RHYTHMIK TAGE NORD

Landesverband Niedersachsen/Bremen e.V.
Rhythmische Erziehung

01.-03.09.2023

Seminarhof
Proitzer Mühle

Rhythmik / Musik & Bewegung Nord e.V.

Liebe Freund*innen der Rhythmik!

Workshops, Austausch und Entspannung in einem? -> RHYTHMIKTAGE NORD!

Wir freuen uns, wie gewohnt, auf ein Wochenende voll mit

Rhythmen, Tönen, Resonanz,
Spiel, Spaß, Kontakt,
Bewegung, Tanz, Input,
Improvisieren, Ausprobieren,
lecker Essen, guten Gesprächen und Landluft.

Und wir freuen uns auf Euch!

Rück- und Einblicke zu RTN: **http://rhythmische-erziehung.de/projekte/rhythmik-tage-nord/**

Unterbringung und Kosten

Seminarhof Proitzer Mühle
Proitze 3
29465 Schnega
(im schönen Wendland)

www.proitzer-muehle.de
Telefon 05842 - 450

Kosten für Freitag 17 Uhr bis Sonntag 14 Uhr : **259 / 219 Euro** *

Die genannten Kosten verstehen sich inkl. Verpflegung, Unterbringung in Zwei- oder Mehrbettzimmern. Einzelzimmer stehen begrenzt gegen Aufpreis von 40 Euro zur Verfügung. Die Leihgebühr für Handtücher und Bettwäsche beträgt 7 Euro. Mit der Anmeldebestätigung versenden wir eine Anmeldeliste und Infos zu Fahrgemeinschaften und Zimmerverteilung.

Anmeldungen per Mail an **kontakt@rhythmische-erziehung.de** Um Ausfallgebühren zu vermeiden, ist die Anmeldung notwendig bis 31.05.2023. Bitte überweise die Teilnahmegebühr zeitgleich mit der Anmeldung auf das Konto des

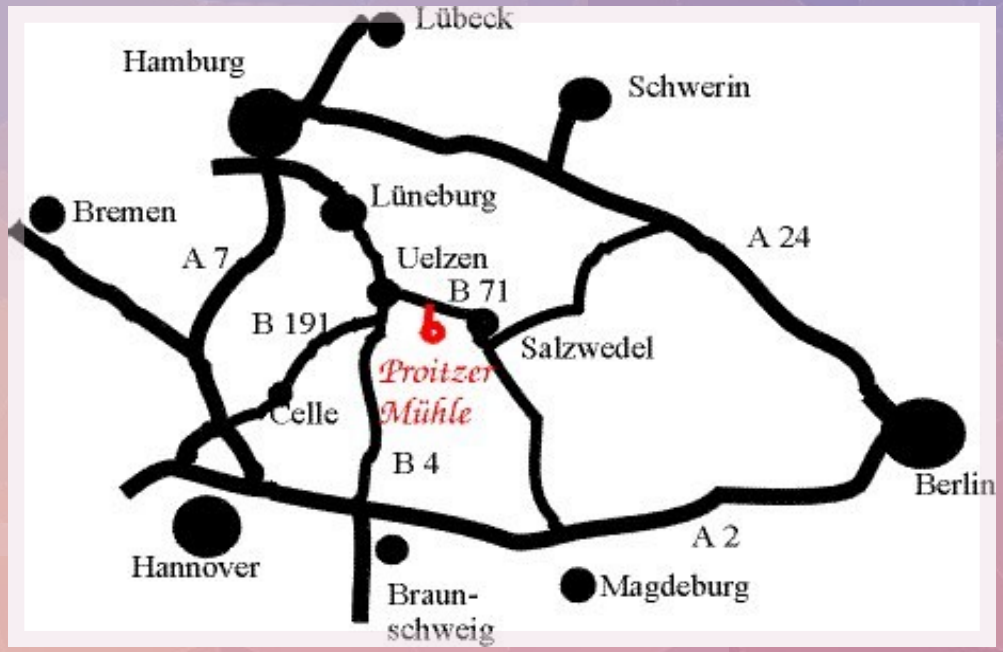
LRE Niedersachsen/Bremen e.V.
Stadtsparkasse Hannover
IBAN: DE 09 2505 0180 0910 2301 88 Stichwort: RTN 2023

* Für Mitglieder des LRE NieBre und RMBN e.V.
Dieser deutlich reduzierte Preis ist durch einen Rabatt möglich, den die Rhythmikverbände gewähren.

Anreise per Auto

Der **Seminarhof Proitzer Mühle** ist nicht leicht zu finden aber trotzdem gut zu erreichen z.B. in weniger als 2 Stunden von Hannover, Hamburg, Bremen oder Magdeburg.

Von der B71 zwischen Uelzen und Salzwedel biege - jeweils ungefähr nach 20 km - in Richtung Proitze ab und folge den Wegweisern zur Proitzer Mühle.



