

A photograph of two aerial acrobats performing a pose on a horizontal bar. The male acrobat is positioned above the female acrobat, holding her with his hands. Both are wearing black leotards with red accents. The background is black, making the performers stand out. The title 'ARS SALTANDI NEWS' is overlaid in a white, hand-drawn style font at the top.

ARS SALTANDI

NEWS

HOCH HINAUS

ARS SALTANDI eröffnet Zentrum für Luftartistik

BREIT GEFÄCHERT

Neue Kurse - von Aerial Yoga bis Vertical Dance

TIEF GESCHÜRFT

Katrin gibt Einblick in ihre Motive und Pläne

AUSGABE 1/2017

INHALT

03

Impressum
Editorial

04

Vorne Links

05

Abschied

06

Voices in Motion

07

Was macht eigentlich ...?

08

ARS SALTANDI hilft

09

Glossar

10

Company-Mitglied

11

Kurse

12

Moving Arts

16

Walkacts

17

Ballett für Kinder

18

Unsere Dozenten

19

Spitzentanz

20

Termine



EDITORIAL

Liebe LeserInnen,

große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus: Während in der Carl-Zeiss-Straße 26 der gewohnte Trubel herrscht und man sich manches Mal fragt, wie der „Schäff“, wie Katrin sich selbst gern unter E-Mails nennt, das alles schafft, entsteht ein paar Meter weiter ein weiterer ARS-SALTANDI-Standort. Dort wird zurzeit Tag und Nacht gewerkelt, um neue Kurse in - für den südniedersächsischen Raum einzigartiger Verbindung aus Tanz und Artistik - anzubieten. Katrin verrät in diesem Heft, was genau dort demnächst passiert. Und erste Fotos von den beiden neuen Hallen gibt's natürlich auch schon.

Wenn die Nachfrage nach dem, was ARS SALTANDI ausmacht, so groß ist, wundert es nicht, dass immer wieder neue Gesichter das Dozententeam erweitern: Gleich drei von ihnen stellen wir in dieser Ausgabe vor.

Nicht verschweigen wollen wir auch diesmal, dass schon mit der letzten Ausgabe eine neue Layouterin dem Heft Form und Farbe verleiht: Amelie Hillebrand, die schon viele Programmhefte, Plakate, Handzettel und Eintrittskarten zu Sammlerstücken hat werden lassen, macht nun auch das Layout für die ARS-SALTANDI-News. Sie studiert Design an der HAWK, tanzt in der Top-Company und findet trotzdem noch Zeit, um Wort und Bild in eine tolle Symbiose zu bringen.



Neues Dreamteam für die Zeitung: Christiane, Amelie und Katrin

IMPRESSUM

**ARS SALTANDI News Nr.10,
2017, 4. Jahrgang**

Herausgeber

ARS SALTANDI Dance & Drama
School, Katrin Katholnigg

Redaktion:

Christiane Mülder (*cm*)

Redaktionsanschrift:

christiane.muelder@arssaltandi.de

**Redaktionelle Mitarbeit in dieser
Ausgabe:**

Karen Benz, Diana Fischer, Josefine
Rheinfurth, Katrin Katholnigg, Lunis
Katholnigg, Cecilia de Maiziere,
Mareike Oyen, Johanna Sander,
Philine Stelzer, Silke Schütte-Pintak,
Barbara Wollmann, Larissa Woll-
mann

Layout:

Amelie Hillebrand

Grafik Glossar:

Julia Müchhoff

Titelmotiv:

Walter Hapke

Druck:

Wir machen Druck

ARS SALTANDI News erscheint zzt.
drei Mal im Jahr. Kostenlose Ver-
teilung an alle Mitglieder der ARS
SALTANDI Dance & Drama School
sowie Familienangehörige, Freunde
und Bekannte. Auch als PDF auf
www.arssaltandi.de



VORNE LINKS

... kommt heute aus der Mitte

Vorne links hat Stress. Zu viele Jobs von zu vielen Chefs bei hohem Qualitätsanspruch. Deshalb habe ich ganz spontan angeboten, einzuspringen und analog zu „vorne links“ mal ein „aus der Mitte“ zu schreiben. Schließlich ist mein Platz in den Erwachsenentanzkursen die Mitte: zweite oder dritte Reihe, je nachdem, wie stark der Kurs besucht ist. Auf jeden Fall direkt hinter Katrin. Nicht etwa, um mich zu verstecken, sondern um mir den besten Blick auf die vielen verschiedenen Schritte, Hüpfen, Drehungen und Armbewegungen zu sichern. Und mir dabei nicht, wie „vorne links“, den Kopf verdrehen zu müssen.

Die „Mitte“ kreuzt aber auch an verschiedenen anderen Stellen meinen Weg.

Kürzlich hatte ich wegen diverser Verspannungen einen Termin bei der Osteopathin meines Vertrauens. Das ist ja generell eine spannende Sache, denn sie scheint in mir wie in einem offenen Buch zu lesen und formuliert Dinge, die da sind, mir nur bislang nicht so recht bewusst waren. So sagte sie plötzlich zu mir: „Du bist nicht in Deiner Mitte“. Tja, damit hatte sie den Nagel auf den Kopf getroffen. Mein Leben war etwas aus dem Gleichgewicht geraten. Job, Familie, Ehrenamt, Hobbys, Freunde Alles tolle Aufgaben, aber auch einfach manchmal zu viel. Ich muss gestehen, ab und an könnte ich auch mal unbeschäftigt irgendwo abgelegt werden und ich würde mich nicht langweilen.

Vielleicht liegt's ja auch am Alter? Bin ich nicht mehr so belastbar? Mit 52 hat man die Mitte des Lebens durchaus überschritten, es sei denn, man plant, über 104 Jahre alt zu werden. Das habe ich eher nicht vor. Ich behaupte mal, dass mit der fünften Null eine gewisse Altersweisheit zum Leben erwacht. Man fängt an, Dinge anders zu betrachten und zu gewichten. Vielleicht stellt man sich auch wichtige Fragen. Z. B.: Mach ich jetzt nochmal was Neues? Schaff ich das noch? Lohnt sich das? Wohin will ich noch im Leben?

Zumindest eine dieser Fragen hat sich der „Schäff“ nicht nur gestellt sondern auch beantwortet und in die Tat umgesetzt. Sie macht dann mal was Neues. Und frei nach dem Motto „Klotzen, nicht Kleckern“ wird das ein spannendes Unternehmen mit vielen neuartigen und in Hildesheim und Umgebung einzigartigen Angeboten. Ich ziehe vor Katrins Mut, Energie und Tatendrang den Hut. Aber ich denke, letztlich kann sie gar nicht anders, denn ihre Kreativität, ihr Ideenreichtum und ihre Fantasie brauchen einfach ein Ventil, andernfalls würde sie wohl platzen.

Doch auch für Katrin gilt: Mit 50 (da ist sie wieder, diese Zahl!) ist eine Auszeit ab und an der Gesundheit sehr zuträglich. Wenn man einfach mal die Seele baumeln lässt, Kraft und Energie tankt, neue Eindrücke sammelt und lacht, bis man nicht mehr kann. Nur so bleibt man dauerhaft in seiner Mitte.

Und wenn es doch zu stressig wird und zu laut und zu turbulent, halte Dich einfach an das Motto: LMAA. Nicht was Sie jetzt denken! Sondern LÄCHLE MEHR ALS ANDERE!

Toi, toi, toi Katrin!

