

Bewegungstraining 2/2 (gLV)

Grundlagen II

Zuständiges Sekretariat: gabriela.krull@zhdk.ch

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Hochschulweites Lehrangebot > Geöffnete Lehrveranstaltungen
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Rhythmus und Bewegung

Nummer und Typ	MMP-VMB-SRH-KK11-2.19F.001 / Moduldurchführung
Modul	Bewegungstraining 2/2
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Lisa Gretler
Minuten pro Woche	60
Zeit	9:30 - 10:30 Uhr
ECTS	1 Credit
Voraussetzungen	Interessierte Studierende welche das Modul 1/2 nicht besucht haben, möchten sich zwecks Abklärung der Voraussetzungen bitte direkt an die Dozentin wenden.
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: Vertiefung • Grundelemente des modernen Tanzes • Bodenarbeit nach Anna Halprin • Kontaktimprovisation
Bibliographie / Literatur	Im Kurs abgegebenes Material
Leistungsnachweis / Testatanforderung	Aktive Teilnahme am Unterricht
Termine	Freitags, 09:30 - 10:30h
Dauer	60'
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden