

## Ab Montag Bauarbeiten auf der A 29

WILHELMSHAVEN/LR – Auf der Autobahn 29 ist von Montag, 19. Oktober, bis voraussichtlich Freitag, 23. Oktober, mit Behinderungen zu rechnen. Grund sind Bauarbeiten, um die Betonfahrbahn zu sanieren. Das teilt die Niedersächsische Landesbehörde für Straßenbau und Verkehr mit. Die Bauarbeiten sind in folgenden Abschnitten geplant: Von Montag bis Donnerstag wird der Hauptfahrstreifen zwischen der Anschlussstelle Wilhelmshaven (Abfahrt zum RNK und nach Coldewitz/Himmelreich) und dem Autobahnkreuz Wilhelmshaven in Richtung Oldenburg abschnittsweise gesperrt; von Donnerstag, 22., bis Freitag, 23. Oktober, ist der Überholfahrstreifen im genannten Bereich abschnittsweise gesperrt.

## Frau verletzte sich beim Ausweichen

WILHELMSHAVEN/LR – Platzwunden im Gesicht und an den Knien trug eine über 80-jährige Frau davon, als sie am Donnerstagnachmittag beim Versuch, zwei Mofafahrern auszuweichen, im Fußgänger- und Fahrradbereich der Weidenstraße über einen Gullydeckel stürzte. Die beiden jüngere Mofafahrer seien aus Richtung der dortigen Bank zügig auf sie zugefahren, so dass sie aus Angst vor einem Zusammenstoß zur Seite gesprungen sei.

Während die Mofafahrer davon führen, kümmerte sich ein Ehepaar um die blutende Verletzte. Mit einer Bankangestellten wurde sie dann zu einer in der Nähe befindlichen Arztpraxis gebracht.

Die Mofafahrer konnten von der alarmierten Polizei recht schnell ermittelt werden.

# „Coburg war mein Schicksal“

**KÖRPERGEFÜHL** Constanze Paul hilft auch krummen Rücken auf die Sprünge

Constanze Paul hat als Tänzerin mit Diplom auf vielen Theaterbühnen gestanden. Jetzt zeigt sie anderen, wie die Kraft der Gedanken Bewegungen bewusster und leichter macht.

VON MARTIN WEIN

WILHELMSHAVEN – „Och je, ja in Halberstadt war ich auch mal“, sagt Constanze Paul und schaut auf ihren Lebenslauf. „dagegen ist Wilhelmshaven eine richtige Weltstadt.“

Als Theatertänzerin kommt man weit herum: In Frankfurt, Köln und Luxem-



Constanze Paul ist Tänzerin mit Diplom und bleibt auch im Theater am Ball.

WZ-FOTO: GABRIEL WROGENS

sagt sie sehr entspannt.

Dabei hat die gebürtige Wiesbadenerin drei Jahrzehnte fast nichts anderes getan. Schon mit drei Jahren besuchte sie die erste Sportgruppe, ging mit acht in die Ballettschule, inspiriert von der TV-Serie „Anna“. Die Schultage waren vollgestopft mit Klavier- und Flötenunterricht, Ballett und Gardentänzen – „ernsthaft, nicht wie die Funkenmariechen im Femschen“. Am Wochenende waren Turniere. Bis

zum Vize-Europameister schaffte es Pauls Truppe, sie allein wurde europaweit Vierte. Immer wieder gab es Angebote für professionellen Tanz. Mit 16 ließ sich Constanze Paul überreden. Nach der Mittleren Reife begann sie das vierjährige Studium an der Hochschule für Musik und darstellende Künste in Frankfurt am Main. Von der niedlichen „Wendy“ in „Peter Pan“ bis zur Prostituierten in Pink Floyds Musik-Spektakel

„The Wall“ hat sie seither alle denkbaren Rollentypen gespielt. „Und das Bühnengefühl ist etwas ganz Besonderes“.

Was sie schon im Studium von Choreograph Eric Franklin erfuhr, vermittelt Paul heute anderen: „Mit der Kraft der Gedanken kann man Haltungsmuster und Bewegungsmuster aufdecken und verändern“, erklärt sie. Mit wenigen Hilfsmitteln wie beweglichen Bällen zeigt sie, wie Bewegungen viel fließender und effizienter ablaufen können. Manch bürogebeugter Rücken oder abgenutztes Kniegelenk wird es ihr danken. Von Franklin selbst lernt Paul derzeit in dreijähriger Ausbildung in Winterthur in der Schweiz

*„Mit der Kraft der Gedanken kann man Haltungsmuster aufdecken und verändern“*

CONSTANZE PAUL

die Feinheiten seiner Methode. Schon jetzt gibt sie ihr Wissen an Interessierte weiter. Ihr nächster Kurs startet am 26. Oktober an der VHS. Und auch im Privatleben wird es Constanze Paul nicht langweilig. Sie näht Kleider für sich und Töchterchen Serafina, geht skaten am Deich oder ins Fitness-Studio, liest historische Romane oder Biographien und geht natürlich tanzen. Kein Wunder, dass ihr die Zeit in Wilhelmshaven nicht lang wird. Und weil mit einem Schauspieler als Partner die Zeit an der Jade absehbar begrenzt ist, genießt sie die Seebriese in vollen Zügen.

2009 Serie

Notizen vom Nachbarn