Silke Schütte-Pintak



Freunde für's Leben und Retten in der Not - Silke Schütte- Pintak springt für „Vorne Links“ ein

Etwas ins Rollen gebracht

Auch damit einmalig in Hildesheim: Rhönradturnen kann man nur bei ARS SALTANDI

(cm) Rhönrad? Wie bitte? Das gab's mal in den 90ern, oder? Wer kann das denn heute bitteschön noch? Und vor allem, wer kann es uns zeigen? Wir haben jemanden gefunden, die uns leider nur für zwei Jahre ihre Zeit und ihr Können geschenkt hat: Diana Fischer, eine der wenigen norddeutschen Rhönrad-Trainerinnen verabschiedet sich vorerst mit schwerem Herzen, wie sie sagt, weil sie ihren Bachelor-Abschluss und damit einen Umzug vor sich hat.

Sonntagmorgen, 11 Uhr in Hildesheim. Motivierte Kirchgänger kommen schon aus dem Gottesdienst, manch eine Familie sitzt erst gemütlich am Frühstückstisch, der Großteil der jugendlichen Bevölkerung schläft noch.

Zur gleichen Zeit im großen Tanzsaal bei ARS SALTANDI: Der Tanzboden wird ausgerollt, die Rhönräder werden aus dem Flur in die Halle getragen und Bindungen ins richtige Loch gehakt. Bestenfalls muss das Schmuckstück nicht noch zusammengebaut werden. Nach einer langen Planungsphase gibt es jetzt seit gut zwei Jahren Rhönradtraining bei ARS SALTANDI und ich freue mich trotz der ungewohnten Uhrzeit immer wieder, den Kurs mit der sehr motivierten (und talentierten!) Gruppe leiten zu dürfen. Während wir im Sommer auch mal im Freien probten und für den einen oder anderen Fußgänger oder Quadfahrer die Straße räumen mussten, waren es beim Tag der Niedersachsen in der Innenstadt die Hildesheimer, die den Rundschaukel-Karussell-Akrobaten staunend aus dem Weg gehen mussten. Der Unterricht hat über die Monate eine ganz eigene Dynamik entwickelt: Es werden neue Teile wie „überklappen“ oder „einhechten“ geübt, „Fußbruch“ und „Bauchklatscher“ haben sich zu Klassikern entwickelt. Dann wird auch gerne mal der Sprung aus dem Rhönrad in die Gasse oder ein akrobatischer Flieger in 2,10m Höhe auf dem Sportgerät ausprobiert. Das Potential ist noch lange nicht ausgeschöpft und ich hoffe sehr, dass ich für einen Workshop oder als Zuschauerin für den nächsten Auftritt noch mehr Rhönradlerlebnisse mit euch teilen kann ... auch wenn ich fürs erste die Woche nicht mehr mit leichtem Muskelkater und blauen Flecken beginnen werde.

Diana Fischer



Eine, die weiß wie's geht: Diana Fischer im Cyr-Wheel



Ohne Höhenangst: Alena Gustke traut sich auf's Rhönrad



Mit dem Namen muss man einfach groß rauskommen!

Cecilia de Maizière ist das neue Gesicht bei VIM

(cm) Nach einem halben Jahr „Durststrecke“, die durch den Weggang von Gesangslehrerin Mirle Köhler und Nicole Buhr als Schauspielendozentin im letzten Jahr jäh eingeleitet wurde, hat die Musical-Sparte „Voices in Motion“ endlich wieder eine richtige Gesangsdozentin. Und was für eine! Hier stellen wir Euch Cecilia vor - genauer gesagt: ihr Mann tut dies - und machen gleich mal ein bisschen Werbung: Kommt doch mal freitags abends um 19 Uhr in den Keller. Da könnt Ihr sie live erleben! Im Moment singen wir von Musical bis Pop querbeet ... und haben was? Genau!



Spaß. Wer singen will, sollte dabei Spaß haben. Freude daran finden, die eigene Stimme erklingen zu lassen, sie zu verbessern. Liebe zur Musik spüren. Davon ist Cecilia de Maizière überzeugt. Und so kombiniert die studierte Opersängerin auch in ihrem Unterricht Spaß und Freude an der Musik mit ernsthafter, akribischer Detailarbeit. Die Schüler sollen sich konzentrieren, sie sollen lernen, aber sie sollen auch lachen – denn wer Spaß am Singen hat, überträgt ihn auch auf sein Publikum.

So singt sie auch selbst. Wenn es nicht gerade eine sehr ernste Partie ist, bringt die Koloratur-Sopranistin nicht nur ihre Töne zum Leuchten, sondern auch ihr Publikum zum Strahlen. Und ist sich nicht zu schade, sich selbst als „Rampensau“ zu bezeichnen. Ein Wort, mit dem sie auch ihre Schüler gelegentlich adelt. Wenn die einen Durchbruch erzielen, eine schwierige Klippe meistern, einen richtig guten Auftritt hinlegen – dann jubelt Cecilia mitunter wie ein Fußballfan über das entscheidende Tor.

Nicht einfach nur gut singen zu können, sondern auf professionellem Niveau schwierigste Rollen überzeugend darzubringen, war der in Hannover geborenen Tochter einer Musikerfamilie ein Stück weit in die Wiege gelegt. Schon als Kind sang sie gern und viel, als Jugendliche entwickelte sie den Ehrgeiz, es „richtig“ zu lernen, und so führte sie ihr Weg nach dem Abitur in Hildesheim an die Musikhochschule in Hannover.

2004 gewann sie ein Stipendium des Richard-Wagner-Verbandes, ab 2004 war sie zudem Stipendiatin der Yehudi-Menuhin-Stiftung. Bereits während ihres Studiums sang sie zahlreiche Partien auf der Bühne.

Nach ihrem Studium wurde Cecilia ans Stadttheater Hildesheim engagiert, wo sie drei Jahre lang zum Ensemble gehörte und dort u.a. als „Anna Reich“ aus „Die Lustigen Weiber“ von Windsor und als „Ännchen“ im „Freischütz“ zu sehen war. Anschließend ging sie nach Frankreich, wechselte ins lyrische Koloratur-Fach. Regelmäßig tritt sie zusammen mit der ukrainischen Pianistin Elena Kolesnitschenko auf. Mit ihr war sie im Sommer 2010 in dem Dokumentarfilm „Die Konkurrenten“ über russische Pianisten im Kino zu sehen. Und natürlich zu hören.

Neues lernen und ausprobieren – den Enthusiasmus dafür hat sich die zweifache Mutter (die vierjährige Tochter singt auch schon aus voller Kehle) bewahrt. Pädagogische Fortbildungen und Seminare besucht sie regelmäßig. Und wenn Schüler ein Problem mit einer besonders hohen/ schnellen/tiefen/ anspruchsvollen Passage haben, läuft sie erst Recht zur Hochform auf, um es für den Sänger leichter zu machen. Denn auch das macht ihr: Spaß.

Tarek Abu Ajamieh





WAS MACHT EIGENTLICH ...?

