

Kursthemen:

- Optimierung der musikalischen Bewegung: Maßstäbe und Orientierungen für einen regenerativen Gebrauch des Körpers beim Musizieren.
- Reduzierung und Auflösung von Verspannungen, Verkrampfungen oder Schmerzen.
- Spannung/Entspannung: Wie dosiert man frei und stufenlos die jeweils benötigte Mischung von Spannung und Entspannung.
- Musikphysiologisch günstiges Stehen und Sitzen: Maßstäbe und Orientierungen für die beiden Grundformen des Musizierens.
- Die dreidimensional ausbalancierte, zentrierte Bewegung: 3D KLANG-Bewegungen für eine musikalische Muskulatur.
- Audiomotorik: Wie funktioniert die Koppelung und Synchronisation von Hören und Bewegen. Wie soll man eigentlich Hören, um zu einer optimalen musikalischen Bewegungsqualität zu gelangen.
- Klangvolumen und Klangqualität: Verbesserung des Klanges für einen großen, tragfähigen Ton in allen Lagen und Bereichen. Aufbau eines optimalen Verhältnisses von Kraftaufwand und Klangergebnis.
- Atmung beim Musizieren: Was unterscheidet die Atmung von Sängern und Bläsern von der Atmung bei Musikern, bei denen die Atmung nicht Hauptfunktion der musikalischen Bewegung ist. Freier Atemfluss beim Musizieren.
- Von der optimalen Bewegungsqualität zur Realisierung der eigenen musikalisch-künstlerischen Aussage in Konzerten, Probespielen, Wettbewerben oder Prüfungen. Die Funktion von musikalischen Ausdrucksbewegungen.

- Praktische Anwendung am Stück: Fragen der Teilnehmer zu sogenannten „schwierigen Stellen“ aller Art.
- Auftrittstraining: Offene Aufmerksamkeit, Wahrnehmungsorientierung sowie ein aufschwinger Körper zur Behebung von Lampenfieber und Auftrittsängsten.
- Fragen aller Art: Ein großer Teil des Kurses richtet sich nach den individuellen Wünschen und Fragestellungen der Teilnehmer.

Kursgebühren:

Bei Anmeldung bis zum 5.6. 2024:
630 € aktiv, 480 € passiv, Ermäßigte 580 € / 430 €
Bei Anmeldung nach dem 5.6. 2024:
660 € aktiv, 510 € passiv, Ermäßigte 610 € / 460 €

Tageskarte passiv: 80 €, Ermäßigte 70 €
Halbtageskarte passiv: 40 €, Ermäßigte 35 €
Oder pro Stunde: 15 €, Ermäßigte 12 €

Für die aktive Teilnahme stehen 12 Plätze zur Verfügung, für GasthörerInnen 10 Plätze. GasthörerInnen können an allen KLANG-Bewegungsübungen in der Gruppe teilnehmen. Kurssprachen sind Deutsch und Englisch.

Kurszeiten:

Mo 5.8.: 15-18 Uhr
Di-Sa 6.8.-10.8.: 11-14 Uhr und 16-19 Uhr
So 11.8.: 11-14 Uhr

Kursort:

exploratorium Berlin
Zossener Straße 24, 10961 Berlin, Saal
U-Bahn Gneisenaustraße

33 Jahre RESONANZLEHRE

Angewandte Musikphysiologie für Musikerinnen und Musiker

Sommerkurs in Berlin

5.-11. August 2024

**Mit dem Begründer der
RESONANZLEHRE
Thomas Lange**

Anmeldung und Information:

Thomas Lange RESONANZLEHRE
Schönhauserstraße 18 A, 12157 Berlin
Tel.: +49 173 2694678
e-mail: thl@resonanzlehre.de
www.resonanzlehre.de

Bankverbindung:

IBAN: DE29 3002 0900 5350 7762 15
SWIFT-BIC: CMCIDEDD

Hiermit melde ich mich für den Sommerkurs
RESONANZLEHRE vom 5. - 11.8. 2024 an.
Die Kursgebühr in Höhe von Euro _____
habe ich auf das obige Konto überwiesen.
Mir ist bekannt, dass bei Absage der Teilnahme
die halbe Kursgebühr fällig wird.

