

Tony Irving

- Nu dansar han in i GYMMMEN

Det har nog inte undgått någon att dans är ett starkt växande intresse i Sverige. Att det även är en oerhört bra och allsidig träningsform, har vi sett åtskilliga bevis på under flera år i bl a TV4:s "Let's Dance". Nu tar Sveriges mesta danskändis, Tony Irving, sin Dance Academy hela vägen in på gymmen.

Tony, berätta vad Tony Irving Dance Academy, TIDA, är för något?

- Ja, i huvudsak är det en traditionell dansskola, men förpackad i ett koncept som är speciellt anpassat till en träningsanläggnings förutsättningar och behov. Själva konceptet handlar inte enbart om en fix koreografi som ska nötas in, utan snarare på en utvecklingsmodell, där individen kan ta sig från nivå till nivå och därmed inte behöver repetera samma typ av klass om och om igen.

Vem riktar sig TIDA till?

- Upplägget är anpassat för olika åldersgrupper och i sju olika nivåer, från 3 - 6 års ålder i TIDA Kids, till tävlingsdans på professionell nivå i TIDA Competition Dance.

Hur fungerar det hela i gymmiljön?

- Affärskonceptet bygger på tanken att driva "en business inom businessen". Med andra ord, så handlar det om att etablera en proffsig dansskola inom ramarna för den vanliga gymverksamheten. Gymentreprenörerna använder varumärket Tony Irving Dance Academy som ett av verktygen i sin marknadsföring, under sitt eget varumärkesnamn.

Vilken kunskap behöver gymmets ordinarie personal och tränare egentligen ha?

- Vi har utformat våra produkter på ett sådant sätt att gymägaren inte ska behöva anlita speciella danslärare eller specialistinstruktörer. Konceptet

Tony Irving finns på FitnessFestivalen och är en av föreläsarna på Branschdagen den 2 december i Göteborg. Du kan dessutom dansa under Tonys ledning under helgen på festivalområdet. Mer information på www.fitnessfestivalen.se.





Tonys nya danskoncept riktar sig till olika åldersgrupper på sju olika nivåer.

Med andra ord, så handlar det om att etablera en proffsig dansskola inom ramarna för den vanliga gymverksamheten.

kräver bara att gymmets instruktörer är socialt begåvade, utåtriktade och nyfikna på att lära nytt och - naturligtvis - har tidigare erfarenhet av att instruera klasser i någon form.

Är det fler nya projekt som du jobbar med parallellt med TIDA?

- Just nu håller jag på och jobbar med en ny dansshow, "It takes 2", tillsammans med Cecilia Ehrling. Samtidigt håller jag på att skriva en bok som är planerad att släppas under 2012.

Hur går det med din egen träning då?

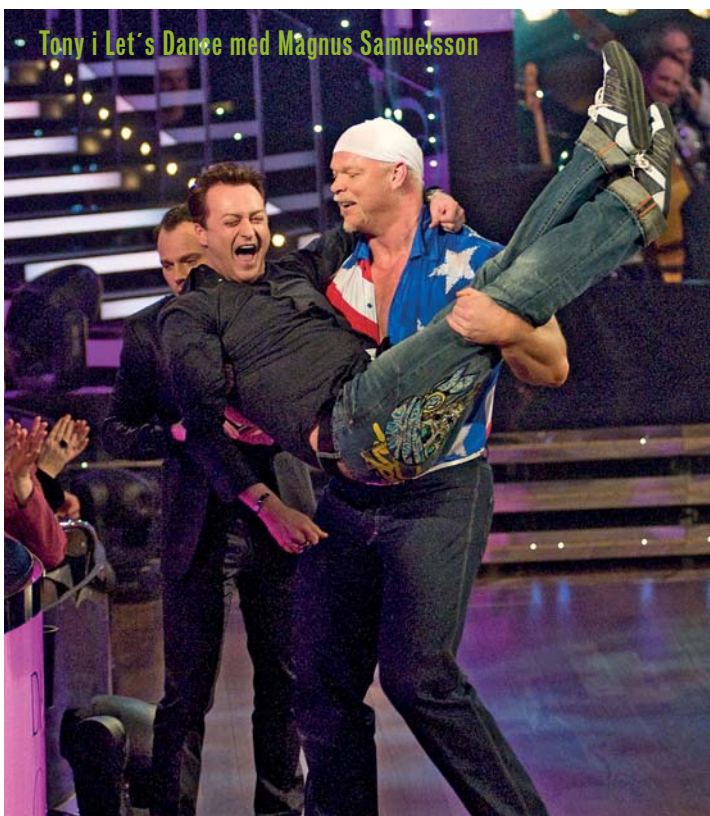
- Jo, tack, bara bra. Som gammal dansare har jag faktiskt tidigare gjort misstaget att ta en god form och kondition för givet. När man håller igång med dans hela tiden på professionell nivå, så behöver man sällan tänka så värst mycket på annan träning. Men som alla andra män som passerat de 40, märker man plötsligt av hur kroppen börjar förändras och inte längre nöjer sig med lite oregelbunden "slö-träning". För lite drygt ett år sedan, fick jag äntligen motivation och självkontroll nog att ta tag i alla de bitarna igen och började jobba tillbaka den gamla formen. Tack vare personer jag litar på inom träning har jag nu hittat rätt ställe att träna på och rätt system att träna efter. Nu kör jag 5 dagar i veckan på gymmet med egen PT.

Vad betyder träning på gymmet för dig?

- Det handlar inte bara om det fysiska, för mig fungerar gymträningen också som en ventil för stress. Träningen hjälper mig att fokusera, ger tillskott av energi och motivation. Träningspasset är en värdefull "egentid" helt enkelt.

Varför har du valt att komma till FitnessFestivalen?

- Alla branscher är i ständig förnyelse och utveckling, så även dansvärlden. Genom hela min karriär så har jag gjort väldigt många olika vägval - ibland utifrån affärs- och karriärskäl, men lika ofta utifrån intuition och magkänsla. Jag har ägnat hela mitt liv åt dansen och nu känner jag extra starkt att min bransch är inne i en spännande omdaning och ett slags pånyttfödelse. Jag tror starkt på att dansen alltmer vävs samman med andra fitnessverksamheter och till slut, inom kanske bara några år, är ett helt naturligt inslag i gymmens gruppträningsprogram. Mot den bakgrunden är det ju helt självklart att jag måste komma till FitnessFestivalen och "känna in" den här utvecklingen med egna sinnen, på plats! ■



Så är Tony Irvings dansklasser och utbildningar upplagda

Varje produkt, eller kurs, är gjord för att tilltala sin specifika målgrupp eller tema, dvs. ålders- eller ambitionsgrupp.

.....
 Produkterna/kurserna är i sig indelade i tre nivåer.

.....
 Varje nivå är indelad i två terminer.

.....
 Varje termin består av 10 klasser/lektionstillfällen.

.....
 Varje klass/lektion är 50 minuter lång och alla delar och nivåer har sin egen detaljerade utbildningsplan.