

Bewegungstraining 1/2

Grundlagen

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Musik > Master Music Pedagogy > Musik und Bewegung > Rhythmik

Nummer und Typ	MMP-VMB-SRH-KK11-1.18H.002 / Moduldurchführung
Modul	Bewegungstraining 1/2
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Lisa Gretler
Minuten pro Woche	60
ECTS	1 Credit
Lehrform	Klassenunterricht
Lernziele / Kompetenzen	• Bewusste Auf- und Ausrichtung des Körpers • Körperliche Flexibilität, Durchlässigkeit und Kraft • Bewusstsein für Körper und Raum • Bewusstsein für Spannung / Entspannung • Ökonomischer Einsatz von Kraft und Schwung • Koordination der Atmung mit der Bewegung
Inhalte	• Yoga: Einführung und Grundlagen • Grundelemente des modernen Tanzes
Bibliographie / Literatur	• Im Kurs abgegebenes Material
Leistungsnachweis / Testatanforderung	Aktive Teilnahme am Unterricht
Termine	HS
Dauer	60'
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden