gebäude)? ja ☐ nein ☐

Sind Proben und Vorstellungen immer in einem Gebäude? ja ☐ nein ☐

Verträge: Stückvertrag ☐ Jahresverträge ☐ 2-Jahresverträge ☐

Art: alle gleich (z. B. Gruppe mit Solo) ☐ Unterteilung Gruppe und Solo ☐

Durchschnittliche Anzahl von Krankheitstagen im Tanzbereich der letzten drei Jahre:

letztes Jahr _____ Tage

vorletztes Jahr _____ Tage

vor drei Jahren _____ Tage

Grund für die Arbeitsunfähigkeit: überwiegend Muskelskelettsystem ☐

überwiegend Infekte ☐

andere ☐

Gibt es eine Dienstvereinbarung? Alkohol ja ☐ nein ☐

Drogen ja ☐ nein ☐

sonstige, welche? _____
ja ☐ nein ☐

Kantine: Eigenbewirtschaftung ☐ Fremdfirma ☐

Medizinische Betreuung:

Gibt es einen oder mehrere Physiotherapeuten vor Ort? ja ☐ nein ☐

Falls ja, wie groß ist das zeitliche Angebot: _____ Stunden pro Woche
bei Bedarf ☐

Falls nein, gibt es eine Anbindung an eine vom Arbeitgeber bereitgestellte physio-
therapeutische Betreuung? ja ☐ nein ☐

Falls ja, wie sieht die aus? _____

Gibt es eine Angebotsvorsorge für den Tanzbereich? ja ☐ nein ☐

Gibt es theoretische/praktische Workshop-Angebote im Tanzbereich? ja ☐ nein ☐

Wenn ja, wie regelmäßig? _____ pro Jahr, Umfang? _____

Zu welchen Themen? _____

Wann war das letzte Angebot? _____

(Gesundheitliche) Probleme/Erkrankungen/wiederkehrende Themen/Prävention

Sind Ihnen Häufungen von gesundheitlichen Problemen aufgefallen? ja ☐ nein ☐

Welche? _____

Gibt es Klagen/Beschwerden/Anmerkungen von den Beschäftigten? ja ☐ nein ☐

Welche? _____

Gibt es offensichtliche Probleme, die Ihnen aufgefallen sind? ja ☐ nein ☐

Welche? _____

Wo ist Ihrer Meinung nach Klärungsbedarf/Untersuchungsbedarf?

Bisherige Präventionsangebote durch Arbeitgeber?

Anhang I – Allgemeine Vorabfrage als Kopiervorlage Grobanalyse Teil B: Räumlichkeiten

Gibt es einen Ruheraum/Räume für den Tanzbereich? ja ☐ nein ☐

Falls ja, werden die Räume mit anderen Sparten geteilt? ja ☐ nein ☐

Gibt es einen Lichtraum? ja ☐ nein ☐

Gibt es einen Fitnessraum? ja ☐ nein ☐

Gibt es einen Raum für therapeutische Anwendungen? ja ☐ nein ☐

Probenraum

Ist ein gesonderter Probenraum vorhanden? ja ☐ nein ☐

Tageslicht: ja ☐ nein ☐

Tanzboden: ja ☐ nein ☐

Be-/Entlüftung ja ☐ nein ☐

Klimaanlage: ja ☐ nein ☐

Einschätzung der Akustik: eher gut ☐ eher schlecht ☐

Wird der Raum spartenübergreifend genutzt?
(z. B. Schauspiel, Vermietung?) ja ☐ nein ☐

Ballettsaal/Trainingsraum: Tageslicht ja ☐ nein ☐

Boden

Unterboden: Schwingboden ja ☐ nein ☐

Deckbelag (Art): _____ verschleißt ☐ verklebt ☐ andere ☐

Be-/Entlüftung: ja ☐ nein ☐

Klimaanlage: ja ☐ nein ☐

Einschätzung der Akustik: eher gut ☐ eher schlecht ☐

Wird der Raum spartenübergreifend genutzt?

