

# Alles Walzer – LEBENSWERTE Momente zum Jahresauftakt

**Interview.** Direktor Michael Miskarik, Hauptbevollmächtigter der HDI Lebensversicherung AG in Österreich, spricht mit der Geschäftsführerin und ehemaligen Profitänzerin, Julia Polai, über das Tanzen als gesellschaftliches und soziales Phänomen

**E**s darf wieder getanzt und gefeiert werden. Ein Highlight der österreichischen Ballsaison ist der Debütant:innenball der Tanzschule Polai in Innsbruck. 130 Paare im Eröffnungskomitee und rund 2.000 tanzbegeisterte Gäste garantieren eine Ballnacht der Superlative.

**Michael Miskarik:** Liebe Julia, was war damals die Motivation Deiner Eltern, ein derartiges Event ins Leben zu rufen?

**Julia Polai:** Vor 45 Jahren hatten meine Eltern die Vision, ein nachhaltiges Zeichen für die Gesellschaft zu setzen. Dieses fokussierte sich nicht lediglich auf die bloße Fortbewegung am Tanzparkett, sondern sollte, insbesondere für die nachfolgenden Generationen, klare Standards, gute Manieren und Umgangsformen mit Menschen, manifestieren. Zusammengefasst, es ging meinen Eltern stets um eine feinstoffliche Grundlage zur Integration junger Menschen in die Gesellschaft.

**Wie geht es Dir heute, wenn Du zurückblickst bzw. „Deine“ jungen Damen und Herren beobachtest? Wie erlebst Du unsere junge Generation?**

Wir sind sehr stolz auf unsere jungen Damen und Herren. Man muss sich vergegenwärtigen, dass die letzten Jahre unserer Jugend massive Einschränkungen abverlangt haben. Das hat sichtlich Spuren in der Gesellschaft hinterlassen. Umso mehr freuen wir uns, dass wir den jungen Menschen, aber auch den reiferen Generationen nachhaltig Freude, Zuversicht und damit LEBENSWERT bereiten konnten. Wir verstehen das als Sinnstiftung in Reinkultur.



Ex-Profitänzerin Julia Polai und Michael Miskarik genossen den Debütant:innenball der Tanzschule Polai

**Wie hast Du Euren Debütant:innenball erlebt und was waren Deine persönlichen Highlights?**

Schon in der Vorbereitung war ein gesundes Maß an Nervosität und Anspannung spürbar. Die von meiner Mutter Waltraud choreographierte Polonaise wurde über mehrere Wochen einstudiert und geübt. Aber die Freude und Begeisterung sämtlicher Mitwirkenden überstrahlte einfach alles. Wir wollten nach Jahren der Entbehrung ein Highlight der Superlative schaffen und das ist uns gelungen. Besonders hervorheben will ich die Einladung meines Vaters, der unmittelbar nach einer

erfolgreichen Schwarz-Weiß-Polonaise alle jungen Damen und Herren aufforderte, generationsübergreifend mit ihren Müttern und Vätern zu tanzen. Ein herz-wärmendes Bild, berührend und unvergesslich für alle, die live dabei waren. Die klare Botschaft des Abends lautete: Unsere Jugend ist einfach großartig und liebenswert.

**Eine derartige Veranstaltung verlangt natürlich eine höchst professionelle Vorbereitung. Wie lautet dazu der Masterplan?**

Die Logistik für rund 2.000 geladene Gäste will wohlüberlegt sein. Beginn-

end mit der Musik – wir hatten eine großartige Live Band und professionelle DJs in allen Sälen. Damit war gewährleistet, dass wir auch für jede Generation den perfekten Musikstil anbieten konnten. Auch die gesamte Dekoration der jeweiligen Säle im Innsbrucker Congress wurde liebevoll von unserem Team aufgebaut. Wir banden rund 950 weiße Hussens über die Stühle. Ohne unser engagiertes Team wäre all das nicht möglich.

**Du vertrittst die Meinung, dass Tanzen weit mehr ist, als man annimmt. Was meinst Du damit genau?**

Tanzen umfasst für mich sehr viele gesellschaftliche Aspekte im Sinne von Socializing, Zusammenhalt, Freundschaft, Etikette, Respekt und Wertschätzung. Der Verlust des zwischenmenschlichen Miteinanders wurde uns während des Corona-Lockdowns mehr als deutlich vor Augen geführt. Darüber hinaus raten Gesundheitsexpert:innen regelmäßig zu mehr Bewegung, da dies in vielen Bereichen die beste Medizin sei. Tanzen ist für mich die gesündeste und schönste Art der Bewegung. Tanzen bietet uns eine fantastische Plattform, mit der wir einen angenehmen und positiven

Anschluss an die Gesellschaft finden. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Studien, die nachweisen, dass kaum eine andere Tätigkeit, Körper, Geist und Seele ganzheitlich so direkt anspricht. Auch für Paare ist es eine sinnstiftende gemeinsame Aktivität, bei der sie etwas miteinander gestalten, ihre Beziehung fördern und manchmal auch herausfordern können.

**Gilt dieser positive Effekt auch für die geistige Fitness?**

Aus Sicht der Neurologie spricht sehr viel für Trainyour-brain durch Gesellschaftstanz. Denn körperliche Bewegung und Fitness spielen in der Vorbeugung von Erkrankungen wie Schlaganfällen und Herzkrankheiten eine wichtige Rolle. Dazu gehören auch die Gesundheit und Fitness unseres Gehirns. Werden unsere Hirnleistungen nicht permanent trainiert, verkümmert unser Gehirn und wir können dem Alterungsprozess nichts entgegenhalten. Das Erlernen und Ausüben von Gesellschaftstänzen ist – unabhängig vom Alter – eine komplexe und sehr lohnende Gehirnleistung, da die Fähigkeit, vielfältige Informationen durch Wahrnehmung zu verarbeiten, aber auch Kraft, Koordination, Ausdauer und soziale Interaktion gefördert werden. Beim Tanzen sind wir absolute Multitasker.

Weitere Informationen und Orientierung finden Interessierte unter [www.polai.at](http://www.polai.at) sowie [www.hdi-leben](http://www.hdi-leben)

Im nächsten KURIER-Schwerpunktthema am 11. Februar geht es um LEBENSWERTE und soziale Gerechtigkeit.

**764 Schritte LEBENSWERT**

**HDI LEBEN**  
macht das Leben lebenswert

Versichern Sie, was sich im Leben lohnt.

[www.hdi-leben.at](http://www.hdi-leben.at) | [www.lebenswert.at](http://www.lebenswert.at) | [facebook.com/HDI.Lebenswert](https://facebook.com/HDI.Lebenswert) | [linkedin.com/company/hdileben](https://linkedin.com/company/hdileben)