Anreise per Bahn

Mit der Regionalbahn bis Schnega (Strecke Uelzen– Magdeburg).

Der Bahnhof ist 4 km vom Seminarhof entfernt.

Taxi: 05844-661 (einen Tag vorher anmelden) **www.bahn.de**

Freitag	ab 17:00 Uhr		Ankommen		
	18:30 Uhr		Abendessen		
	20:00 Uhr	**WS 1**	**Let´s get groovy!**		
Samstag	8:30 Uhr		Frühstück		
	9:30 - 12:30 Uhr	**WS 2**	**TaKeTiNa**	**WS 3**	**Von Herzen tanzen - von Herzen singen**
	13:00 Uhr		Mittagessen		
	15:00 - 18:00 Uhr	**WS 3**	**Von Herzen singen - von Herzen tanzen**	**WS 2**	**TaKeTiNa**
	18:30 Uhr		Abendessen		
	20:00 Uhr	**Raum für Austausch - Gruppenimprovisation und Jamsession**			
Sonntag	8:30 Uhr		Frühstück		
	09:15 - 10:45 Uhr	**WS 4**	**The humour of voice and the sound of movement**	**WS 5**	**Do, Re, Mi, - Singen mit Sol-misation**
	11:00 - 12:30 Uhr	**WS 5**	**Do, Re, Mi, - Singen mit Sol-misation**	**WS 4**	**The humour of voice and the sound of movement**
	12:30 Uhr		**Abschluss der Tagung**		
	13:00 Uhr		Mittagessen		

Workshop | Let's get groovy!

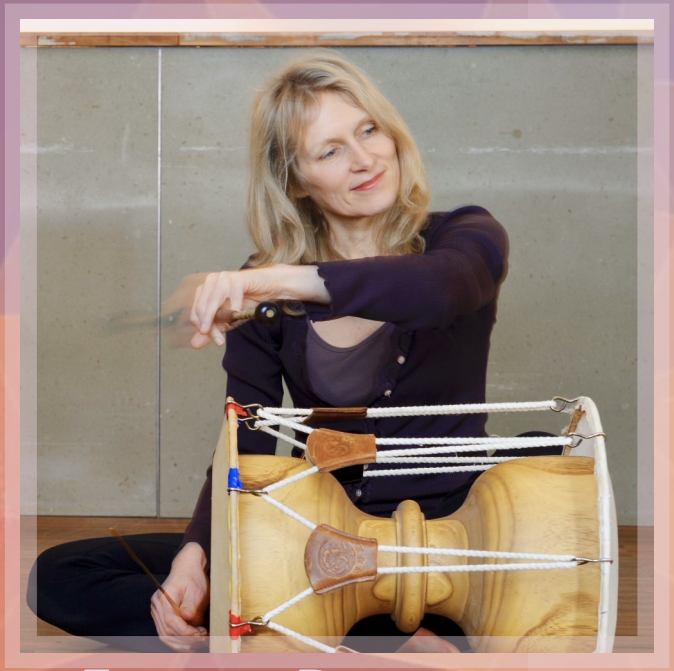
Mit Loop Songs, Rhythmusspielen und Improvisation durchstreifen wir die vielseitigen Facetten, die Body Percussion zu bieten hat. Wir begegnen einander in der Musik und spüren dabei die besonderen Klang- und Bewegungsqualitäten dieses Genres. Erweitere Dein Repertoire und lerne Body Music vielleicht ganz neu kennen.

BEN SCHÜTZ

Vita

Ben Schütz gründete 2015 das Body Rhythm Festival in Hamburg – das erste internationale Festival für Body Percussion in Deutschland. Er ist Dozent für Body Percussion bei namhaften Trägern und Einrichtungen, darunter Landesmusikakademien, Goethe-Institute, Jugend jazzt und Musiker ohne Grenzen. Darüber hinaus steht er bei Events und Musiktheaterstücken auf der Bühne. Aufträge führten ihn bereits nach Italien, Frankreich, Österreich, Griechenland, Argentinien und China. Ben studierte Schlagzeug und Percussion in Jazz, Rock, Pop und Musikpädagogik am Music College Hannover. Mehrfach reiste er nach São Paolo, Brasilien, von wo Ben bis heute Inspiration für seinen ganzheitlichen und belebenden Unterrichtsstil bekommt.