(z. B. Schauspiel, Vermietung?)

ja ☐ nein ☐

Bühne

Boden

Unterboden: Schwingboden ja ☐ nein ☐

Deckbelag (Art): _____ verschleißt ☐ verklebt ☐ andere ☐

Wird vor Tanzvorstellungen ein gesonderter Boden verlegt? ja ☐ nein ☐

Be-/Entlüftung: ja ☐ nein ☐

Klimaanlage: ja ☐ nein ☐

Orchestergraben: ja ☐ nein ☐

Gibt es eine Probebühne, die vom Tanzbereich genutzt wird? ja ☐ nein ☐

Wenn ja, gibt es einen Schwingboden? ja ☐ nein ☐

Ist der Oberflächenbelag wie im Ballettsaal? ja ☐ nein ☐

wenn nein, wie? _____

Gibt es eine Be-/Entlüftung: ja ☐ nein ☐

Gibt es eine Klimaanlage: ja ☐ nein ☐

Einschätzung der Akustik: eher gut ☐ eher schlecht ☐

Wird der Raum spartenübergreifend genutzt?

(z. B. Schauspiel, Vermietung?)

ja ☐ nein ☐

Weitere Anmerkungen: _____

Anhang II

Prüfliste Begehung Bühnentanz

Quelle: Unfallkasse Berlin, modifiziert nach Rahmenempfehlungen zur Prävention von akuten Unfällen im professionellen Bühnentanz, 2014. Bezüglich der allgemeinen Anforderungen wird auf die Grobanalyse der Rahmenempfehlungen Bühnentanz (s. Anhang I) verwiesen. Die rechtlichen Bezüge finden sich ebenfalls in der genannten Literatur.

Grobanalyse

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
Tanzspezifische Anforderungen			
1	Garderoben • angemessene Anzahl? • ausreichende Größe? • Nähe zum Arbeitsort vorhanden?		
2	Sanitäre Anlagen und Duschen • angemessene Anzahl? • ausreichende Größe? • Nähe zum Arbeitsort vorhanden?		
3	Ballettsaal/Trainingsraum		
	Der Tanzboden entspricht den Erfordernissen und führt nicht zu zusätzlichen gesundheitlichen Belastungen: • Es ist ein mischelastischer Unterboden mit Schock absorbierenden Eigenschaften vorhanden. • Es ist ein für den Tanz geeigneter Deckbelag vorhanden. • Der Boden bietet keine Stolperstellen und ist einwandfrei sauber (die Verklebungen oder Verschweißungen im Deckbelag sind einwandfrei).		
	Gefährliche Stellen, Ecken und Kanten sind nicht vorhanden (Kantenradius mindestens 2 mm, Öffnungen und Spalten < 20 mm).		
	Spiegel sind bruchsicher gestaltet.		

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
	Die Beleuchtung ist den Arbeitsaufgaben angemessen und ohne Blendwirkungen ausgeführt (neutral-weiß, 300 – 500 Lux, bei zeitweiliger Nutzung 150 Lux).		
	Tageslicht ist vorhanden.		
	Die Temperatur entspricht den Anforderungen: • Zugerscheinungen werden vermieden (optimaler Temperaturbereich zwischen 21 und 23 °C, Luftbewegung 0,1 m/sec). Das Raumklima schwankt nicht wesentlich zwischen den Jahreszeiten/Tageszeiten.		
	Die Luftfeuchtigkeit ist der Temperatur angemessen (40 bis 60 Prozent).		
4	Probephöhne		
	Der Raum ist für die vorgesehenen Abläufe geeignet.		
	Der Tanzboden entspricht den Erfordernissen und führt nicht zu zusätzlichen gesundheitlichen Belastungen: • Es ist ein mischelastischer Unterboden mit Schock absorbierenden Eigenschaften vorhanden. • Es ist ein für den Tanz geeigneter Deckbelag vorhanden. • Der Boden bietet keine Stolperstellen und ist einwandfrei sauber (die Verklebungen oder Verschweißungen im Deckbelag sind einwandfrei).		
	Gefährliche Stellen, Ecken und Kanten sind nicht vorhanden (Kantenradius mindestens 2 mm, Öffnungen und Spalten < 20 mm).		

