

## Rückblick:

Sommerkurs Rhythmik 2013

Heek-Nienborg

20. Juli bis 26. Juli 2013



Anke und Hannah Riemer

# Sommerkurs Rhythmik 2013 – tierisch gut in diesem Jahr

Zum dritten Mal nahm ich (Anke) mit meiner Tochter Hannah (16 Jahre) vom 20. – 26. Juli 2013 am Sommerkurs in Heek-Nienborg teil. In diesem Jahr dürfen wir den Bericht dieser Woche schreiben. Eigentlich wären wir schon mit einem Satz fertig: „Es war einfach fantastisch!“ Das wäre der Kurzbericht. Doch da ihr bestimmt mehr wissen wollt...

Beginnen wir doch unseren Bericht über den diesjährigen Sommerkurs so, wie Ralf E. Streibl seinen Bericht über den Sommerkurs 2012 beendete: „Das eigene Erleben vermittelt doch einen viel intensiveren und umfassenderen Eindruck!“ Viele der Teilnehmer/innen wissen das, und so trifft man immer viele Bekannte aus den letzten Jahren wieder. Aber auch neue Besucher, die einfach mal in die Rhythmik hineinschnuppern wollen, werden herzlich aufgenommen und wollen gerne wiederkommen, um die Rhythmik zu erleben und sich von vielen Ideen inspirieren zu lassen.

Bezeichnend für den diesjährigen Sommerkurs waren Lisas mehrmalige Feststellungen: „Ich hab Euch ja so lachen gehört!“, und: „Ihr habt ja schon wieder so gelacht!“ Und das stimmt tatsächlich. In den Unterrichtsstunden haben wir bei allen Dozentinnen und dem Dozenten viel gelacht, also mit ganzheitlicher Freude gelernt, und auch abends im Burgkeller war immer eine heitere Stimmung. Ja, wir hatten tierisch viel Spaß beim Singen mit Uli Führe, beim Auffressen der bösen Träume mit Ulrike Pfeiffer, beim Herumwürmen im Unterholz mit Wübke Rohlfis und beim Ausritt mit Winnetou und Lisa Pelz in die endlosen Weiten der „Schlägelinstrumente“ (wobei wir jetzt auch geklärt hätten, wie diese „Klöppele“ geschrieben werden: „Schlegel“).

Aus dieser lustvollen Stimmung heraus wäre es wirklich sehr schwer und auch gar nicht angebracht, einen ausschließlich sachlichen Bericht zu schreiben, der zu ei-

ner lockeren und lustvollen Rhythmikwoche auch gar nicht passen würde. Also...

Uli Führe konnten wir es wirklich gut abnehmen, dass er nicht in einem normalen Haus wohnt, sondern in einem Gehege zusammen mit anderen Orang-Utans. Und die Geschichten aus seinem Leben waren so gut, erfrischend und erheiternd, dass wir total vergaßen, dass wir eigentlich Einsingübungen machten. Wer jetzt denkt, dass dies nur Kinderkram sei, der sollte selbst dabei gewesen sein. Uli vermittelt dies auf einer durchaus sehr erwachsenen Ebene, politisch und religiös auch für Denker sehr interessant. Natürlich ist Uli sehr verbunden mit den Rhythmikern. Seine Liedvermittlung bietet mit sehr viel Bewegung, rhythmischen Details und kleinen bewegten Übungen eine ganzheitliche Basis. Für die Praxis nahmen wir ein paar sehr inspirierende Lieder mit nach Hause (z. B. Das Äffchen Bob, Dschungel, Mit Haut und Haar).

Außerdem hielt Uli Führe einen sehr interessanten, wenn auch für die meisten Teilnehmer sehr schwer umzusetzenden Vortrag über Improvisation. Dieser Vortrag hat jedoch ein paar Teilnehmer so inspiriert, dass diese an dem „freien“ Abend die Chance ergriffen und einige der vielen Anregungen im kleinen Kreis ausprobierten.

Wübke musste uns bei mindestens 30°C im Schatten in Bewegung versetzen. Sie gab uns Bewegungsaufträge, bei denen wir selbst die Intensität der Bewegungsdynamik bestimmen konnten. Ein ganz anderes „Führen und Folgen“ gab uns Inspirationen für kurze Gestaltungen: Bewegungen fühlen und erfühlen, ausführen und variieren. Kreativität wurde in der Gruppe freigesetzt und gestaltet. In der Abendeinheit war es nur zu gut, dass wir ins Unterholz gehen durften, um auf der Erde „herumzuwürmen“. Wübke wählte auch schöne Bilder für die Bewegungsstunden. In einer wählte sie das Bild der Welle, das bei der Hitze sehr erfrischend wirkte und uns in schwungvolle Bewegung versetzte.

Auch war bei Wübke immer der enge Bezug zur Rhythmik vorhanden. Ein Billardspiel mit Phrasen aus der Musik war einfach ein geniales Spiel für die Gruppe.