Workshop II TaKeTiNa



Esther Diethelm

Esther Diethelm und Joachim Münster geben einen Einblick in die Wirkweise der Rhythmuspädagogik. TaKeTiNa ermöglicht einen direkten, ganzheitlichen Zugang zu grundlegenden rhythmischen Phänomenen wie z.B. Offbeats, Polyrhythmik, Zyklen. Ihr Fokus liegt in diesem Workshop auf dem Thema große ungerade Zyklen. TaKeTiNa ist ein musikalischer Gruppenprozess mit dem Körper als Musikinstrument. Ein Basisrhythmus wird mit den Füßen getanzt, die Hände klatschen eine kontrastierende Rhythmusebene, dazu kommt ein dynamischer Call-Response-Gesang. Wir erleben die Gleichzeitigkeit von unterschiedlichen Rhythmen im Körper und im Laufe dieses Lernprozesses fangen auch zunächst ungewohnte rhythmische Bewegungen an zu grooven. Wir finden in einen Flow, einen Zustand, in dem wir zugleich aktiv und entspannt, ganz bei uns und in Resonanz mit der Gruppe sind. TaKeTiNa stimuliert unser rhythmisches Körperwissen und ist daher eine sehr wirksame Methode, die rhythmische Orientierung, die Bewegungskoordination und das mehrstimmige Hören weiterzuentwickeln.

Zum Thema große ungerade Zyklen: Rhythmen mit 5, 7, 9 oder gar 15 Schlägen kommen in unserem Musikleben nach wie vor selten vor. TaKeTiNa ermöglicht einen sinnlichen und spielerischen Zugang zu diesen weiten Rhythmusräumen und ihrer ganz spezifischen Wirkung. Ein siebenschlägiger Zyklus ist mit einem bestimmten Körpergefühl verbunden und löst andere Stimmungen aus als ein Vierer – so wie die Farbe Blau anders auf uns wirkt als Orange.

Auch wenn dieser Workshop erfahrungs- und nicht anwendungsorientiert angelegt ist, zeigt unsere langjährige Erfahrung, dass die Teilnehmer*innen viele Anregungen für ihre Arbeit und ihr eigenes Musizieren finden werden.

Joachim Münster

Vita

Esther Diethelm und Joachim Münster arbeiten seit über 30 Jahren zusammen. Neben offenen TaKeTiNa-Workshops für ein breites Publikum geben sie Rhythmusschulungen an verschiedenen Musikhochschulen in Deutschland und der Schweiz, sie arbeiten mit Orchestern (z.B. Dt. Kammerphilharmonie) und Chören, mit Tänzer*innen und Schauspieler*innen, sowie mit angehenden Psychotherapeut*innen. Begeistert von den Möglichkeiten, mit TaKeTiNa tiefgehende Resonanzerfahrungen zu erleben, entwickeln sie ihre Arbeit laufend weiter und verknüpfen TaKeTiNa mit Bodypercussion-Elementen und den Spielformen des Circle Singing.

Workshop III

Von Herzen tanzen - von Herzen singen

In diesem Workshop richten wir die Aufmerksamkeit auf das Herz und dessen Verbindung in die Hände hinein. Das Herz ist direkt mit dem Zwerchfell verbunden und liegt eingebettet zwischen den beiden Lungenflügeln. Mit bildlicher Anschauung, Berührung und Bewegung werden wir das Herz, die Lungen und die Atmung vielschichtig erforschen.

Diese innere Verbundenheit mit dem Herzen inspiriert zum Tanzen - alleine, zu zweit und mit der gesamten Gruppe. Die entstandene körperliche Präsenz und der Kontakt zum Herzen unterstützen uns beim Singen und Gestalten eines schönen Liedes, in dem auch das Herz besungen wird. Mit der rhythmisch und künstlerisch Gestaltung dieses Liedes runden wir den Workshop ab.

HEILKE BRUNS

Vita

Heilke Bruns Studium der Musik- und Bewegungspädagogik an der HMTM Hannover / Ausbildung zum practitioner und teacher of Body-Mind Centering® USA / Mentorin für Musiker*innengesundheit. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind: Körperbewusstsein, Tanzimprovisation, Musiker*innengesundheit und Klavierimprovisation. Von 2017 bis 2019 Vertretungsprofessorin für Bewegung an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst in Frankfurt. Seit 2012 Lehrauftrag Improvisation an der HfMT Hamburg.

Mich begeistert es, Menschen einen vielschichtigen Zugang zu ihrem Körper und sich selbst zu eröffnen. Die Improvisation im Tanz wie auch in der Musik bildet das Kernstück meiner Arbeit.

Workshop IV

The humour of voice and the sound of movement

Stimme und ...

Unter welchen Bedingungen konnte in den letzten Jahren unser Ausdruck überleben? Welche Bedeutung haben Themen wie Nähe und Distanz auf Begriffe wie Resonanz - Kommunikation - Beziehung- Begegnung? Wo, wenn nicht im gemeinschaftlichen kreativen Tun, ist lebendige Erfahrung mit sich selbst und den anderen spürbarer?