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
	Spiegel sind bruchsicher gestaltet.		
	Die Beleuchtung ist den Arbeitsaufgaben angemessen und ohne Blendwirkungen ausgeführt (neutral-weiß, 300 bis 500 Lux, bei zeitweiliger Nutzung 150 Lux).		
	Tageslicht ist vorhanden.		
	Die Temperatur entspricht den Anforderungen: • Zegerscheinungen werden vermieden (optimaler Temperaturbereich zwischen 21 und 23 °C, Luftbewegung 0,1 m/sec). • Das Raumklima schwankt nicht wesentlich zwischen den Jahreszeiten/ Tageszeiten.		
	Die Luftfeuchtigkeit ist der Temperatur angemessen (40 bis 60%).		
5	Bühne		
	Der Raum ist für die vorgesehenen Abläufe geeignet.		
	Der Tanzboden entspricht den Erfordernissen und führt nicht zu zusätzlichen gesundheitlichen Belastungen: • Es ist ein mischelastischer Unterboden mit Schock absorbierenden Eigenschaften vorhanden. • Es ist ein für den Tanz geeigneter Deckbelag vorhanden. • Der Boden bietet keine Stolperstellen und ist einwandfrei sauber (die Verklebungen oder Verschweißungen im Deckbelag sind einwandfrei). Sofern kein Tanzboden vorhanden ist: • Ein Tanzboden wird zu den Tanzvorstellungen ausgelegt.		

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
	Gefährliche Stellen, Ecken und Kanten sind nicht vorhanden (Kantenradius mindestens 2 mm, Öffnungen und Spalten < 20 mm).		
	Die Beleuchtung ist den Arbeitsaufgaben angemessen und ohne Blendwirkungen ausgeführt (neutral-weiß, 300 bis 500 Lux, bei zeitweiliger Nutzung 150 Lux).		
	Die Temperatur entspricht den Anforderungen: • Zugerscheinungen werden vermieden (optimaler Temperaturbereich zwischen 21 und 23 °C, Luftbewegung 0,1 m/sec). • Das Raumklima schwankt nicht wesentlich zwischen den Jahreszeiten/Tageszeiten.		
	Die Luftfeuchtigkeit ist der Temperatur angemessen (40 bis 60%).		
	Schädigende Lärmeinwirkungen (obere Auslösewerte: Tages-Lärmexpositionspegel < 85 dB(A) bzw. Spitzenschall-druckpegel < 137 dB) sind minimiert.		
6	Weitere Räumlichkeiten		
	Ein Ruheraum ist vorhanden.		
	Ein Fitnessraum ist vorhanden.		
	Ein Aufenthaltsraum ist vorhanden.		
	Ein Lichtraum ist vorhanden.		

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
Tätigkeitsbezogene Aspekte			
1	Es existieren Tages- und Wochenpläne ; Proben nach Ansage werden vermieden.		
	Die Einsätze einzelner Tänzerinnen und Tänzer sowie die Probeninhalte werden rechtzeitig bekanntgegeben.		
	Die Arbeit erfolgt ohne Zeitdruck mit ausreichend Bühnen- oder Probebühnenproben.		
	Es gibt keine spartenübergreifenden Tätigkeiten (z. B. artistische Aufgaben für Tänzerinnen und Tänzer).		
2	Es wird ein regelmäßiges Training angeboten. Das Training ist in Dauer und Art als Vorbereitung für Vorstellung und Probe angepasst.		
3	Schuhwerk - Das Schuhwerk führt nicht zu zusätzlichen Gesundheitsgefahren bzw. es ist eine Gewöhnung durch ausreichendes Proben, auch bei Um- und Neubesetzungen, erfolgt. - Das Schuhwerk entspricht tanzspezifischen Anforderungen (keine Straßenschuhe).		
4	Kostüm, Perücken und Maske führen nicht zu zusätzlichen Gesundheitsgefahren bzw. es ist eine Gewöhnung durch ausreichendes Proben, auch bei Um- und Neubesetzungen, erfolgt.		
5	Requisiten und Ausstattung führen nicht zu zusätzlichen Gesundheitsgefahren bzw. es ist eine Gewöhnung durch ausreichendes Proben, auch bei Um- und Neubesetzungen, erfolgt.		

Lfd. Nr.		Bemerkungen	Handlungsbedarf
6	Die eingesetzten Gefahrstoffe verursachen keine zusätzlichen Gesundheitsgefahren. Szenisch bedingter Einsatz erfolgt nur nach fachkompetenter Gefährdungsbeurteilung, Unterweisung sowie unter Anwendung der getroffenen Schutzmaßnahmen.		
7	Eine inszenierungsbezogene Gefährdungsbeurteilung ist erstellt, die erforderliche Unterweisung nachweislich durchgeführt.		
Weitere Aspekte			
1	Eine physiotherapeutische Betreuung wird entsprechend des Bedarfs – während des Trainings, der Proben und Vorstellungen – angeboten.		
2	Eine Gesundheitsuntersuchung (tanzmedizinisches Screening) wird regelmäßig durchgeführt (Checkliste, Rahmenempfehlungen Prävention Bühnentanz, Teil B).		
3	Die Kantine bietet adäquate Speisen und Getränke an (frische Salate, fettarm, warm-kalt, frische Zubereitung).		