Was macht eigentlich Mareike Oyen

(cm) Lange Zeit waren sie das Gesicht der ARS SALTANDI-Company. Weder beim regelmäßigen Training noch auf der Bühne wegzudenken, unschlagbar als Solisten, als Träger besonderer Verantwortung auf oder hinter der Bühne. Immer begleitet von Attributen wie „einzigartig, unersetzlich, unverzichtbar“. Auch für sie selbst war ARS SALTANDI zum Lebensinhalt und zweiten Zuhause geworden. Und doch kam irgendwann der Tag des Abschieds. Was jahrelang unvorstellbar schien, wurde zum nächsten Lebensabschnitt: ein Leben ohne ARS SALTANDI. „Wie geht das?“, fragen wir heute ... Mareike Reisig, geb. Oyen



Wann hast du bei ARS SALTANDI angefangen und wie bist du dazu gekommen, dort zu tanzen?

Tanzen hat mir schon immer viel Spaß gemacht und ich habe damals bei mir im Dorf– in Harsum– getanzt. Eines Tages fragte mich Susanne Coers, ob ich nicht Lust hätte, mal mit ihr zu ARS SALTANDI zu fahren. Das war 1996.

Moment mal ... ARS SALTANDI hieß schon immer ARS SALTANDI?

Ja, ich denke schon. Auf jeden Fall, seit ich dort angefangen habe, zu tanzen. Aber natürlich war ARS SALTANDI früher ganz anders als heute. Trainiert wurde im damaligen Haus der Jugend in zwei Sälen, einem großen und einem kleinen. Es gab auch nur zwei Kurse, nämlich den Anfängerkurs und den Fortgeschrittenenkurs. Die wurden aber schon von Katrin unterrichtet, andere Dozenten gab es ja noch nicht.

Es war sicher aufregend, in eine neue Tanzgruppe zu kommen, oder? Inwiefern unterschied sie sich von deinem Verein?

Ja sicher! Ich war anfangs sehr schüchtern, weil ich die Jüngste war und die anderen alle Studenten mit Mitte 20 oder älter waren. Aber ich habe mich schnell eingelebt. Auch weil mir das Training dort so gut gefallen hat. In meinem Verein hat man sich zusammen im Kreis aufgewärmt und gedehnt, aber bei Katrin war schon jede Übung vorchoreographiert. Das war eine total neue Erfahrung für mich!

Würdest du aus heutiger Sicht sagen, dass du damals „gut“ warst?

Jein, Katrin hat mich geschult und ich musste hart arbeiten. Trotzdem war ich nur für kurze Zeit im Anfängerkurs und das hatte ich einem glücklichen Zufall zu verdanken. Für den „Köche-Ball“ in Hamburg wurden noch Leute fürs Bodypainting gesucht. So wurde ich kurzerhand blau angemalt und habe in Hamburg mittanzen dürfen. Danach durfte ich dann zu den Fortgeschrittenen wechseln.

Deinen Worten lässt sich entnehmen, dass die Company auch damals schon außerhalb von Hildesheim gebucht wurde, stimmt das?

Oh ja, wir waren auf Privatfeiern, Jubiläen oder Firmenveranstaltungen und haben dort getanzt, hatten Feuerauftritte oder waren eben als Bodypainting-Walkacts unterwegs. Dabei trägt man nur weiße Unterwäsche und wird von Kopf bis Fuß mit Farbe bemalt. Daraus sind dann übrigens auch alle weiteren Walkacts entstanden.

Gibt es Momente oder Auftritte, an die du besonders gerne zurückdenkst?

Ich erinnere mich an alles gerne zurück. Z. B. war ich mal ein Steinzeitmensch, ein Roboter und ein Grashüpfer mit Sprungfedern. Besonders gefallen haben mir auch die MAN- Auftritte im heutigen Novotel-Hotel. Bei denen hatten wir zwei Abende hintereinander einen Auftritt und danach haben wir uns gefühlt wie Profitänzer. Einmal hatten wir einen Auftritt in Halle und Katrin hat einen Bus gechartert, mit dem sind wir alle zusammen dorthin gefahren. Das war sehr lustig. Es gab viele schöne Auftritte, aber die normalen Trainingsabende waren mindestens genauso schön. Vor allem saßen wir nach den 2h Training fast immer noch alle zusammen und haben geredet. Dadurch wurde ARS SALTANDI zu so etwas wie meiner zweiten Familie.

Das Tanzen bei ARS SALTANDI hat also dein Leben nachhaltig beeinflusst?

Ja, klar. Im Fortgeschrittenenkurs habe ich Romana Hartke kennengelernt und sie ist bis heute meine beste Freundin. Auch mit einigen anderen ehemaligen Mitgliedern der Company habe ich heute noch Kontakt.

Inwieweit hat sich ARS SALTANDI aus deiner Sicht verändert?

ARS SALTANDI ist facettenreicher geworden: Zum Beispiel wurde aus dem Bodypainting eine eigene Walkact Gruppe, es gibt Akrobatikgruppen oder Vertikaltuchleute.

Bist du manchmal traurig, wenn du auf die jungen Tänzerinnen blickst, die ja sozusagen deinen Platz eingenommen haben?

Nein, das sind die Tänzer von morgen! Ich finde es toll, ihnen bei der Weiterentwicklung zuzuschauen und zu beobachten, wie sie ihre Stärken herausarbeiten.

Und zu guterletzt: Tanzt du heute noch bei ARS SALTANDI und, wenn ja, in welchen Kursen?

Selbstverständlich bin ich noch dort. Ich komme einfach nicht vom Tanzen los, denn Tanzen ist noch heute meine Leidenschaft. Meinen letzten Companyabend hatte ich 2015, aber ich war schon zuvor beruflich so eingespannt, dass ich nicht mehr regelmäßig zum Training kommen konnte. Glücklicherweise habe ich heute wieder etwas mehr Zeit zum Tanzen und mache einmal in der Woche Modern Dance bei Christine.

Das Interview führte Larissa Wollmann.



NEUES AUS GHANA

Im letzten Jahr wurden nicht nur unzählige Traumbällchen gebastelt und verkauft, sondern auch viel geübt, um mit dem von der Top-Company selbst entwickelten Programm „Framed“ in der Halle „Russelmania“ einen unvergesslichen Tanzabend präsentieren zu können. Bei diesen Aktionen ist so viel Geld zusammengekommen, dass wir für mehrere Monate die laufenden Kosten unserer Schule voll decken können. Das ist ein großartiger Erfolg! So können wir unseren Kindern erstmal weiterhin Sicherheit in der Versorgung durch Essen und Bildung bieten, was gerade für die Waisenkinder nicht selbstverständlich ist. Herzlichen Dank an alle Helfer, Unterstützer, Organisatoren, Spender und nicht zuletzt – Danke allen Tänzerinnen und Tänzern!

Unsere Schule bei Google-Earth

Eine wunderbare Gelegenheit, das Ergebnis Eurer Unterstützung zu sehen, bietet Google Earth. Dort wurden kürzlich die Fotos erneuert, so dass unsere Schule, die komplett mit Spendengeldern errichtet wurde, dort von überall aus betrachtet werden kann. Jonathan Baniyire, unser Schuldirektor, sagt neben dem Spenderschild von ARS SALTANDI ebenfalls danke!

Wie geht es weiter?

Da wir mittlerweile so viel Unterstützung bekommen, können wir uns um neue Projekte zum Ausbau unserer Schule kümmern. Bei der letzten Mitgliederversammlung Ende März wurden den Mitgliedern von HIBEKI bereits neue Ideen vorgestellt. So werden wir z. B. eine Kooperation mit einem Freund vor Ort, der einige Jahre für World Vision gearbeitet hat, aufbauen, um verschiedene Projekte, unter anderem Hygieneprojekte, umzusetzen. Ein besonders leicht zu bauender umweltschonender Ofen, den das Fraunhofer-Institut für Bauphysik in Stuttgart zusammen mit der Siemens Stiftung entwickelt hat, soll nach Ghana gesendet werden und in unserer Schule getestet werden. Es gibt also noch viel zu tun! Los geht's!

