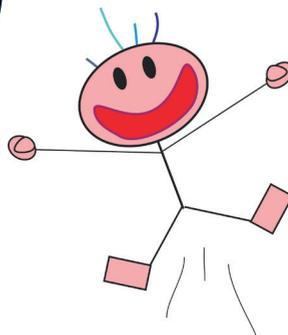


ARS SALTANDI

Shorty

Shorty

WOW!
Der September war einfach unglaublich!
Wallungen, Pflasterzauber,
Feuerwerk der Turnkunst on stage.
Ein Auftritt folgte dem anderen und
Euer Support war einfach der HAMMER!
So viele von Euch waren da und haben uns
zugesehen. Wir sind unendlich dankbar für
diese Unterstützung und die schönen neuen
Auftrittserlebnisse!
Wir haben jetzt etwas ganz neues im Luft-
artistik-Programm: Aerial Hoop bei Miriam!
Zwei Kurse sind in Planung und starten
nach den Herbstferien. Meldet Euch bei
Interesse also unbedingt schnell zu einer
Probestunde an. Und es gibt noch ganz
viele weitere neue Kurse. Welche
genau, kannst Du auf der
letzten Seite nach-
lesen.



Impressum

ARS SALTANDI SHORTY NR. 22,
Oktober 2021

Herausgeber

ARS SALTANDI Dance & Drama School,
Katrin Katholnigg

Redaktion:

Nadine Wagler

Lektorat:

Christiane Mülder

**Redaktionelle Mitarbeit in dieser Aus-
gabe:**

Barbara Wollmann, Clara van Rhee,
Milena Rossi, Laura Voronovic, Mia
Gattermann, Maurin Katholnigg, Liv
Kauffmann, Jule Klapproth, Hannah
Friedrich, Florian Gems

Layout:

Nadine Wagler

Grafik Glossar:

Julia Münchhoff

Titelmotiv:

Walter Hapke

Fotos:

Walter Hapke

ARS SALTANDI Shorty erscheint mo-
natlich. Kostenlose Verteilung an alle
Mitglieder der ARS SALTANDI Dance &
Drama School sowie Familienangehörige,
Freunde und Bekannte.

Auch als PDF auf www.arssaltandi.de

Einmal „fliegen“ und zurück

Unser neues Riesentrampolin machts möglich!

Durch das Springen auf dem Tuch erlebt der Springer das Schweben, das Fliegen, ein Gefühl von Schwerelosigkeit, Freiheit und Unbeschwertheit. Einen Moment von der Erde losgelöst zu sein, ganz im Hier und Jetzt.

Durch das Federn, Gehen, Laufen, Rollen, Krabbeln, Liegen, Wippen, Schwingen etc. werden u.a. Konzentration, Gleichgewicht, Balance, Kraft, Ausdauer, Orientierung und Spannung geschult und gefördert.

Es ist immer wichtig, den umfangreichen Auf- und Abbau mit einzuplanen und die Teilnehmer und Helfer gut zu schulen, um Verletzungen zu vermeiden.

Auch die Sicherheitsvorkehrungen am und auf dem Trampolin müssen genau besprochen und eingehalten werden.

Sowohl der Aktive, als auch die Sichernden sollten immer mit höchster Konzentration das Geschehen verfolgen.

Aber wo bleibt jetzt der Spaß?

Der kommt von ganz alleine bei den vielen Möglichkeiten, Übungen usw., die dieses Sportgerät bietet.

Es steht nicht nur das Erlernen von Sprüngen im Vordergrund, sondern viele Spiele und Übungen, die auf dem Trampolin möglich sind.

Auch der Einsatz verschiedener Materialien, wie Reifen, Seile, Stäbe, Luftballons etc. bieten viele Möglichkeiten und spannende Aufgaben.

Übungen in Gruppen und Paaren sind möglich und auch Entspannungseinheiten sind mit einzuplanen.

Also viel Spaß beim Ausprobieren und „ Fliegen „.

Unser neues Riesentrampolin wird bei Workshops und beim freien Training zum Einsatz kommen. Aktuelle Informationen findet Ihr immer auf unserer Homepage (arssaltandi.de), unseren social Media oder auch hier im Shorty.

Barbara Wollmann



Endlich wieder auftreten!

Der „Auftritts-Marathon“ im August & September

Nach über einem Jahr ohne Auftritte gab es im August und September dann eine ganze Flut an Auftrittsmöglichkeiten. Pop up Spielplätze, Kultur findet Stadt, Forum Heersum, Wallungen, Pflasterzauber, Feuerwerk der Turnkunst. Eine Riesenleistung von allen Beteiligten, dass wir gemeinsam alle Auftritte stemmen konnten.

Wir haben ein kleines Interview mit der ARS SALTANDI Company geführt, die Euch erzählen wird, wie sie den „Auftritts-Marathon“ empfunden hat.



Wie hast Du die Auftritte empfunden?

Mir haben die Auftritte super viel Spaß gemacht, weil wir nach der langen Corona-Pause endlich wieder ein erreichbares Ziel gemeinsam verfolgen konnten.
Clara van Rhee

Als neue Herausforderung und dazu gewonnene Erfahrung, wundervolle Momente mit wundervollen Menschen.
Milena Rossi

Gab es besondere Momente?