Anhang III –

Fragebogen Feinanalyse für Tänzerinnen und Tänzer Teil A: Zufriedenheit

Sehr geehrte Tänzerinnen und Tänzer,

Diese Fragebögen sind Teil einer Beurteilung von Gefährdungen an Ihrem Arbeitsplatz. Ziel ist die Vermeidung bzw. Minimierung gesundheitlicher Gefährdungen im Tanz.

Die Fragebögen bestehen aus verschiedenen Teilen. Bitte beantworten Sie die Fragen möglichst spontan. Die Antworten werden streng vertraulich behandelt und anonymisiert ausgewertet.

Bitte beantworten Sie die Fragen durch Ankreuzen ohne lange nachzudenken!
Pro Frage bitte nur ein Kästchen ankreuzen.

	(eher) zufrieden	weder noch	(eher) unzufrieden
Arbeitsumfeldbedingungen – Wie zufrieden sind Sie mit ...			
... dem Boden im Ballettsaal (Belag, Tanzteppich)?			
... dem Unterboden im Ballettsaal?			
... dem Boden auf der Probebühne? Falls nicht, warum nicht? _____			
... dem Boden auf der Bühne? Falls nicht, warum nicht? _____			
... dem Raumklima (Luftfeuchtigkeit, Temperatur, Zugluft)?			
... der Beleuchtung im Ballettsaal (Tageslicht)?			
... der Beleuchtung auf der Probebühne?			
... den Garderoben?			
... den Sanitärräumen (Duschen/WC)?			
... der Anzahl der Räume?			
Organisation und Information – Wie zufrieden sind Sie mit ...			
... dem Ablauf von Proben?			
... der Ankündigung von freien Tagen?			
... der Ankündigung von Besetzungen?			
... der Ankündigung von Tages- und Wochenplänen?			
... der Ankündigung von Änderungen: (Umbesetzungen, freie Tage)?			
Arbeitsaufgaben – Wie zufrieden sind Sie mit ...			
... Ihrem Einfluss auf Entscheidungen (Choreo, freie Tage)?			

	(eher) zufrie- den	weder noch	(eher) unzu- frieden
... dem Betriebsklima?			
... der Wertschätzung Ihrer Leistung?			
... Weiterbildungsmöglichkeiten (z. B. weitere Quali- fizierung, nebenberufliches Studium)?			
... den Abläufen nach einem Unfall?			
... der Rücksichtnahme bei körperlichen Einschrän- kungen?			
... der Kantine?			

Besonders gut – besonders schlecht

Nennen Sie bis zu drei Dinge, mit denen Sie besonders zufrieden sind.

Womit sind Sie gar nicht zufrieden? Warum? Bitte begründen Sie.

**In welchen Bereichen wünschen Sie sich eine Verbesserung der Arbeitsbedingun-
gen (Arbeitsaufgabe, -organisation, -umgebung, soziales Umfeld) im Theater?**

Weitere Ergänzungen oder Anregungen:

Anhang III –

Fragebogen Feinanalyse für Tänzerinnen und Tänzer
Teil B: Akute Verletzungen (Arbeitsunfälle)**Sehr geehrte
Tänzerinnen
und Tänzer,**

Diese Fragebögen sind Teil einer Beurteilung von Gefährdungen an Ihrem Arbeitsplatz. Ziel ist die Vermeidung bzw. Minimierung gesundheitlicher Gefährdungen im Tanz.

Die Fragebögen bestehen aus verschiedenen Teilen. Bitte beantworten Sie die Fragen möglichst spontan. Die Antworten werden streng vertraulich behandelt und anonymisiert ausgewertet.

Bitte füllen Sie für jede einzelne akute Verletzung der letzten zwölf Monate eine Spalte aus.