Mit Ulrike wurde die Bilderbuchgeschichte „Das Traumfresserchen“ rhythmisch gestaltet und von der gesamten Gruppe vor dem Abschlussbuffet aufgeführt. Unsere Zuschauerin Lisa war sehr angetan, und diesmal hat sie viel gelacht. Aber auch das Einüben hat allen sehr viel Spaß gemacht. Wir verwandelten uns unter anderem in böse Traumtiere, in Ginssterbüsche, in den König, in das Traumfresserchen und in viele andere Gestalten. All dies wurde oft improvisierend von Teilnehmerinnen an Instrumenten begleitet und/oder die Handlung wurde von rhythmisierten Sprüchen oder Liedern begleitet. Viele Elemente des Stückes konnten wir selbst erarbeiten und ließen Raum für eigene Gestaltungsideen, auch für die Erarbeitung zu Hause mit Kindergrup-

pen. Ulrike gab uns eine wunderschöne und anregende Gestaltung dieses Bilderbuches mit, die so umfassend ist, dass sie nicht einfach ins Handgepäck passt.

Bei Lisa konnten wir nicht nur unser Spiel mit den Stabspielen explorieren und vertiefen, sondern sie hat darüber hinaus wunderbar die gesamte Organisation dieser Woche gemanagt. Vorausplanbar war der Kulturausflug nach Münster ins Picasso-Museum, während einige Krankheitsfälle unvorhersehbar ihre Aufmerksamkeit brauchten.

Als Kursleiterin eröffnete Lisa den Sommerkurs Rhythmik, wozu in der Begrüßungsrunde immer das Namenlernen und die Aufteilung in zwei Gruppen gehört. Die Wiederholungstätter unter uns waren wieder sehr gespannt, wie Lisa dieses wohl in diesem Jahr rhythmisch, spielerisch lösen würde und wie wir die Gruppeneinteilung für uns manipulieren könnten. Rhythmisch war diese Runde schon sehr anspruchsvoll: Mit einem Partner (dieser wurde durch komische Memorykarten – Was ist das denn?, auffindig gemacht.) auf der 1 - Hände schütteln, auf der 2 - Hände greifen, auf der 3 - Finger einrasten, auf der 4 - abklatschen mit dem Partner. Wir standen dann in zwei Kreisen uns gegenüber. Auf der 1 sagten die Teilnehmer im Innenkreis ihren Namen, auf der 4 sagte die Partnerin im Außenkreis ihren Namen. Das war ja noch o.k., und jede/jeder lernte so seinen Partner mit Namen kennen. Dann hieß es, dass der Außenkreis auf der 1 immer einen Partner weitergeht. Rhythmisch war alles klar! Lustig war es allemal! Aber das mit den Namen behalten funktionierte nicht so gut. Wer ging da alles an mir vorbei?

Die Gruppeneinteilung war in diesem Jahr gar nicht so wichtig. Zum einen war es wieder eine ganz harmonische Gruppe, und zum anderen mussten wir uns nur für 4 Stunden trennen.

Mit dem Lied „Funga Alafia“ - übersetzt „Ich öffne mich, ich grüße dich, ich freue mich“ - begrüßten wir uns bei Lisa. Und dann durften wir aus uns herausgehen

und uns mit Säckchen bewerfen. Damit das Ganze noch etwas mit Rhythmik zu tun hat, bitte nur zur 2. Phrase den gegenüberliegenden Partner bewerfen.

Im Laufe der Woche brachte Lisa uns mit einfachen Rhythmusspielen die richtige Schlegelhaltung bei, sodass wir locker und schwungvoll an den Stabspielen Musik machen konnten. Es wurde an verschiedenen Stabspielen zusammen improvisiert. Abschließend wurde dann, wie bereits angedeutet, die Titelmelodie von Winnetou eingeübt.

Die Erwartungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind so unterschiedlich wie ihre Eindrücke und die im Gepäck mitgebrachten „Specials“ für den Austauschabend. Wie in jedem Jahr stand ein Abend für alle zur freien Verfügung und zum Austausch über Rhythmik oder Bereiche, die an die Rhythmik anknüpfen. Einige wenige nutzten den Abend zu einem Bad im See, doch die meisten trafen sich in kleinen Gruppen. Eine Gruppe übte sich im gemeinsamen Improvisieren mit ihren Instrumenten und eine andere trommelte. In einer weiteren Gruppe wurden zuerst Folkloretänze, natürlich zu Livemusik, getanzt und anschließend fand ein Austausch zu Solmisationsspielen statt. Na, neugierig geworden auf die Schätze der Teilnehmer und Teilnehmerinnen?

Sicher ist, dass wir alle mit ganz vielen Schätzen im Gepäck von den Dozentinnen und dem Dozenten nach Hause gefahren sind. Bestimmt lernen in dem kommenden Jahr viele Kinder das Traumfresserchen nicht nur aus dem Bilderbuch kennen, und viele können beruhigter schlafen und träumen lieber von Winnetou, von Äffchen und lieben Tieren des Dschungels. Uli Führe hat es in dem Lied „Es ist Zeit“ wie folgt beschrieben: „Jeder nimmt ein Stück vom andern mit sich hinaus.“