Ich nehme teil: Aktiv O Passiv O

Name:

Straße:

Ort:

Tel.:

E-Mail:

Instrument/Gesangslage:

Ich bin Tagesgast: vom bis

Unterschrift:

RESONANZLEHRE**KLANG-Bewegung für MusikerInnen**

Ein besonderes Merkmal der RESONANZ-
LEHRE ist, dass der Klang und die musikalische
Bewegung als Einheit aufgefasst werden.
Eine Grundaussage der RESONANZLEHRE
lautet: *Je resonanzreicher der Klang, um so
freier die musikalische Bewegung.*

Klang wird mit Bewegung trainiert und nicht
durch Bewegung. Muskulär gesehen entspricht
der resonanzreiche Klang nicht einer
entspannten Muskulatur sondern einer
ausbalancierten Muskulatur.

Dies führt zu einem Lern- und Unterrichtskon-
zept bei dem Musikerinnen und Musiker direkt
in der musikalischen Aktion betrachtet werden.
Von dort aus werden die notwendigen Verände-
rungen für eine optimale KLANG-Bewegungs-
Qualität beim Instrumentalspiel, Singen oder
Dirigieren vorgenommen.

Das Ohr ist über das Gleichgewichtsorgan mit
sämtlichen Muskeln des Körpers verbunden.
So gibt es über das Hören bzw. den Klang
einen direkten Weg in das gesamte Bewe-
gungssystem des Menschen (Audiomotorik =
Hören, Bewegen).

Die Funktionsweise dieses natürlichen audio-
motorischen Systems gilt es als MusikerIn zu
erkennen und adäquat zu gebrauchen.
Die praktische Umsetzung wird im Kurs in
Einzelstunden und in Gruppenlektionen mit den
3D KLANG-Bewegungsübungen vermittelt.
Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie die
zugehörige KLANG-Bewegungsqualität für das
jeweilige musikalische Potential realisiert
werden kann.

33 Jahre Resonanzlehre
www.resonanzlehre.de

Thomas Lange

ist der Begründer der RESONANZLEHRE
und unterrichtet seit über 33 Jahren
Musikerinnen und Musiker aller Instrumente,
Gesang und Dirigieren.

Er ist Leiter des Ausbildungsganges
RESONANZLEHRE in Berlin.

Violinstudium in Berlin und Paris
bei Saschko Gawriloff, Thomas Brandis und
Gerard Poulet.

Langjährige Orchestererfahrung u.a. beim
Deutschen Symphonie-Orchester Berlin sowie
den Berliner Philharmonikern.

Tätigkeit als Dirigent und Leiter des Branden-
burgischen Kammerorchesters Berlin.

Langjährige Erfahrung im Bereich Jazz bzw.
freie improvisierte Musik.

Konzerte in Deutschland, Österreich, Italien,
Frankreich, Spanien, Irland und Südafrika.

Von 1997-2002 Dozent für RESONANZ-
LEHRE an der Hochschule für Musik und
Theater Hannover, dort Beteiligung an der
Konzeption und dem Aufbau des Gesund-
heitsprogrammes der Hochschule im Bereich
Prävention in Zusammenarbeit mit dem Insti-
tut für Musikphysiologie.

2004/05 Lehrauftrag für RESONANZLEHRE
an der Universität der Künste Berlin.

2008-2012 Kooperation mit der Hochschule
für Musik Frankfurt/Main.

2014/2015, 2019/2020 Kooperation mit der
Hochschule für Musik Graz, Österreich.

2017 Kooperation mit dem Bayerischen
Staatsorchester München, Probespieltraining.

Zahlreiche Kurse, Seminare und Workshops
an Musikhochschulen, Musikschulen, für den
Deutschen Tonkünstlerverband, auf den
Stuttgarter Stimmtagen, beim Bundesverband
Deutscher Gesangspädagogen, auf den Euro-
päischen Kongressen für Musikphysiologie,
für das Institut zur Frühförderung musikalisch
Hochbegabter der Musikhochschule
Hannover, bei der NDR Radiophilharmonie
sowie beim Schleswig-Holstein Musikfestival.