Eure Johanna
www.hibeki.de



Aufwärmen für Ghana - „Framed“ war ein voller Erfolg!



Von oben betrachtet - unsere Schule bei Google Earth



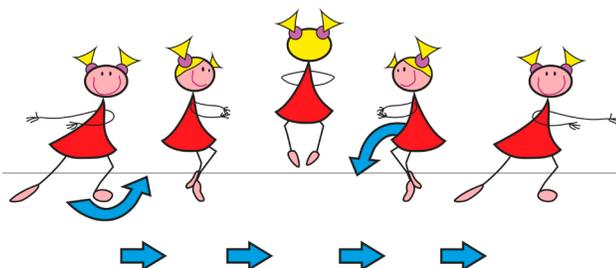
ARS SALTANDI in Afrika - der Schulleiter vor dem Schulgebäude

H, ZWEITER TEIL

A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z

Hutzelsprung

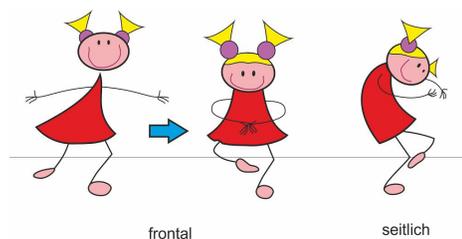
(cm) Manchmal fragen wir uns schon, was die Chefin bewegt, ihren Bewegungen so ganz eigene Namen zu geben. Nun hatte ich bei diesem Artikel das Glück, sie während des Schreibens direkt fragen zu können, weil sie neben mir saß. Konfrontiert mit den drei Bedeutungen, die das Netz bei dem Wort „Hutzel“ ausspuckt (anderes Wort für Tannenzapfen, Dörr Obst und alte Frau mit runzlicher Haut), sagt sie doch glatt: „Jo, alte Frau, ne?“ und wandte sich wieder ihrer Arbeit zu. „Na super“, dachte ich. Ziel ist also, so auszusehen, wie eine runzlige Alte, aber trotzdem gut. Heißt im Klartext: Anlauf nehmen, auf einem Bein abspringen, Beine vorn angewinkelt nach oben, dazu die Arme vorn zusammen führen und den Rücken dabei rund machen. Ach, nicht vergessen: dabei noch in der Luft drehen! Frage an unsere Leserinnen jenseits der 80: Das kriegen Sie hin, oder?



Hummerschere

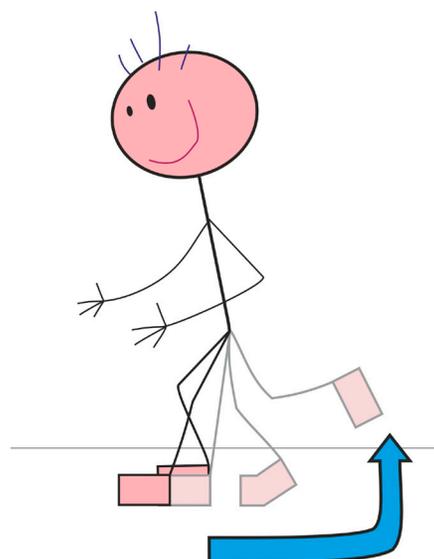
(cm) Die Hummerschere ist doppeldeutig: Zum einen hat der Hummer selbst eine und zum anderen muss man ihm mit einer solchen zu Leibe rücken, wenn man ihn verzehren will. Missverständnisse sind also programmiert, wenn man in der haute cuisine unterwegs ist. „Gib mir mal die Hummerschere!“, ruft der Chef dort dem Azubi zu und der Arme weiß nicht, was zu tun ist.

Anders bei uns. Da ruft die Chefin „Hummerschere!“ und alle parieren. Wir wechseln von weichen fließenden Armen zu fast statischen, die - gern auch in Kombination mit einem Sprung - von der zweiten Armposition kommend, vor dem Körper zusammen geführt werden, bis die Hände leicht überlappen. Die Arme sind dabei ganz fest, fast steif. Also eine schnelle, zackige Bewegung. Und das soll schön aussehen? Jo.



Hundekacke abwischen

(cm) Echt Kacke ist, in Hundekacke zu treten. Man kann dann entweder den betroffenen Schuh in den nächsten Altschuhcontainer werfen oder, wenn man die Schuhe eigentlich noch schön findet, versuchen, das Zeug irgendwie wieder los zu werden. Befinden sich die Exkremente unter dem Vorderfuß, geht man zur nächsten Wiese, setzt denselben auf, ohne dabei die Ferse abzusetzen und zieht ihn mit leichtem Druck nach hinten weg, in der Hoffnung, dass das Unglück dort sein Ende findet. Zu Hause sollte man trotzdem die Schuhe erstmal draußen lassen, bis die Reste angetrocknet sind. Sie lassen sich dann leichter entfernen. Die Sohlen stinken trotzdem noch. Auch wenn im Tanzsaal selten H.K. liegt, lernen wir diese Bewegung. Ist schließlich was fürs Leben.



Heute vorgestellt:

Philine Stelzer

(cm) Sie sind ehrgeizig, talentiert und tanzen für ihr Leben gern. Und gut - deswegen gehören sie zur ARS SALTANDI-Company. Darüber hinaus sind sie kreativ und haben Spaß daran, in einem Team Großartiges auf die Beine zu stellen. Was sind das für junge Menschen, die ihre- teilweise durch Ausbildung oder Beruf knapp bemessene- freie Zeit fast ausschließlich diesem einen Hobby widmen?

AS News: Philine, seit wann tanzt du bei ARS SALTANDI und seit wann bist du in der Company?

Ich tanze bei ARS SALTANDI seit dem Kindergarten und gehe mittlerweile in die 12. Klasse ... Also schon seeehr lange;-) In der Company bin ich mittlerweile seit ca. 1 ½ Jahren.

AS News: Wie bist du zum Tanzen gekommen?

Durch meine langjährige Freundin Merle Volkmann. Sie wollte damals nicht alleine mit dem Tanzen anfangen, also haben wir gemeinsam begonnen.

AS News: Wie bist du dann auf ARS SALTANDI aufmerksam geworden?

Auch durch Merle bzw. Merles Eltern, die ihre Töchter bei ARS SALTANDI angemeldet hatten. Wie diese auf ARS SALTANDI aufmerksam geworden sind kann ich leider nicht sagen ...

AS News: Was machst du, wenn du nicht tanzt?

Ich gehe auf die Robert-Bosch-Gesamtschule in die 12. Klasse und mache (hoffentlich;) nächstes Jahr mein Abitur. Außerdem fange ich demnächst mit dem Kellnern im Café del Sol an. Mal sehen, wie ich mich da so schlagen werde ...

AS News: Was begeistert dich?

Vieles. Ich begeistere mich natürlich für Tanz, aber auch Schauspiel liebe ich sehr. Ich finde es toll, was man alles mit seinem Körper ausdrücken kann, auch wenn man gar nicht spricht; wie man nur durch Bewegungen, Gestik oder Mimik eine ganze Geschichte erzählen kann.

AS News: Was frustriert dich?

