

Atem-Tonus-Ton®

Eine körperorientierte Methode für Instrumentalist*innen, Sän- ger*innen, Chorleiter*innen

Seminar

Partner:

Arbeitskreis Musik in der Jugend

Deutscher Tonkünstlerverband

Verband deutscher Musikschulen

Termine

Seminar	1.-3. Februar 2019
Anmeldeschluss	4. Januar 2019

Die Zulassung erfolgt in der Reihenfolge des Posteingangs.
Die Teilnehmer*innenzahl ist begrenzt.

Tagungsort

Bundesakademie für musikalische Jugendbildung Trossingen
Hugo-Herrmann-Straße 22, 78647 Trossingen

Telefon: +49 (74 25) 94 93-0

E-Mail: sekretariat@bundesakademie-trossingen.de

www.bundesakademie-trossingen.de

Aufenthalt

Vollpension | Einzel- oder Zweibettzimmer mit Dusche und WC

Kosten

Teilnahmebeitrag	130,00 €
Vollpension im Zweibettzimmer	79,40 €
Vollpension im Einzelzimmer	99,40 €

(Kostenanpassung vorbehalten)

Sonderkonditionen für Bahnreisende

www.bundesakademie-trossingen.de/service/db-veranstaltungsticket

Allgemeine Geschäftsbedingungen und Datenschutz

Für die Teilnahme an unseren Veranstaltungen gelten unsere AGB (Rücktritt, Haftung usw.) sowie unsere Datenschutzerklärung, die auf unserer Website (www.bundesakademie-trossingen.de) eingesehen werden können und die wir bei Bedarf gerne zusenden.

Fördermöglichkeiten

www.bundesakademie-trossingen.de/service/foerdermoeglichkeiten



Mit Ihrem persönlichen Akademie-Account können Sie sich vereinfacht anmelden, Fahrgemeinschaften bilden, Unterlagen Ihrer gebuchten Veranstaltungen an einem Ort finden und aktuelle Infos bevorzugt erhalten.
myBAK

1. bis 3. Februar 2019

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Gefördert vom:



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR WISSENSCHAFT, FORSCHUNG UND KUNST

Die Bundesakademie ist zertifiziert nach ISO 9001



Atem-Tonus-Ton®

Eine körperorientierte Methode für Instrumentalist*innen, Sänger*innen, Chorleiter*innen

Mitunter ist das Selbstverständliche gar nicht so selbstverständlich: Körper und Instrument, Bewegung und Haltung, Ein- und Ausatmen – ohne eine Verbindung dieser Elemente ist Musizieren undenkbar. Dieses Zusammenspiel ist indes hochkomplex und wird von zahlreichen Faktoren beeinflusst. Und nicht immer arbeitet unser System unbelastet, sodass stressfreies, fließendes Musizieren möglich ist. Kraftvoll und leicht spielen, flexibel und frei gestalten: Um diesem Ideal näher zu kommen, lohnt es sich, genauer hinzuschauen, die Wahrnehmung zu schärfen, unerkannte Potenziale und vermeintliche Einschränkungen zu erfassen, Körperempfindungen und -spannungen nachzuspüren.

Die Methode Atem-Tonus-Ton® vermittelt über ein reiches Repertoire an Atem- und Bewegungsübungen, wie der gesamte Körper durchlässig und in ausgeglichener Spannung Instrument und Stimme zum Klingen bringen kann.

Die ursprünglich von der Atempädagogin und Körperpsychotherapeutin Maria Höller-Zangenfeind für Sprecher*innen und Sänger*innen entwickelte und auf dem „Erfahbaren Atem“ von Prof. Ilse Middendorf basierende Methode bietet einen individuellen Übungs- und Erfahrungsweg an, der sich auf das gesamte körperlich-seelische Gleichgewicht auswirkt. Die Übungen können ohne besonderen Aufwand in das tägliche Musizieren und Unterrichten eingebaut werden – dabei kann auch gleich überprüft werden, wie sie sich auf das Spiel auswirken.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Lehrkräfte und Musiker*innen, die bereit sind, sich auf somatisches, selbsterfahrendes Lernen einzulassen.

Themen und Inhalte

- ▶ Atem erfahren
- ▶ Tonus, Muskelspannung ausgleichen
- ▶ den Ton schwingen lassen
 - ü bend wahrnehmen mit und ohne Stimme
 - der untere Atemraum • die Widerstandskraft • die Erdung und die Kraft aus Beinen und Becken
 - der mittlere Atemraum • Gelassenheit üben
 - der obere Atemraum • das Lösen von Spannungen in Schultern, Nacken, Armen, Händen und Gesicht
 - der Rücken • Schutz und Rückhalt
 - die Verbindung von Kraft und Lösung
 - die Durchlässigkeit in den Gelenken
 - Themen, die sich aus der Gruppe ergeben

- Körperdurchlässigkeit und Klang-Schwingung
 - der Kehlkopf und seine Funktionen: Stabilisierungsfunktion (Haltung), Atmung, Oszillationsfunktion/Schwingung, Schutzfunktion
 - die Vibration, die Stimme und das Instrument
- Reflexion
 - Nach jeder Unterrichtseinheit wird das Erfahrene gemeinsam zusammengefasst, reflektiert und notiert.
- didaktische Überlegungen
 - Lehrperson als Modell
 - Welche Übungen lassen sich im Unterricht und in welcher Altersstufe anwenden?
 - Entwickeln der eigenen Kreativität beim Unterrichten anhand eigener Erfahrungen

Durchführung

In diesem Seminar werden die Prinzipien der Methode Atem-Tonus-Ton® über das gemeinsame praktische Tun erfahren und erschlossen. Hierbei geht um ein selbsterfahrendes, somatisches (im Gegensatz zu rein kognitivem) Lernen, auf dessen Grundlage eine Anwendung und Vermittlung im Unterricht erst möglich wird.

Dozentinnen

Letizia Fiorenza

Sängerin, Atempädagogin und Dozentin für Atem-Tonus-Ton®; unterrichtete von der ersten Stunde an fünfzehn Jahre lang mit Maria Höller-Zangenfeind und übernahm nach deren plötzlichem Tod vor sechs Jahren die Co-Leitung von Atem-Tonus-Ton International (Ausbildungs-Institute in Berlin, Freiburg i. Br., Wien, Rom, Zürich und Tokio)

www.letizia-fiorenza.com

Christina Hollmann (Leitung)

stv. Direktorin der Bundesakademie

Zeitplan

Die Bundesakademie ist am Anreisetag ab 13.00 Uhr geöffnet. Das Seminar beginnt mit dem Nachmittagskaffee und endet am Abreisetag mit dem Mittagessen um 11.30 Uhr.