Für mich gab es bei jedem Auftritt besondere Momente. Vor allem immer der Kreis, den wir vor jedem Auftritt machen. Wir stehen Händchen haltend im Kreis und geben uns einen Händedruck weiter. Dadurch spürt man immer nochmal den Teamgeist und es motiviert einen umso mehr.
Laura Voronovic

Besonders war glaube ich, dass wir in relativ kurzer Zeit in so gut wie jeder Wetterlage aufgetreten sind.
Mia Gattermann

Ein Interview mit der ARS SALTANDI Company

Hast Du besonders Witziges erlebt?

Ja, zum Beispiel als der Techniker bei Pflasterzauber aus Versehen eine andere Musik gestartet hatte und wir locker eine Minute improvisieren mussten bis die Musik wieder stimmte.

Maurin Katholnigg

Besonders lustig war das „*Boden trocken wischen*“ zu Musik beim Pflasterzauber.

Liv Kauffmann

Wie hast Du den Teamgeist erlebt?

Der Teamgeist war einfach krass. Durch die vielen Auftritte sind wir viel, viel mehr zusammengewachsen. Wenn es jemandem mal nicht gut ging, hat sich direkt jeder um die Person gekümmert und falls mal etwas schief ging, haben wir uns gegenseitig Mut zugesprochen und es mit Humor gesehen.

Maurin Katholnigg

Was ist Dein nächster Auftritt auf den Du Dich freust?

Ich freue mich auf einen Company-Abend Ende des Jahres, um die vielen tollen Choreos, die wir in der Corona-Zeit erarbeitet haben, auf die Bühne zu bringen und meinen Freunden und Familie zu zeigen.

Clara van Rhee

Mein nächster Auftritt ist für das Feuerwerk der Turnkunst von der Heard Beat-Tournee, worauf ich mich schon riesig freue. Zum Einen kann ich mit meinen ganzen Freunden auf so einer großen Bühne vor unzähligen Menschen tanzen, zum anderen aber auch neue Akteure kennenlernen und vieles von ihnen lernen.

Laura Voronovic



Teamgeist in den Leistungsgruppen

Getragen und gefangen werden

So enorm, wie man den Teamgeist in jeder einzelnen Leistungsgruppe schon als Außenstehender erkennen kann, ist es nichts im Vergleich, wenn man mittendrin ist. Jeder hilft jedem, man wird von der Gruppe im wahrsten Sinne des Wortes getragen, geworfen und aufgefangen. Die ARS-SALTAN-DI-Family wächst bei jedem Auftritt, Ereignis und Training immer ein Stückchen mehr zusammen. Und wie Laura jetzt sagen würde: „Es ist noch nicht mal komisch, jemandem während des Trainings auf den Allerwertesten zu hauen.“



Das Gruppengefühl sowie der Zusammenhalt sind, wie schon gesagt, einfach unfassbar. Jeder hält zu jedem und man kann den anderen immer vertrauen. Dies merkt man beispielsweise, wenn wir im Training etwas Neues lernen und einander dabei helfen. Aber auch außerhalb des Trainings bleiben wir stets ein Team und sind füreinander da.

Hannah Friedrich und Jule Klapproth



Florian Gems

Unser neuer Trainer für Airtrack

Florian Gems ist neu im Trainerteam von ARS SALTANDI und unterrichtet den Airtrack-Kurs am Freitag um 17:15 Uhr.

Neben einem Schwarzgurt im Shaolin Kung Fu, kann er auch Erfahrungen in Parkour und Freerunning vorweisen. Im Tricking hat er bereits 16 Jahre Erfahrung und ist zweifacher deutscher Vizemeister.

Florian hat eine Großzahl an Bühnenauftritten erlebt und auch schon bei diversen Sportfesten, Shows und mehrmals im TV zu sehen.

Seit 2009 ist er Trainer für Tricking, zehn Jahre später auch Coach für das nationale Taekwondo-Freestyle Team. Seit 2020 ist er Bodybuilding-Athlet in der Classic Physique.

Im „Airtrack“-Kurs bei ARS SALTANDI möchte er den Teilnehmer*innen die Sportart „Tricking“ näher bringen, und ihre Tanzstile dadurch erweitern und bereichern. Wer Interesse hat, kann gerne mal zu einer Probestunde vorbeikommen und ausprobieren, wie das Training mit einem zweifachen deutschen Vizemeister läuft! :-)

Herzlich Willkommen bei ARS SALTANDI, Florian!

Florian



Termine

Auftritte:

16.10.2021: Rendezvous der Besten

Workshopstart:

04.10.2021: Contemporary Project mit Pia, immer montags 19:30-21:00 Uhr

06.11. & 07.11.: Flowacrobatic und Handstand mit Lukas Flint Feuerstein

06.12., 13.12. & 20.12.: Acrobatic Contemporary mit Nina Melcher,
19:30-21:00 Uhr

Neue Kurse:

Montag:

Aerial Hoop (8-11), 17:00 Uhr bei Miriam (Start 01.11.)

Aerial Hoop (ab 12), 18:00 Uhr bei Miriam (Start 01.11.)

Rhönrad & Cyr Wheel (J+E), 19:00 Uhr bei Larissa (Start bei ausreichend Interesse)

Dienstag:

Stepptanz level 0, 17:00 Uhr bei Julia (Start 02.11.)

Mittwoch:

Ballett (8-11), 15:50 Uhr bei Karen (Probestunde 06.10. Start bei ausreichend Interesse)

Donnerstag:

Artistik Minis (5 u. 6), 15:00 Uhr bei Josefine (Probestunde 14.10.)