Die Lehrveranstaltung Tanzen und Bewegen, welche von Max Steiner und Elisabeth Hofstetter geleitet wurde, war sehr praxisorientiert. Ich ging mit keinen Erwartungen hinein und wurde durchwegs positiv überrascht, obwohl mir einige „avantgardistische“ Einlagen persönlich nicht zusagten. Die Vortragenden schafften es aber mit Begeisterung und Freude das Mitmachen zu einem Erlebnis zu machen.

Zu Beginn gab es eine kleine Begrüßung und dann wurden wir in zwei Gruppen eingeteilt. Die Methodik mit Durchzählen liefert ein schnelles Ergebnis, ist aber nicht bei allen Teilnehmern beliebt. Bei Kindern kann diese Methodik aber zu wunderbaren neuen Konstellationen führen, aber nur wenn man die Gruppen die daraus entstehen für einen längeren Zeitraum beibehält, damit sich eventuell daraus resultierende Freundschaften etwas festigen können.

Unsere Gruppe startete dann bei Elisabeth. Zuerst machten wir etliche Aufwärm- und Lockerungsübungen. Hierbei war es toll, dass schon mit den Übungen zum Thema Tanz hingeführt wurde, und wir einen kleinen Einblick in das Bewegungsrepertoire von Tänzern erhalten haben.

Die variantenreichen Aufgaben die uns die Vortragende gab waren sehr gut strukturiert und wurden immer komplexer. Hierbei war es sehr interessant zu sehen, wie sich der Körper an Herausforderung anpasst und ich bemerkte, dass mich musikalische Untermalung zum Experimentieren und Ausprobieren von neuen Bewegungsabläufen animiert.

Eine Übung die mir ganz besonders in Erinnerung blieb, war „Schnecken und Flitzer“. Hier gab es zwei Gruppen. Die eine Gruppe hatte die Aufgabe ganz langsam durch den Raum zu „wandeln“, wohingegen die Anderen sich ganz schnell durch den Raum bewegen sollten. Dabei entstand eine sehr interessante Dynamik und ich kann mir gut vorstellen, dass das den Kindern auch sehr viel Spaß bereitet.

Am Nachmittag machten wir den Workshop bei Max Steiner. Dieser Teil war eher avantgardistisch angehaucht. Wir begannen wieder mit einer kleinen Aufwärmphase, wobei der Fokus auf Balance und Kräftigung gelegt wurde. Dabei faszinierte mich, wie man durch kleinste Bewegungen, die vielleicht von außen gar nicht sichtbar sind, Vorgänge im Körper auslösen kann.

Bei den Partnerübungen, wie blind führen oder gegeneinander Lehnen, kam ich wieder drauf, dass ich sehr gut mit allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen in unserem Kurs auskomme, weil ich auch darauf achtete, dass ich immer mit wem anderen die Übung durchführte.

Von diesem Workshop blieb mir vor allem die Übung mit den Molekülen in Erinnerung. Hierbei wies und der Vortragende immer wieder darauf hin, dass Bewegung eigentlich nur durch Gewichtsverlagerung passiert. Die Dynamik die sich daraus in dem kleinen Seminarraum entwickelte war auch wieder sehr interessant und es war wirklich eine Herausforderung den anderen Teilnehmern auszuweichen.

Im kleinen Theorieteil der Lehrveranstaltung sahen wir uns etliche Videos von den verschiedensten Tanzaufführungen und Volkstänzen an. Dabei faszinierte mich am meisten, dass Walzertanz viel interessanter und variantenreicher sein kann, als es in der heutigen Gesellschaft praktiziert wird. Weiters gefiel mir besonders eine Tanzaufführung, die auf Erde stattfand. Die Möglichkeit nicht nur glatte Tanzflächen zu verwenden hat mir wieder ein bisschen mehr die Augen geöffnet, dass nicht immer alles strikt vorgegeben sein muss. Zusätzlich kann man die Erde auch als visuelles Element einsetzen und man bekommt somit ein zusätzliches Ausdrucksmittel.

Der fulminante Abschluss der Lehrveranstaltung war eine durchgehende Tanzaufführung, welche auch gefilmt wurde. Hierfür nahmen wir aus allen Workshops Teile, die wir großteils selber erarbeitet haben und reihten sie zu einer Performance zusammen, die ungefähr 30 Minuten dauerte. Dabei war sehr schön zu beobachten, welche tollen Tanzeinlagen in so kurzer Zeit erarbeitet werden können. Zusätzlich gab die Aufführung der Lehrveranstaltung einen wunderbaren Ausklang und ziemlich alle Teilnehmer waren mit Begeisterung bei der Sache.

Abschließend kann ich nur sagen, dass mir diese Lehrveranstaltung sehr gefallen hat. Zum Einen weil sie mir die Augen geöffnet hat, dass Tanzen und Bewegen viel mehr ist als Choreographien einzustudieren und zum Anderen weil die Vortragenden mit solch einer Begeisterung und Überzeugung bei der Sache waren, dass man keine andere Wahl hatte sich selber fürs tanzen und Bewegen zu begeistern.