

„Laban/Bartenieff - Bewegungsstudien für Musiker“

U. Linzer und K. Reinhardt, Berlin

Zusammenfassung

Die von der Pädagogin und Rhythmuslehrerin Einleitend werden die Laban-Bartenieff-Bewegungsstudien (LBBS) als eine Bewegungslehre dargestellt, die von der Vielschichtigkeit des menschlichen Bewegungsvermögens ausgeht und in den Bartenieff Fundamentals, einem System für korrektive Körperarbeit, eine Erweiterung gefunden hat. Grundlagen der LBBS sind vier prinzipielle Aspekte zur ganzheitlichen Bewegungsbetrachtung: Raum, Antrieb, Form und Körper. Eingangs werden die Prinzipien für die praktische Arbeit mit den Bartenieff Fundamentals beschrieben. Die Wirkung der Bartenieff-Übungen beruht auf verfeinerter Körperwahrnehmung, gezielter Schulung der Feinkoordination und der Erarbeitung expressiver Aspekte.

Für den Musiker kann diese Methode ein Ansatz sein, die Bewegungsabläufe beim Musizieren bewusster auszuführen, und somit zur Prävention von Beschwerden beitragen.

Schlüsselwörter

Bartenieff Irmgard - Bartenieff Fundamentals - Bewegungslehre - Körperarbeit- Laban Rudolf v. - Laban Bartenieff Bewegungsstudien - Prävention - Spielstörungen.

Summary

Laban/Bartenieff Movement Studies (LBBS) are a movement training with theoretical background.

The Movement Studies origin in the complexity of the human ability to move. They find their enlargement in the corrective bodywork of the Bartenieff Fundamentals.

LBBS regard four basic aspects to observe and analyse movement: SPACE, EFFORT, SHAPE and BODY.

Introducing the main principles for the practical work, the Bartenieff Fundamentals will be described.

Bartenieff exercises improve body awareness, practice refined coordination and explore expressive aspects.

For a musician the method offers a higher level of awareness for physical sensations of the body while playing the instrument and prevents from physical disorders resulting from stress.

Key Words

Bartenieff Irmgard - Bartenieff Fundamentals - movement training - bodywork - Laban Rudolf v.-Laban - Bartenieff Movementstudies - prevention - physical disorder

Einleitung

Die Laban-Bartenieff-Bewegungsstudien (LBBS) sind eine Bewegungslehre, die von der Vielschichtigkeit menschlicher Bewegungen ausgeht und die, wie der Name sagt, auf Rudolf von Laban, eine der großen Persönlichkeiten des Ausdruckstanzes in den zwanziger Jahren des vorigen Jahrhunderts, zurückgeht.

Irmgard Bartenieff hat, von den bewegungsanalytischen Erkenntnissen Labans ausgehend, eine eigenständige Methode zur korrekativen Körperarbeit, die Bartenieff Fundamentals entwickelt.

Die als LBBS bezeichnete Bewegungslehre hat sich seitdem als flexibel anwendbares Konzept für Menschen erwiesen, die nach Vervollkommnung und Ausformung von Bewegung und Haltung im weitesten Sinne suchen. Im Mittelpunkt steht die bewusste Wahrnehmung des eigenen Bewegungsverhaltens, was zu einer Sensibilisierung führt. Darüber hinaus lehren die LBBS, Bewegung objektiv zu beobachten und nach einheitlichen Kriterien zu erfassen und zu beschreiben.

Rudolf von Laban (1879-1958) stammte aus Bratislava und hat nachhaltig die Theater- und Ballettkultur in Europa beeinflusst. Er war Tänzer, Pädagoge, Choreograf und Denker. Ursprünglich interessiert an Malerei und Architektur, begann er, sich frühzeitig auch mit Bewegung in all ihren Facetten wissenschaftlich zu befassen. Er entwickelte eine Bewegungsschrift, die „Laban-Notation“, die es ermöglicht, Bewegung detailliert zu analysieren und niederzuschreiben, um das weite Feld von Bewegung in Struktur und Ausdruck zu erfassen. Laban wollte Bewegung in ihrer Gesamtheit verstehen und bezog dabei räumliche, körperliche und dynamische Aspekte ein.

In der von ihm aufgestellten Raumharmonielehre wird das Verhältnis des Menschen zu dem ihn umgebenden Raum untersucht. Durch „Raumskalen“, vergleichbar mit Tonleitern in