

FORTBILDUNG : TANZMEDIZIN

TANZTECHNIK : FEHLERANALYSE UND KORRIGIERENDE PROZESSE

Inhalte

Tanz stellt eine sehr umfassende und ausdifferenzierte Körpertechnik dar, die eine optimale Entwicklung verschiedenster Voraussetzungen impliziert. Wenn (angehende) Tänzer über eine physiologische Grundhaltung des Körpers, eine ausgereifte Balance der Muskulatur, eine ausgeprägte Tiefensensibilität des Körpers, sowie ein intuitives Verständnis körperlicher Bewegung im Raum verfügen, erfolgt die Aneignung von technischen Leitbildern ohne Hindernis. In den allermeisten Fällen jedoch fehlt jeder Tanzenden an seinem technischen Basis sowohl in der Ausbildungszeit wie auch im Berufsleben ständig weiter.

Technikfehler im Tanz führen nicht nur zu einer Einschränkung expressiver Fähigkeiten, sondern auch zu akuten Verletzungen und chronischen Schmerzen. Dieser Kurs vermittelt Inhalte und Methoden, um die typischen Technikfehler von Grund auf zu analysieren und zu korrigieren. Ausgehend von konkreten technischen Leitbildern lernen wir die daran beteiligten Strukturen, Mobilisierungs- und Stabilisierungselemente und physikalische Kräfte kennen. Als zweiter Schritt analysieren wir typische Abweichungen vom jeweiligen Leitbild, thematisieren überholte oder gar schädliche Annahmen im Bezug zum Leitbild und besprechen therapeutische Ansätze. Drittens lernen wir korrigierende Prozesse methodisch einzuleiten, zu begleiten und ins normale Training zu integrieren.

Dieses theoretisch und methodisch fundierte Verständnis der Tanztechnik ermöglicht einerseits Tänzer, Tanzlehrern und -schülern das Training und die Tanztechnik zu verbessern. Andererseits verstehen Professionals des Gesundheitssystems die Besonderheiten des therapeutischen Feldes Tanz, und wie sie wirksam ihr berufliches Wissen mit Tänzern einsetzen können.

Form

Dieser Kurs verbindet Theorie und Praxis mit möglichst vielen Wahrnehmungsformen, um den Lernerfolg zu erhöhen. Das Wechseln zwischen passivem Sehen, Hören und Spüren und aktivem Tun macht den Kurs zudem angenehm abwechslungsreich:

- Die Grundannahmen für lebenslanges Lernen im Bereich Tanztechnik werden präsentiert und diskutiert.
- Jedes technische Leitbild und die beteiligten Strukturen und Elemente werden zuerst anhand anatomischer Bilder vorgestellt und mithilfe des Tastsinns erläutert. Hier spielen die visuelle, auditive, haptische und taktile Wahrnehmung von Inhalten die zentrale Rolle.
- Ihre jeweilige Rolle in der Entstehung und Behebung von typischen Fehlstellungen und -leistungen wird dann in Zusammenhang mit physikalischen Kräften am eigenen Körper mittels kleineren Aufgaben erlebt. Hier steht die Entwicklung der Tiefensensibilität in allen ihren Ausprägungen (Lage-, Kraft- und Bewegungssinn) im Vordergrund.
- Während des Trainierens werden Wahrnehmungs- und Wirkungsfragen an die TN gestellt, um einen Zusammenhang zwischen dem Gehörten/Gelesenen und dem eigenen Empfinden herzustellen.
- Die abschliessende Betrachtung des eigenen Spiegelbilds und der anderen bildet einen Zusammenhang zwischen der visuellen Wahrnehmung und der Tiefensensibilität.

Zielgruppen

Tänzer, Tanzpädagogen, Tanzschüler, ...
Physiotherapeuten, Orthopäden, (Sport-)Mediziner, ...

Umfang & Preis

20 Stunden
€ 300 / € 240 tamed-Mitgl.
Anmeldung ausserhalb der Anmeldezeit: € 350 / € 280 tamed

InzTanz Mathis-Masury, Ulrichstraße 24, D-72072 Tübingen; www.inztanz.de; info@inztanz.de; (+49) 07071 / 869 888 2
Bankverbindung: InzTanz Mathis-Masury, KtoNr. 13 01 522, Deutsche Bank, RT (BLZ 640 700 24)
BIC (SWIFT): DEUT DE DB640; IBAN: DE30 640 700 240 1301522 00