Wenn ich etwas nicht schaffe, obwohl ich es unbedingt schaffen möchte. Sei es eine Übung im Training oder das Zimmer aufräumen zu Hause. Das ist total nervig und gerade deshalb frustrierend, weil ich es eigentlich selbst ändern könnte, wenn ich mich vielleicht mehr anstrengen würde.

AS News: Mit wem würdest du gern mal einen Tag tauschen?



Ich glaube, ich sage ganz stumpf: Mit einem Mann. Ich wette, jede Frau hat sich schon mal gefragt, wie es ist, im Stehen zu pinkeln. :D

AS News: Dreimal in der Woche Training, dazu noch Wochenendproben und Kostümerstellung zu Hause, bleibt da noch genug Zeit für Schule und Freunde?

Naja, ganz so schlimm ist es bei mir ja nicht. Für mich ist Training immer eine kleine Auszeit vom Schulstress. Wochenendproben oder Auftritte passen leider allerdings nicht immer zu 100% in den Terminkalender, da man ja auch noch Zeit für Freunde, Freund usw. haben möchte. Allerdings ist das seltener und abgesehen davon macht es natürlich auch Spaß und ist immer wieder eine tolle Erfahrung!

AS News: Was möchtest du mal werden?

Am liebsten würde ich tatsächlich etwas mit Schauspiel machen. Es macht mir einfach unglaublich viel Spaß und ist total abwechslungsreich und faszinierend. SchauspielerIn wäre daher schon ein Traumberuf, ist aber natürlich auch mit viel Risiko verbunden. Aber man soll ja nie aufhören zu träumen!

AS News: Was würde dir am meisten fehlen, wenn du einmal nicht mehr tanzen könntest?

Dass ich mich nicht mehr „befreien“ könnte. Klingt vielleicht ein bisschen bescheuert, ist aber das, was ich am Tanzen so liebe. Ich kriege den Kopf frei, denke nicht über andere Dinge nach, kann mich einfach voll und ganz auf die Bewegungen, auf meinen Körper konzentrieren und mich so richtig auspowern.

AS News: Wem würdest du gern mal zeigen, was du hier lernst? Und warum?

Den Menschen, die Tanz nicht so richtig ernst nehmen. Wir zeigen einfach, dass zum Tanzen nicht nur viel Training gehört, sondern auch Teamfähigkeit, viel Konzentration und natürlich Spaß!



KURSE

Entspannung für Kinder

Entschleunigung tut auch schon den Kleinsten gut

Vor einigen Jahren haben wir die Osterferien auf einem Bauernhof an der Ostsee verbracht. Unser Sohn war damals sechs oder sieben Jahre alt. An einem Nachmittag saß ich mit meinem Kaffee im Sessel am Fenster und ließ meinen Blick über den Hof schweifen. Ich sah unseren Sohn in Matschhose und Gummistiefeln am Hühnerstall stehen. Er stand und guckte. Mehr nicht. Minutenlang!! Unser hyperaktiver Sohn, der sonst keine zwei Minuten lang still sitzen kann! Plötzlich rannte er los. Nach ca. zehn Metern blieb er stehen, legte sich auf einer Wiese auf den Bauch und kramte im Gras herum. Ein Regenwurm oder ein Käfer? Auch hier verharrte er wieder minutenlang in absoluter Ruhe. Nach einiger Zeit flitzte er wieder los und verschwand im Kuhstall, um kurze Zeit später mit dem Fahrrad seine Runden zu drehen.

Was war passiert? Unser Sohn ist seinem natürlichen Rhythmus gefolgt. Er ist seinem natürlichen Bewegungsdrang und seinen Erholungs- und Ruhephasen nachgegangen.



Emma und Emma können sich konzentrieren - danach Entspannung!



Das Bedürfnis nach Ruhe haben auch schon die Kleinsten

Leider hat sich in den letzten Jahrzehnten vor allem unsere städtische Umwelt immer mehr verändert, ja sie ist förmlich kinderfeindlicher geworden. Die Spiel- und Tobe-Areale werden knapper und die Reize, vor allem aus der medialen Welt, dafür umso vielfältiger. Konzentration ist zu einem hohen Gut geworden, das längst nicht mehr jedem in die Wiege gelegt ist. Auffällig ist, dass es Kindern zunehmend schwerer fällt, Ruhe auszuhalten, ganz bei sich zu sein.

Daher greife ich im Kreativen Kindertanz auch immer mal wieder auf Entspannungsübungen zurück. Ich möchte den Kindern in meinen Kursen auch ab und an die Möglichkeit geben, sich in Ruhephasen zu spüren und zu erleben. Durch kurze, phantasievolle, spielerische Übungen und Geschichten versuche ich unsere Kleinsten zum Innehalten zu ermuntern und gebe ihnen hiermit die Möglichkeit, sich selber und ihre Bedürfnisse wieder besser wahrnehmen zu können. Eine Kompetenz fürs Leben, wie ich finde.

Barbara Wollmann



Zehn Fragen an den Schöff

Zum Thema: ARS SALTANDI wächst

Für alle, die es noch nicht mitbekommen haben: ARS SALTANDI stößt an seine Grenzen. Zumindest, was den Platz anbelangt. Der schier grenzenlose Ideenreichtum von Schöff Katrin in Bezug auf neue Projekte, neue Kurse, neue Stilrichtungen und größere Dimensionen brachte sie dazu, sich in der näheren Umgebung nach geeigneten Räumen umzusehen, um die vielen Ideen auch umsetzen zu können. In Kürze werden gleich um die Ecke in der Carl-Zeiss-Str. 18a in zwei zusätzlichen Hallen neuartige Kurse das ARS SALTANDI - Angebot ergänzen. Wir wollten Näheres wissen.

1. AS-News: Was war zuerst da: die Idee oder die neuen Hallen?

Katrin: Die Idee - ich habe viele Projekte im Kopf, die nur darauf warten, umgesetzt zu werden. Allen voran das Projekt Federleicht: Das ARS SALTANDI-Knowhow, das in meinen Dozenten steckt, für sozial schwache Kinder nutzen. Und das rückt nun endlich in greifbare Nähe!

2. AS-News: Welche zukünftigen Möglichkeiten und Perspektiven eröffnen sich noch durch das Anmieten der Hallen für Dich?

Katrin: In allen Bereichen - Tanz, Turnen und Artistik wird es Neues geben. Im Tanzbereich z. B. Contemporary Jazz, Partnering Groß und Klein, Lindy Hop - gilt als Vorläufer des akrobatischen Rock'n Roll -, Crash Kurse für Jungen und Männer, um diese für die Company fit zu machen. Dann auch gern Mixed Classes, also altersübergreifend und genre gemischte Kurse. Mein großer Wunsch ist es, neue einzigartige Symbiosen einzugehen von Tanz, Artistik und Turnen, eben Air-and-Floor.

Im Turnbereich würde ich gern die Arbeit mit dem Rhönrad weiter ausbauen, eine Sportart, die fast ausgestorben ist; weiterhin das Turnen im Cyr Wheel, einem Rad, das dem Rhönrad sehr ähnlich ist, aber eben nur aus einem Rad besteht und in dem unsere tänzerischen Fähigkeiten nochmal in einer neuen Dimension zur Geltung kommen. Und natürlich weiterhin das Turnen in der Kombination mit Tricking auf dem Airtrack, das wir bisher ja immer nur für Fortgeschrittene (und noch ohne Tricking) samstags anbieten können. Dieser neuartige Turn- Spaß soll jetzt für alle Alters- und Niveaustufen offen sein.