Merkmal	Verletzung				
	1.	2.	3.	4.	5.
In welchem Monat ereignete sich der Unfall?					
Januar	☐	☐	☐	☐	☐
Februar	☐	☐	☐	☐	☐
März	☐	☐	☐	☐	☐
April	☐	☐	☐	☐	☐
Mai	☐	☐	☐	☐	☐
Juni	☐	☐	☐	☐	☐
Juli	☐	☐	☐	☐	☐
August	☐	☐	☐	☐	☐
September	☐	☐	☐	☐	☐
Oktober	☐	☐	☐	☐	☐
November	☐	☐	☐	☐	☐
Dezember	☐	☐	☐	☐	☐
Zu welcher Tageszeit? Wann?					
6-8 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
8-10 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
10-12 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
12-14 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
14-16 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
16-18 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
18-20 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
20-22 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐

Merkmal	Verletzung				
	1.	2.	3.	4.	5.
22-24 Uhr	☐	☐	☐	☐	☐
später	☐	☐	☐	☐	☐
Unfallort					
Ballettsaal/Trainingsraum	☐	☐	☐	☐	☐
Flure/Treppen	☐	☐	☐	☐	☐
Dusche/Umkleide	☐	☐	☐	☐	☐
Bühne	☐	☐	☐	☐	☐
Probephöhne	☐	☐	☐	☐	☐
anderer, welcher? _____	☐	☐	☐	☐	☐
Lokalisation der Verletzung					
Kopf	☐	☐	☐	☐	☐
Schultergürtel/Schulter	☐	☐	☐	☐	☐
Oberarm/Ellenbogen	☐	☐	☐	☐	☐
Handgelenk/Hand	☐	☐	☐	☐	☐
Rumpf/Wirbelsäule	☐	☐	☐	☐	☐
Hüfte/Becken	☐	☐	☐	☐	☐
Oberschenkel	☐	☐	☐	☐	☐
Kniegelenk	☐	☐	☐	☐	☐
Unterschenkel	☐	☐	☐	☐	☐
Sprunggelenk	☐	☐	☐	☐	☐
Fuß/Zehen	☐	☐	☐	☐	☐

Merkmal	Verletzung				
	1.	2.	3.	4.	5.
Ursache					
Klima (Kälte/Wärme)	☐	☐	☐	☐	☐
Tanzpartnerin/Tanzpartner	☐	☐	☐	☐	☐
Tanzboden	☐	☐	☐	☐	☐
Requisite	☐	☐	☐	☐	☐
Kostüm/Schuhe	☐	☐	☐	☐	☐
Choreografie oder Bewegungsablauf	☐	☐	☐	☐	☐
Ermüdung	☐	☐	☐	☐	☐
Konzentrationsverlust/Unaufmerksamkeit	☐	☐	☐	☐	☐
zeitlicher Druck	☐	☐	☐	☐	☐
Leistungsdruck	☐	☐	☐	☐	☐
ungenügende Aufwärmarbeit	☐	☐	☐	☐	☐
unklar	☐	☐	☐	☐	☐
Art der Tätigkeit zum Unfallzeitpunkt					
Training	☐	☐	☐	☐	☐
Probe	☐	☐	☐	☐	☐
Vorstellung	☐	☐	☐	☐	☐
Verhalten nach dem Unfall					
Arbeit eingestellt	☐	☐	☐	☐	☐
weitergearbeitet	☐	☐	☐	☐	☐
Bewegung, die zum Verletzungszeitpunkt ausgeführt wurde					
springen	☐	☐	☐	☐	☐
landen	☐	☐	☐	☐	☐

Merkmal	Verletzung				
	1.	2.	3.	4.	5.
drehen	☐	☐	☐	☐	☐
tragen/heben/gehoben werden	☐	☐	☐	☐	☐
allgemeine Tanzbewegungen	☐	☐	☐	☐	☐
dehnen	☐	☐	☐	☐	☐
Partnerarbeit	☐	☐	☐	☐	☐
akrobatische Elemente (z. B. Rad schlagen)	☐	☐	☐	☐	☐
ziehen/schieben	☐	☐	☐	☐	☐
Bewegung, die zur Verletzung führte					
umknicken	☐	☐	☐	☐	☐
überdehnen	☐	☐	☐	☐	☐
fallen/stürzen	☐	☐	☐	☐	☐
verdrehen	☐	☐	☐	☐	☐
stoßen	☐	☐	☐	☐	☐
getroffen werden	☐	☐	☐	☐	☐
andere, welche? _____	☐	☐	☐	☐	☐
Trainingsausfall aufgrund der Verletzung					
kein	☐	☐	☐	☐	☐
ein bis drei Tage	☐	☐	☐	☐	☐
vier bis sieben Tage	☐	☐	☐	☐	☐
ein bis drei Wochen	☐	☐	☐	☐	☐
mehr als drei Wochen	☐	☐	☐	☐	☐

