

Rahmenprogramm



Alexandertechnik für Musiker/innen

F.M. Alexander: Jeder will es richtig machen, aber niemand hält inne, um zu überlegen, ob seine Vorstellung von „richtig“ die Richtige ist.



Die Alexandertechnik ist eine Methode sich des eigenen Körpers bewusst zu werden und ihn von überflüssigen Spannungen zu befreien.

Wer hat im Unterricht nicht schon gehört: spiel, sing locker, frei bleiben!
Aber was ist das, locker und frei?

Wir müssen die Saiten greifen, die Tasten spielen, unsere Atmung extrem benutzen.
Dazu brauchen wir Muskelkraft und hohe Konzentration.
Und wir wollen fehlerfrei spielen, unsere Aufmerksamkeit ist auf das Notenblatt, die Klaviatur, das Instrument gerichtet, wie sollen wir da noch aufmerksam sein können ob unsere Körperhaltung locker bleibt?

Mit Freiheit, Flexibilität und spielerisch das Instrument spielen oder die Stimme benutzen, wer möchte das nicht können.
Je offener und natürlicher die eigene Körperhaltung ist, desto leichter und lockerer kann das Lernen werden.

In dem Seminar könnt ihr die eigene Haltung und Gewohnheiten erforschen, entdecken und mit Hilfe der Lehrerin einen Weg suchen, wie euer Körper unnötige Spannungen loslassen kann, um eine bessere Koordination zu erreichen.

Es geht also nicht darum etwas richtiger oder besser zu machen, sondern während des Spielens den eigenen Körper wahrzunehmen, mit sich in Kontakt zu bleiben und der Angst vor dem „Falschspielen“ nicht mehr so viel Bedeutung zukommen zu lassen.

Bitte Instrumente mitbringen!

Dozentin Petra Kunz Blunert

Diplom als Opern- und Konzertsängerin an der Musikhochschule Lübeck.
Gesangsdozentin in Hamburg und Schleswig-Holstein.
Solistische Auftritte als Mezzosopran in Opern und Kirchenkonzerten.
Leitung der Musikschule Neumünster, Zusatzausbildung im Fachbereich Kulturmanagement; Fachhochschule Potsdam
Ausbildung an der Alexandertechnikschule in Kopenhagen zur Alexandertechniklehrerin.
Jetzt freiberuflich tätig in Schleswig- Holstein als Alexandertechnik- und Gesangslehrerin.

Termine der Workshops:

Sonnabend, 15. März 2008

12:00 Uhr

14:00 Uhr

16:00 Uhr

Sonntag, 16. März 2008

10:00 Uhr

12:30 Uhr

Dauer jeweils 1 ½ Stunden.

Informationen im Wettbewerbsbüro.