Im Bereich der Luftartistik plane ich, mit Aerial Yoga und Aerial Dance ein Konzept zu entwickeln. Es werden Vertikaltuchkurse für alle InteressentInnen angeboten, die ja aktuell nur von der Company belegt werden können. Weitere Angebote für Anfänger im Aerial Hoop, dem Luftring, (den viele vielleicht von Luisas Auftritt in unserem letzten Kinderstück kennen) und Trapezanz. Ganz spezielle Projekte, auf die ich mich besonders freue und ich hoffe sehr, dass mir die Umsetzung gelingt, werden Vertical Dance und Bungee-Dance sein. Oder vielleicht könnte man ja auch mal ein Rhönrad unter die Decke hängen ...

3. AS-News: Welche Zielgruppen werden für die nächsten Projekte angesprochen?

Katrin: Vornehmlich Menschen von 10 - 99 Jahren, die Lust auf witzige und neuartige Kombinationen von „Moving Arts“ haben.

4. AS-News: Welche Veränderungen wird es dadurch am „alten“ Standort geben?

Katrin: Es wird ausschließlich Erweiterungen geben. Wir werden das Kursprogramm so aufeinander abstimmen, dass die Kursteilnehmer bequem zwischen den bisherigen und den neuen Kursen den Standort wechseln können, ohne zeitlich in Bedrängnis zu kommen.



MOVING ARTS

5. AS-News: Kann man Dich bei der Umsetzung der neuen Projekte unterstützen und falls ja, wie?

Katrin: Die Teilnehmer, indem sie ganz viel Motivation für Neues mitbringen. Die Eltern, indem sie ihre Kinder anmelden ☺, die Dozentinnen und das gesamte Leistungsgruppenteam, indem sie Lust haben, mit mir zusammen Neues zu entwickeln.

Da das Projekt, was die baulichen Voraussetzungen angeht, aber auch sehr groß und aufwändig ist, bin ich auch für jegliche handwerkliche Unterstützung dankbar. Aktuell finden umfangreiche Umbau- und Umgestaltungsarbeiten statt und jede helfende Hand ist willkommen!

6. AS-News: Ist Dir sehr mulmig zumute, was die finanzielle Herausforderung angeht, die dieses neue Projekt sicher mit sich bringt?

Katrin: In der Tat wache ich manchmal morgens auf und erschrecke mich selbst über mein Vorhaben. Wenn ich in den Hallen stehe, habe ich Ehrfurcht vor meiner eigenen Idee. Das wird sicher auch schwerer, je älter man wird. Als ich damals die Tanzschule eröffnete, habe ich mir bei weitem nicht so viele Gedanken gemacht.

7. AS-News: Bieten die neuen Räume auch im Hinblick auf zukünftige Veranstaltungen Vorteile?

Katrin: In dem neuen Gebäude stehen uns 660 m² zur Verfügung. Ich habe einen Tanzsaal und einen Artistiksaal geplant. Im Artistiksaal kann man perfekt Veranstaltungen durchführen, da bin ich dann demnächst terminlich auch unabhängig von den Veranstaltungsorten in Hildesheim. Und in diesem Saal können wir eben auch super in der Luft agieren.

8. AS-News: D. h. wir können uns auf noch häufigere Veranstaltungen von ARS SALTANDI freuen?

Katrin: Ganz bestimmt. Ich würde auch gern den Kindern in meinen Kursen, die sehr kreativ und motiviert sind und immer wieder ihre eigenen Choreographien kreieren, ein Forum geben, z. B. durch häufigere Elternvorführungen. Alles andere wird sich entwickeln, da bin ich sicher.

9. AS-News: Auch Dein Tag hat nur 24 Stunden - wann und wie willst Du die neuen Kurse betreuen?

Katrin: Natürlich liegt das auch in der Verantwortung meiner Dozenten, die den ARS SALTANDI-Geist leben, mitdenken und selbstständig organisieren. Und es müssen und werden neue externe Dozenten hinzukommen. Aber ich hoffe auch, dass sich einige „ARS SALTANDIs“ aus den Leistungsgruppen aufgerufen fühlen, ein Nachwuchs-Dozententeam zu bilden. Allein schon durch die teilweise 15jährige Zugehörigkeit zur Tanzschule bringen die Tänzerinnen ein enormes Knowhow und auch die Kreativität mit, um selbst etwas zu entwickeln.

10. AS-News: Vor 15 Jahren hast Du Deine Tanzschule ARS SALTANDI eröffnet, in 2017 heißt das neue Projekt ARS SALTANDI-Moving Arts. Was können wir 2032, also in 15 Jahren erwarten? Dann bist Du 65.

Katrin: Ganz klar: Dann eröffne ich ein Restaurant: Essen im Kopfstand.

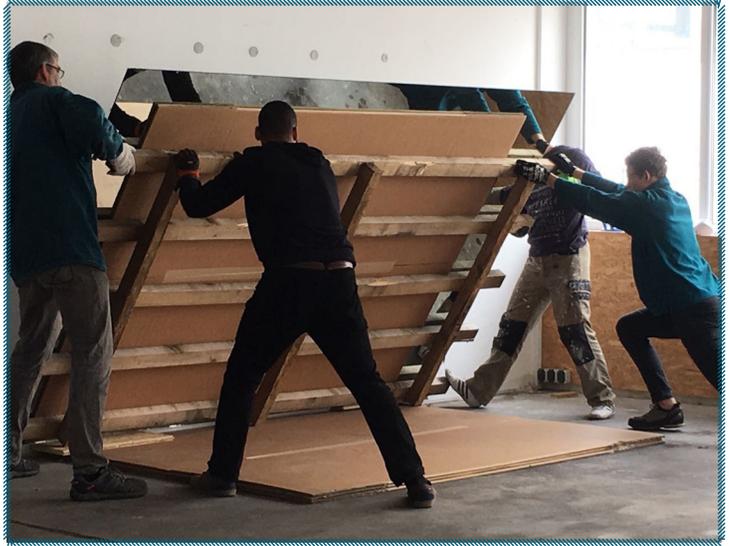


Das Interview führten Silke Schütte-Pintak und Elisabeth Birkner. Auf Gran Canaria, nicht im Freibad.





MOVING ARTS





MOVING ARTS



NEU!
ARS SALTANDI Moving Arts
Erste Kurse ab dem 27.04.2017



Farben, Formen und ... Taucher

Oder wie fühlt man sich als blaue Raute?

Wie kann man unsere vielen schönen, skurrilen und lustigen Walkact-Kostüme so präsentieren, dass sie perfekt zur Geltung kommen? Welche Wirkungsmittel haben wir noch außerhalb unseres Kostüms? Was erwartet der Gast, wenn er uns bei einer Veranstaltung sieht?

Das und noch vieles mehr haben wir, zwölf Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren, am 4. März von Christiane Mülder gelernt. Christiane ist Gründungsmitglied bei Voices in Motion und hat selbst eine Vielzahl an Walkact- und Schauspielauftritten hinter sich.

Nach einer kurzen Theorieeinheit, in der wir oben genannten Fragen per Brainstorming auf den Grund gegangen sind, ging es auch schon los. Zunächst haben wir uns gegenseitig in unseren Rollen vorgestellt. Also bewegten sich sechs Taucherinnen kraulend und schnorchelnd auf der provisorischen „Bühne“ und präsentierten sich den „Farben und Formen“. Danach wurde es etwas schwieriger, aber auch lustiger, denn was macht man, wenn plötzlich ein Zuschauer „mitspielen“ will? Indem er einen anspricht? Fragt, wo man denn eigentlich herkommt, ob man für ein Foto posieren würde? Oder eben am liebsten auch in eine der Rollen schlüpfen möchte? Dann kommt es schnell zu einer vergnüglichen Interaktion mit dem Publikum und es ist wichtig, in seiner Rolle zu bleiben.