Der Workshop „The humour of voice and the sound of movement“ offenbart uns, dass Stimme nicht nur künstlerisches, persönliches und sozial-interaktives Ausdrucks- und Kommunikationsmittel ist, sondern auch Resonanzvermittlerin: sie reagiert auf das, was ihr entgegen „strömt“ an Energie, Atem, Artikulation, Schwingung und Resonanz. Und sie kann zwischenmenschliche Resonanz verändern! Um so wichtiger ist es, Kommunikation und Beziehung mit zu gestalten auf phantasievolle, kreative, humorvolle Weise.

Über die Methodik der Rhythmik / Musik und Bewegung und mit der Interaktion verschiedener Mittel schafft Hilde Kappes einen natürlichen und sehr körperlichen Zugang zur Stimme. „The humour of voice“ heißt übersetzt nicht nur „der Humor der Stimme“ sondern auch die „Launen“ der Stimme. Sämtliche Facetten des Ausdrucks werden spielerisch aktiviert, Stimm-Umfang und Dynamik, Kraft und Leichtigkeit werden entfaltet. In einem kommunikativen und kreativen Kontinuum aus Stimme, Klang, Musik und Bewegung mit anderen Menschen entwickelt sich eine Art „neue B e g e g n u n g". Improvisation wird zu einem unverzichtbaren Element zur positiven E n t w i c k l u n g gruppendynamischer Energien und Resonanz an sich.

Hilde Kappes

Vita

Hilde Kappes ist Sängerin und Musikerin, Diplom-Rhythmikerin, sowie Practitioner für Somatic Experiencing nach Peter Levine, unterrichtet an der UDK Berlin im Fach Rhythmik, Stimme und Bewegung, sowie in freier Praxis das ESSENTIELLE STIMM- (und MUSIK-) ERLEBEN: einzeln, in Kleingruppen und in Chören. Mehrere Preisauszeichnungen wie den Rhone Sur Pries in Bozen und den Prix Pantheon Deutschland.

„Meine Vision geht dahin, dass es eine künstlerisch kreative Kommunikation in einem „Ausdrucks-Feld“ gibt, welche in gegenseitigem Respekt handelt, mit Achtung und mit erhöhter Wahrnehmung aufeinander und dass Menschen den Prozess von künstlerischer Gestaltung im Entstehen erleben und zugleich als Gruppe Struktur und Offenheit mitbestimmen können.“

WORKSHOP V Do, re, mi … Singen mit Solmisation

"Ach übrigens, ich kann nicht singen.“

Wie oft begleitet dieser Satz den ersten Händedruck neuer Mitglieder meines Laienchores. Die Geschichten dahinter ähneln sich. Einmal als Kind im Schulchor der Mund verboten, wandelt sich das „Du bist unmusikalisch“ in „Ich bin unmusikalisch“ um. Wie kann man als anleitende Person den Prozess der eigenen Stimmfindung unterstützen? Wie die Gruppe als stärkendes Element einbinden, und nicht als Masse kritischer Ohren mit einem „unpassenden“ Mitglied? Seit ich meinen Laienchor provokant in „Chor für Unmusikalische“ umbenannt habe, erfahre ich regen Zulauf. Toll! Oder erschreckend?

Einstieg heute ist eine gesunde, belebende Stimmbildung und ein Warmup für den Körper. Achtsam wird die Gruppe im positiven Rahmen zu unmittelbaren schönen Klangerlebnissen geführt. Die Entdeckung der eigenen Resonanzräume und das Empfinden, wenn diese anfangen zu schwingen und gemeinsam mit anderen zu klingen, ist eine besondere persönliche Erfahrung, die jedem Menschen ermöglicht werden kann. Wie man weiß, ist unser Ohr lernfähig, Töne richtig zu hören und korrigierend auf das Singen einzuwirken. Der Stimmapparat besitzt Muskeln, die man trainieren kann.

Ein wertvoller Türöffner für Kinder und Erwachsene gleichermaßen ist die relative Solmisation, die in diesem Kurs so grundlegend trainiert wird, dass sie in der nächsten Unterrichtsstunde zum Einsatz kommen kann.

Constanze Heller

Vita

Constanze Heller ist seit 1992 Diplom-Klavierpädagogin, Chorleiterin, Stimmbildnerin. Studium Solfège am Kodály-Institut in Kecskemét/Ungarn, Musiktheorie und Methodik mit Auszeichnung. An der Staatlichen Jugendmusikschule Hamburg etablierte sie 2004 das Fach Solfège mit Schwerpunkt Solmisation sowie die Begabtenförderung „Solperim“. Sie vermittelt Solmisation an Kinder, erwachsene Laien, Studierende und Musikpädagogen und ist bundesweit als Referentin und Dozentin zu diesem Thema tätig, u.a. auf dem VDM-Kongress 2011/2017, an der HfMT Hamburg, HMTMH Hannover sowie für Fortbildungen des VBSM, der Landesmusikakademie Hamburg und der Akademie der Kulturellen Bildung.