Spiraldynamik für MusikerInnen, ein intelligentes Bewegungskonzept

Das Spiraldynamik-Konzept ist eine "3D-Gebrauchsanweisung für den Körper". Körperwahrnehmung und Bewegungslernen, Konzentration und Bewegung, Fliessen lassen und Differenzieren sowie ein spielerisch-effizienter Vermittlungsansatz helfen, den Körper seinem Bauplan entsprechend zu gebrauchen.

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Musikphysiologie

Nummer und Typ	DMU-WKMP-4701.21F.001 / Moduldurchführung
Modul	Spiraldynamik für MusikerInnen, ein intelligentes Bewegungskonzept
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Andreas Zihler
Minuten pro Woche	90
Anzahl Teilnehmende	maximal 24
ECTS	1 Credit
Inhalte	In diesem Kurs geht es darum, den ganzen Körper in seiner Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer im Hinblick auf das Instrumentalspiel, resp. Gesang optimal vorzubereiten. Mit diesem Bewegungskonzept lernen wir, unseren Körper im Alltag, beim Singen/Spielen harmonisch, präzise und gezielt einzusetzen. Wir werden dabei selber unser "Körperauge" schulen, unsere Schwachstellen im Körper finden und intensiv, auf spiraldynamische Art lockern, dehnen oder kräftigen, je nach Bedarf. Leichte Bewegungsfolgen werden auch später einmal dazu dienen, einen Ausgleich zum einseitigen Üben zu finden.
Leistungsnachweis / Testatanforderung	ja
Termine	Freitag, 8.30 bis 9.30 Uhr (Gruppe 1) und 9.30 bis 10.30 Uhr (Gruppe 2) , ab 26.2.2021
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden
Bemerkung	4701