Erschwerte Bedingungen galten, als wir zu unseren Kostümen noch ein Gefühl zeigen sollten. Jetzt fragt man sich natürlich, was fühlt ein Rechteck, eine Raute oder eine Welle? Dabei haben wir durch das anschließende Feedback gelernt, wie man durch bestimmte Gesten oder Mimiken wirkt.

Wichtig beim Walkact ist es, sich selbstbewusst zu präsentieren, immer präsent und nie „privat“ zu sein. Wir haben uns gegenseitig inspiriert und geholfen. Nach den ersten Übungen befand Christiane, unsere Bewegungen wären noch zu tänzerisch und zu einheitlich. Um das ein bisschen abzulegen bzw. das Bewegungsspektrum zu erweitern, bewegten wir uns auf verschiedene Art und Weise durch den Raum. Wir stolzierten, stampften wütend umher, liefen wie auf heißen Kohlen oder stellten uns vor, wir würden über Blitzeis schlittern.

Was beim Walkact-Auftritt als kleine Gruppe auch wichtig ist: ein Gefühl für die anderen zu bekommen. Denn wenn man sich nicht absprechen kann, ist es wichtig, den anderen immer auch im Blick zu haben und sich per Blickkontakt zu verständigen.

Am Ende des Coachings waren wir alle ganz schön erschöpft, haben aber jede Minute genossen! Und der nächste Walkact- Auftritt - z. B. im Kurpark am 20. Mai - kann kommen!

Larissa Wollmann



Fit für den nächsten Walkact - Christiane Mülder gibt Tipps



Zwei Taucher begegnen sich: Larissa Wollmann (links) und Stina Kruse

Was macht man im Ballettkurs?

„Man übt, was man nicht kann!“

Jede Woche dienstags um 15:30 Uhr: der Kurs „Ballett ab 8“. Nach der Aufwärmübung im Raum sucht sich jedes Kind einen Platz an der Ballettstange, um dort die klassischen Übungen ‚Plié‘, ‚Tendu‘, ‚Jeté‘ und ‚Adagio‘ zu machen.



Ziele im klassischen Ballett – und insbesondere dieser Übungen – sind ein gutes body alignment (=Körperausrichtung), das genaue Einhalten von Bewegungsrichtungen, Aufbau von Körperspannung und generell die Bewegungskontrolle. In jeder Übung gibt es aber auch eine Sequenz, in der die Kinder die Spannung „loslassen“ können und auch sollen, um danach leicht wieder zurück zu finden zu ihrer Konzentration. So entsteht eine Balance zwischen den klassisch kontrollierten, geführten Bewegungen und den „freieren“ Bewegungen, wie sie in vielen zeitgenössischen Stilen vorkommen.

Nach dem Training an der Stange folgen Übungen in der Mitte des Raumes, auch Partnerübungen. Beispielsweise unterstützen sich die Kinder gegenseitig beim Lernen der Arabesque. Schließlich bewegen sich die Kinder durch den Raum und lernen dabei klassische Schrittkombinationen: Immer wieder beobachte ich, dass die Kinder lockerer und begeisterter werden, sobald sie sich „groß“ bewegen dürfen, sich auf eine natürliche Art in der Bewegung spüren. Meine Herausforderung sehe ich darin, diese natürliche Bewegungsfreude der Kinder mit den klassischen Übungen aus dem Ballett zusammenzubringen.

Karen Bentz



Hoch, höher, noch höher?
Nein - hauptsache gestreckt!

(cm) Soviel zu den Erklärungen der Kursleiterin. Für Eltern sicherlich mal ein wertvoller Einblick in die Arbeit im Ballettsaal. Aber was sagen die Kinder selbst? Karen hat sie gefragt und die hier ausgewählten Antworten zeigen, dass selbst die Kleinen schon verstehen, worum es beim Ballett geht:

Was macht man beim Ballett?

„Man übt, was man nicht kann“

Was möchtest Du gerne gut können?

„Spagat“, „dehnbar sein“, „Spitzentanz“

Wie findest Du Partnerübungen?

„cool“, „gut“ (finden alle gut! ☺)

Wie groß sollte die Gruppe sein?

„nicht zu groß, sonst ist der Raum überfüllt“, „nicht zu klein, sonst ist es langweilig“, „so 7“ (Anmerkung von Karen: An dem Tag waren wir genau 7, der Kurs wäre aus Sicht einiger Kinder damit also voll. ☺)

Stehst Du lieber vorne oder hinten?

„In der Mitte, dann hat man noch jemanden vor sich, der es besser kann.“

Was für eine Rolle würdest Du gern bei einer Aufführung tanzen?

„Hase, weil ich gut hüpfen kann“



UNSERE DOZENTEN

HEUTE VORGESTELLT:

Josefine

Ob man sich in jemanden verliebt, entscheidet sich in den ersten sieben Sekunden. Ob man zu ARS SALTANDI passt, weiß man wohl genauso schnell. Ob als Lernender oder Lehrender ... Zum Dozententeam dieser Tanzschule zu gehören, heißt, unbegrenzt in seiner Kreativität zu sein, frei in Methodik und Didaktik zu sein, aber auch, ein ungeheures Maß an Engagement und Loyalität mitzubringen. Wen der ARS-SALTANDI -Geist einmal gepackt hat, der kann hier auch als Dozent oder Dozentin sein Glück finden. Und es an Schüler und Schülerinnen weitergeben.

Wir freuen uns, dass Josefine Rheinfurth zu unserem Team gehört!

AS News: Was unterrichtest du bei ARS SALTANDI?

Ich unterrichte Artistik. Boden-, Partner- und Luftartistik.

AS News: Wie bist du selbst zu diesem Sport gekommen?

An meiner Schule in Göttingen gab es einen Schulzirkus. Den haben meine Eltern mitgegründet. Wir gingen immer zu den Aufführungen. Ich war besonders von der Drahtseilläuferin beeindruckt. Als es dann um die Schulwahl ging, wollte ich deswegen unbedingt auch auf diese Schule. Etwa ab der siebten Klasse war ich dann einmal die Woche beim Schulzirkustraining. Da habe ich Einradfahren, Kugellaufen, Drahtseillaufen, Jonglieren usw. gelernt. Hängen blieb ich irgendwann bei Partnerakrobatik. Nach der Schule habe ich durch einen Freund erfahren, dass es so etwas wie Zirkusschulen gibt. Da habe ich „Die Etage“ in Berlin gefunden, dort habe ich dann drei Jahre lang Bühnenakrobatik/Artistik gelernt. Spezialisiert habe ich mich auf Luftakrobatik-Vertikalseil.

AS News: Wie bist du zum ARS SALTANDI-Team gekommen?

Über Nina Scholz von Hochkant- Stelzentanzkunst. Bei ihr habe ich Anfang letzten Jahres angefangen zu arbeiten. Sie ist selber schon lange bei ARS SALTANDI, wusste, dass Katrin jemanden für Artistik sucht und konnte sich gut vorstellen, dass es passt. An dieser Stelle: Danke Nina!