Anhang III –

Fragebogen Feinanalyse für Tänzerinnen und Tänzer

Teil C: Chronische Beschwerden der letzten zwölf Monate

Sehr geehrte Tänzerinnen und Tänzer,

Diese Fragebögen sind Teil einer Beurteilung von Gefährdungen an Ihrem Arbeitsplatz. Ziel ist die Vermeidung bzw. Minimierung gesundheitlicher Gefährdungen im Tanz.

Die Fragebögen bestehen aus verschiedenen Teilen. Bitte beantworten Sie die Fragen möglichst spontan. Die Antworten werden streng vertraulich behandelt und anonymisiert ausgewertet.

Bitte geben Sie für den Zeitraum der letzten zwölf Monate alle chronischen Beschwerden an. Bitte füllen Sie für jede einzelne chronische Verletzung (Beschwerden) eine Spalte aus.

Merkmal	Verletzung:				
	1.	2.	3.	4.	5.
Seit wie vielen Monaten haben Sie die Beschwerden?					
seit einem Monat	☐	☐	☐	☐	☐
seit zwei Monaten	☐	☐	☐	☐	☐
länger	☐	☐	☐	☐	☐
Handelt es sich um bekannte/alte oder neue Beschwerden?					
alt (wieder aufgetreten)	☐	☐	☐	☐	☐
neu	☐	☐	☐	☐	☐
Wobei traten die Beschwerden erstmals auf?					
im Training	☐	☐	☐	☐	☐
in der Probe	☐	☐	☐	☐	☐
bei einer Vorstellung	☐	☐	☐	☐	☐
andere Gelegenheit, welche? _____	☐	☐	☐	☐	☐
Lokalisation der Beschwerden					
Kopf	☐	☐	☐	☐	☐
Schultergürtel/Schulter	☐	☐	☐	☐	☐
Oberarm/Ellenbogen	☐	☐	☐	☐	☐
Handgelenk/Hand	☐	☐	☐	☐	☐
Rumpf/Wirbelsäule	☐	☐	☐	☐	☐
Hüfte/Becken	☐	☐	☐	☐	☐
Oberschenkel	☐	☐	☐	☐	☐

Merkmal	Verletzung:				
	1.	2.	3.	4.	5.
Kniegelenk	☐	☐	☐	☐	☐
Unterschenkel	☐	☐	☐	☐	☐
Sprunggelenk	☐	☐	☐	☐	☐
Fuß/Zehen	☐	☐	☐	☐	☐
Art der Beschwerden					
nur Belastungsschmerz	☐	☐	☐	☐	☐
Bewegungs- und Belastungsschmerz	☐	☐	☐	☐	☐
Schmerzen in Ruhe	☐	☐	☐	☐	☐
Bewegungseinschränkung	☐	☐	☐	☐	☐
Gefühl der Steifigkeit	☐	☐	☐	☐	☐
Brennen	☐	☐	☐	☐	☐
Reiben/Knirschen	☐	☐	☐	☐	☐
einschießende Beschwerden	☐	☐	☐	☐	☐
ausstrahlende Beschwerden	☐	☐	☐	☐	☐
Kribbeln	☐	☐	☐	☐	☐
andere, welche? _____	☐	☐	☐	☐	☐
Bereits gestellte Diagnose bei bekannten Beschwerden					
Gelenkarthrose (Verschleiß)/Knorpelschaden	☐	☐	☐	☐	☐
Gelenkeinschränkung	☐	☐	☐	☐	☐
chronische Instabilität der Gelenke(lockere Bänder)	☐	☐	☐	☐	☐

Merkmal	Verletzung:				
	1.	2.	3.	4.	5.
Meniskusschaden	☐	☐	☐	☐	☐
Wirbelgleiten	☐	☐	☐	☐	☐
Bandscheibenvorfall	☐	☐	☐	☐	☐
Verspannungen/Blockierung	☐	☐	☐	☐	☐
Sehnenreizung	☐	☐	☐	☐	☐
Sehnenentzündung	☐	☐	☐	☐	☐
Zehendeformität	☐	☐	☐	☐	☐
Knochenhautentzündung	☐	☐	☐	☐	☐
andere, welche? _____	☐	☐	☐	☐	☐
nicht abgeklärte/diagnostizierte Beschwerden	☐	☐	☐	☐	☐
Trainingsausfall aufgrund der Beschwerden					
kein	☐	☐	☐	☐	☐
ein bis drei Tage	☐	☐	☐	☐	☐
vier bis sieben Tage	☐	☐	☐	☐	☐
ein bis drei Wochen	☐	☐	☐	☐	☐
mehr als drei Wochen	☐	☐	☐	☐	☐

Anhang IV

Dokumentation von Gefährdungen

Arbeitsbereich: _____ Tätigkeitsbereich: _____ Beschäftigte/r: _____ Datum: _____

Nr.	Belastung/Gefährdung	Handlungsbedarf ja/nein	Maßnahmen technisch, organisatorisch, persönlich	Durchführung			Überprüfung	
				wer?	bis wann?	durchgeführt am:	Wirksamkeit überprüft am:	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

(Quelle: BauA)

[illegible]

Danksagung

Für die große Unterstützung bei der Durchführung der zugrunde liegenden Projekte möchten wir uns bei folgenden Personen und Institutionen bedanken (in zeitlicher Reihenfolge):

dem Stadttheater Bielefeld, Frau Ilona Hannemann, Verwaltungsdirektorin

Herrn Gregor Zöllig, Staatstheater Braunschweig sowie den Tänzerinnen und Tänzern des Ensembles,

dem Theater Bremen, Herrn Eisenträger, Verwaltungsdirektor sowie Frau Alexandra Morales (künstlerische Produktionsleitung Tanz), Herrn Samir Akika (Hauschoreograf) sowie den Tänzerinnen und Tänzern des Ensembles,

dem Aalto Theater, Essen.

Für die Abbildungen gilt unser besonderer Dank folgenden Personen und Institutionen:

Herrn Jörg Mannes, Ballettdirektor der Staatsoper Hannover

Frau Monica Caturegli, Staatsoper Hannover,

Herrn Jörg Landsberg, Fotograf am Theater Bremen,

Frau Marie-Laure Fiaux, Cassia Lopes und Alexandra Morales.

Weiterhin gilt unser Dank allen Tänzerinnen und Tänzern, die sich für die Fotos zur Verfügung gestellt haben:

Cassia Lopes, Marie-Laure Fiaux, Magali Sander Fett, Anastasiya Bobrykova, Catherine Franco, Laura Frauke Scharf, Neus Ledesma Vidal, Nicole Viganó, Giada Zanetti, Orazio Di Bella, Joseph Gray, Denis Piza, Tommy Rous, Anton Rudakov, Mirosław Zydowicz.

Impressum

Herausgeber

Unfallkasse NRW
Sankt-Franziskus-Straße 146
40470 Düsseldorf
Telefon 0211 9024-0
E-Mail info@unfallkasse-nrw.de
Internet www.unfallkasse-nrw.de

Autorin

Priv.-Doz. Dr. Dr. med. Eileen M. Wanke
Goethe-Universität Frankfurt a. M.
Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin
Direktor: Prof. Dr. med. mult. h.c. David A. Groneberg
E-Mail: wanke@med.uni-frankfurt.de

Redaktion

Wolfgang Heuer, Unfallkasse NRW
Karin Winkes-Glüssenkamp, Unfallkasse NRW

Gestaltung

GMF | Gathmann Michaelis und Freunde

Bildnachweis

Eileen M. Wanke: S. 21, S. 22, S. 30, S. 36, S. 37, S. 43, S. 45, S. 51, S. 61
Jörg Mannes: Titel, S. 4, S. 8, S. 26, S. 28, S. 32, S. 39, S. 40, S. 42, S. 47,
S. 48, S. 59, S. 59, S. 64, S. 68, S. 70, S. 74, S. 78
Jörg Landsberg: S. 15, S. 41, S. 44, S. 51, S. 55, S. 56
Cassia Lopes: S. 50
Alexandra Morales: S. 51

Druck

Burlage, Münster

1. Auflage April 2019

1.000 Exemplare

Bestellnummer

PIN 78

Unfallkasse NRW

Sankt-Franziskus-Str. 146
40470 Düsseldorf
Telefon 0211 9024-0
www.unfallkasse-nrw.de