AS News: Was verbindest du mit deinem Job bei ARS SALTANDI?

Oh, viel! Herausfordernde Kursvorbereitungen, viele Überraschungen bei der Umsetzung, jede Menge freundliche Menschen, tolle Kinder, viel Kreativität, große Professionalität und berührende Auftritte ...

AS News: Wann ist für dich eine Kursstunde bei ARS SALTANDI besonders gelungen?

Wenn ich gut in Kontakt mit den Kindern/Jugendlichen gekommen bin, wir gemeinsam Spaß hatten, die Kinder/Jugendlichen Neues lernen konnten und ich gut spontan auf schwierige Situationen reagieren konnte.

AS News: Womit können dich die Teilnehmer auf die Palme bringen?

Wenn alle durcheinander quatschen. Oder wenn ich eine super Entspannung vorbereitet habe, es aber den Teilnehmern viel zu „peinlich“ ist, diese ernsthaft mitzumachen.

AS News: Was machst du, wenn du nicht bei ARS SALTANDI unterrichtest?

Ich habe noch ein paar weitere Jobs. Ich nähe Kostüme, laufe Stelzen bei Hochkant, arbeite im Verkauf im Bioladen „Die Knolle“ in der Neustadt und arbeite im Trillke-Gut in der Verwaltung. In meiner Freizeit hat es mich akrobatisch eher wieder Richtung Partnerakrobatik getrieben. Ich treffe mich regelmäßig mit Freunden zum AcroYoga. Das ist eine Verbindung aus Akrobatik, Yoga und Massage und gerade meine neueste große Leidenschaft! Ich freue mich, dass es jetzt wieder wärmer wird. Dann gehe ich viel mit Freunden in den Park, mache AcroYoga, laufe Slackline und gehe baden. Und ich wohne im Trillke-Gut, einem selbstverwalteten Wohnprojekt in Moritzberg mit vielen Menschen, da ist auch immer was zu tun.

AS News: Wie sieht für dich ein perfekter Tag aus?

Morgens gemütlich neben meinem Freund aufwachen, Brötchen holen und ausgiebig frühstücken. Dann aber schnell die Slackline eingepackt, ein paar Freunden Bescheid gesagt und ab in den Ernst-Ehrlicher-Park. Dort den ganzen Tag spielen, turnen, quatschen, Leute treffen, die Sonne genießen. Dann am lauen Sommerabend irgendwo was zu essen holen, zur Tonkuhle radeln, reinspringen, noch ne Runde AcroYoga und den Abend ausklingen lassen ...Hach, es wird Zeit für den Sommer!

AS News: Was haben wir vergessen zu fragen?

Es sei erwähnt, dass mit den neuen Räumen der Tanzschule noch weitere Artistik-Kurse von mir starten werden (z. B. Luftakrobatik ab 13 Jahren). In den Osterferien starte ich mit Nico Franke, Theatermacher aus Hildesheim, ein tolles Projekt für Kinder, den „Contemporary Circus“, eine Verbindung von Artistik, Tanz und Theater. Darauf freue ich mich sehr. Und ich bin gespannt, was noch so passiert, denn bei ARS SALTANDI ist sooo viel möglich!

Einen großen Dank möchte ich bei der Gelegenheit aussprechen an alle, die mich so freundlich empfangen haben in der Tanzschule. Hervorheben möchte ich dabei Anne Kraudi, die mich in meinen Kursen unterstützt. Und allen voran natürlich Danke an Katrin, die dieses alles ermöglicht und jederzeit mit Rat und Tat und den besten Absichten zur Seite steht!



Spitzentanz bei ARS SALTANDI?

Schwanensee überlassen wir anderen

Wenn man an Spitzentanz denkt, hat man sofort ein Bild im Kopf von einer „Primaballerina“, deren Bewegungen perfekt und sauber ausgetanzt sind, die Ballett zu klassischer Musik tanzt. Jetzt könnte man sich natürlich fragen, was ein so klassischer Tanzstil bei ARS SALTANDI zu suchen hat, wo man die Schule sonst doch eher mit anderen Bereichen des Tänzerischen verbindet, die zudem auch noch mit Akrobatik verbunden sind. Also gibt es eventuell Unterschiede zwischen diesem Ballett und dem, was man bei ARS SALTANDI unter Spitzentanz versteht?

Die Antwort ist eindeutig „ja, die gibt es“. Sobald die Grundlagen da sind, werden Spitzentanz und klassisches Ballett bei uns mit dem typischen ARS-SALTANDI-Stil, dem Mix aus Modern, Jazz, Contemporary und eben auch Akrobatik verbunden.

So werden neue Bewegungen von allen gemeinsam und der Lehrerin (es gibt nur eine ...;-) entwickelt. Zum Beispiel werden verrückte Posen mit den Armen gemacht, während die Füße klassisch tanzen. Es macht auch viel mehr Spaß, nicht perfekt tanzen zu müssen, sondern von Zeit zu Zeit auch mal andere Bewegungen mit einfließen zu lassen.

Vor allem freue ich mich immer, wenn ich Stücke tanzen darf, die ich mir selbst ausgedacht habe, bei denen ich auch keine Vorschriften habe, wie ich meine Arme halten muss, wenn die Füße eine bestimmte Bewegung machen. Dieser so entwickelte „neue“ Tanzstil macht auch den Zuschauern viel mehr Spaß, es ist einfach mehr Action auf der Bühne. Aber auch zarte Bewegungen fließen mit ein und so entsteht eine abwechslungsreiche Choreo.

Jedoch ist es nicht nur die Vielfalt, die den Spitzentanz hier ausmacht, man lernt auch sich zu präsentieren: Sobald man auf Spitze steht und 5 cm größer ist, fühlt man sich einfach größer und hat das Gefühl, viel mehr auszustrahlen.

Lunis Katholnigg



Keine Primaballerina? Irgendwie doch - Lunis auf Spitzenschuhen



Alptraum auf Spitze - Szene aus „Traum-Haft“

Termine

April

27.

Erste Kurse
ARS SALTANDI
Moving Arts

28.

5 Termine
Trapeztanz

Mai

20.

Kulturspektakel im
Kurpark Bad Salz-
detfurth

Juni

29

Lange Nacht des
Tanzens

Neue Kurse

Trapeztanz

Dozentin: Christine Möller
5 Termine

Contemporary Jazz, Jungenkurs 11-14
und HipHop (7-9 und Erwachsene)

Dozentin: Pia Brandt

HipHop für Jugendliche und Erwach-
sene, mittwochs 18:15

HipHop 7-9, freitags 15:00

Jungenkurs 11-14, freitags 16:00

Contemporary Jazz 8-11, freitags
17:00

Contemporary Jazz 12-16, freitags
18:00

Neue Artistik-Kurse! Vertikaltuch,
Airtrack, Akrobatik

Dozentin: Josefine Rheinfurth

Artistik 6-9, donnerstags 16:15

Artistik 10-14, donnerstags 17:15

Luftartistik ab 13, donnerstags 18:15

Airtrack

Änderungen vorbehalten

Kinder 9-14 Jahre von 9:00 bis 10:30 Uhr

Jugendl. und Erwachsene ab 14 Jahre von 13:30 bis 15:00 Uhr

29.04. — 15.05. — 10.06. — 17.06. — 12.08. — 26.08. — 09.09. — 23.09.

21.10. — 04.11. — 18.11. — 02.12.

NÄCHSTE AUSGABE: 08 | 2017